



Complément électronique de l'Info-Mak

eMak : Complément électronique de l'Info-Mak

L'Info-Mak prend un virage vert en publiant une partie de son contenu dans un complément électronique que vous pourrez consulter sur le site Web de la Ville de Macamic dans la section « Publications ».

En plus de permettre une économie importante de papier, l'eMak permettra également de diminuer les frais d'impression tout en permettant de publier plus de textes qui nous sont soumis.

Dans ce tout nouveau média, vous retrouverez, entre autres, les textes généralement inclus dans la « Rubrique informative » de l'Info-Mak.

La prochaine parution de l'eMak sortira le 14 février 2019, **la date limite pour apporter vos textes est le 18 janvier 2019**; veuillez les faire parvenir à l'adresse courriel suivante : journalvillemacamic@hotmail.com.

Veuillez prendre note que les textes publiés dans l'eMak ne sont pas soumis à une correction systématique de la part de notre équipe; les textes sont généralement publiés tels qu'ils nous ont été soumis.

Sommaire

Chronique verte de la MRC d'Abitibi-Ouest (novembre 2018)	3
Chronique verte de la MRC d'Abitibi-Ouest (décembre 2018).....	4
La gestion intégrée de l'eau (OBVAJ).....	5
Votre caisse vous informe.....	6
Capacs	7
Maison des Familles d'Abitibi-Ouest (capsules d'information).....	8
Troupe à Coeur ouvert - Un retour en force pour Festivitas !	9

CHRONIQUE VERTE



VOLUME 9, NUMÉRO 10 NOVEMBRE 2018



POURQUOI COMPOSTER EN HIVER ?

Parce que vos habitudes de compostage sont déjà bien ancrées... parce que vous souhaitez continuer à réduire votre empreinte sur l'environnement... et parce que, finalement, ce n'est pas plus difficile que durant les autres saisons! Il suffit simplement de bien vous y préparer.

Préparation du composteur

À l'automne, il suffit de vider le composteur de son contenu. Vous pouvez tout simplement soulever et déplacer le composteur. Le tas de compost laissé sur place pourra ensuite être couvert d'une toile en plastique. Le compost enveloppé atteindra une certaine maturation pendant l'hiver et sera fin prêt à être utilisé au printemps ou à l'été suivant.

Accessibilité

Rendez votre composteur accessible en le plaçant près de la maison, de la galerie ou du garage. Choisissez un endroit facile à déneiger.

Récipients temporaires

Des récipients temporaires avec couvercles peuvent aussi être prévus. Placés à l'extérieur, près de la maison, ces récipients accueilleront vos matières compostables pendant l'hiver. Il ne vous restera qu'à les transvider dans votre composteur le printemps venu.

Composteurs en alternance

L'utilisation de deux composteurs est aussi une option intéressante. L'automne venu, il suffit de combiner le contenu des deux composteurs dans un seul. Le composteur vide servira pendant tout l'hiver à recevoir vos matières compostables.

Source : *Le compostage facilité*, Nova Envirocom

L'HIVER, ÇA COMPOSTE ?

L'hiver, l'activité des organismes diminue, ce qui entraîne un ralentissement ou même l'arrêt de la formation de compost.

Il est alors important de prévoir que vos matières prendront beaucoup plus d'espace dans votre composteur. En effet, les matières que vous ajoutez en période hivernale gèlent au fur et à mesure qu'elles y sont déposées.

Les températures froides sont tout de même bénéfiques car le gel aide à détruire les fibres des matières organiques.

Au printemps, vous serez étonnés de la vitesse à laquelle vos matières auront perdu en volume dès que la chaleur aura envahi votre composteur.

La formation de compost reprend alors son cours.



Écocentre et Centre de valorisation des matières résiduelles (CVMR)

15, boulevard Industriel, La Sarre
☎ 819 333-2807



Des questions?

Écrivez-nous:
bottinvert@mrcao.qc.ca

MRC d'Abitibi-Ouest

11, 5^e Avenue Est, La Sarre QC J9Z 1K7

☎ 819-339-5671

☎ 819 339-5400

✉ mrcao@mrcao.qc.ca

CHRONIQUE VERTE



VOLUME 9, NUMÉRO 11 DÉCEMBRE 2018



APPORTEZ VOS « SERPUARIENS » À L'ÉCOCENTRE

Vous profitez des spéciaux du temps des Fêtes pour renouveler votre téléviseur ? Mieux, vous comptez sur le père Noël pour déposer au pied du sapin un tout nouveau téléphone cellulaire ? Sachez alors que vos « *Serpuariens* », c'est-à-dire vos **vieux appareils électroniques**, peuvent être apportés à l'**écocentre** de la MRC d'Abitibi-Ouest afin qu'ils soient recyclés.

Voici des exemples de produits électroniques acceptés à l'écocentre :

ORDINATEURS ET PÉRIPHÉRIQUES

Ordinateurs de bureau
Ordinateurs portables
Souris, claviers, routeurs, modems
Disques durs externes
Consoles et manettes de jeu
Câbles, connecteurs
Chargeurs, clés USB

DISPOSITIFS D'AFFICHAGE

Téléviseurs
Moniteurs d'ordinateur
Tablettes

APPAREILS DE COMMUNICATION

Téléphones conventionnels et sans-fil
Téléphones cellulaires
Téléavertisseurs

IMPRIMANTES ET AUTRES

Imprimantes de bureau
Imprimantes pour étiquettes
Imprimantes thermiques
Numériseurs de bureau
Numériseurs de diapositives
Télécopieurs de bureau
Appareils multifonctions de bureau

SYSTÈMES AUDIO/VIDÉO

Radios et radio-réveil
Chaînes stéréo
Magnétoscopes
Lecteurs DVD et numériques
Haut-parleurs
Casques d'écoute
Appareils photo numériques, caméras
Systèmes de localisation (GPS)

HORAIRE DU TEMPS DES FÊTES

CENTRE DE VALORISATION
DES MATIÈRES
RÉSIDUELLES (CVMR) ET
ÉCOCENTRE

FERMÉ

Du 22 au 25 décembre 2018
ainsi que
du 29 décembre 2018 au
1^{er} janvier 2019 inclusivement



Nous vous souhaitons un
très joyeux Noël
écoresponsable !

Pour plus d'informations :

<https://www.recyclermeselectroniques.ca/qc/>

Écocentre et Centre de valorisation des
matières résiduelles (CVMR)

15, boulevard Industriel, La Sarre
☎ 819 333-2807



Des questions?

Écrivez-nous :
bottinvert@mrcao.qc.ca

MRC d'Abitibi-Ouest

11, 5^e Avenue Est, La Sarre QC J9Z 1K7

☎ 819-339-5671

☎ 819 339-5400

✉ mrcao@mrcao.qc.ca

La gestion intégrée de l'eau

La gestion intégrée de l'eau par bassin versant a été mise sur pied par le Ministère du Développement durable, de l'Environnement et de la Lutte contre les changements climatiques selon la **Politique nationale de l'eau** établie en 2002 par le gouvernement du Québec. Il y a maintenant **40 zones de gestion intégrée de l'eau couvrant 75 % du Québec**.

Ce principe de gestion tient compte des enjeux locaux et régionaux de son **approche est environnementale**, au niveau des écosystèmes et des bassins versants. Elle permet de comprendre et d'expliquer les problèmes liés aux enjeux de l'eau ainsi que trouver des solutions permettant le **développement durable**. Cette forme de gestion permet de cibler les priorités d'actions selon les impacts sur le milieu aquatique.



Comment s'y prend l'OBVAJ?

1. Rédige un **Plan directeur de l'eau**, reflétant les enjeux de la ressource et représentant la vision des acteurs locaux;
2. Effectue la promotion et la mise en œuvre du **Plan directeur de l'eau** auprès des acteurs de la zone de gestion;
3. Acquiert des **connaissances** sur la ressource continuellement;
4. Favorise la **concertation** entre les acteurs locaux et la société civile;
5. **Informe, sensibilise, consulte et mobilise** les citoyens et les acteurs de l'eau de manière continue;
6. **Encadre le développement de projets** reliés à la réalisation des objectifs de l'organisme et de la concrétisation d'actions découlant du Plan directeur de l'eau en plus d'en **assurer le suivi**.

Pour toutes informations supplémentaires, veuillez contacter l'OBVAJ :
 Tél. : 819-824-4049,
 Courriel : informations@obvaj.org
 Site internet : www.obvaj.org, Facebook :
<https://www.facebook.com/eauOBVAJ/>



Pourquoi une gestion intégrée de l'eau?

- Encourager une gestion qui prend en compte les caractéristiques naturelles d'un bassin versant;
- Cumuler les activités humaines présentes;
- Maintenir un équilibre entre la protection de l'environnement et les activités humaines;
- Mobiliser et impliquer les utilisateurs du bassin versant pour la durabilité de la ressource;
- Arrimer les règles substantielles afin de s'assurer d'une cohérence dans la gestion de l'eau;
- Poser des actions rentables et durables.

Qu'est-ce que le plan directeur de l'eau?



VOTRE CAISSE VOUS INFORME

Effectuez vos opérations facilement !



Votre caisse Desjardins vous offre une nouvelle génération de guichet automatique à écran tactile.

Vos transactions sont facilitées grâce à une nouvelle interface et de nouvelles fonctions.

Vous avez des questions ou besoin d'aide pour réaliser vos opérations ?

Notre personnel se fera un plaisir de vous assister au centre de services de Macamic !

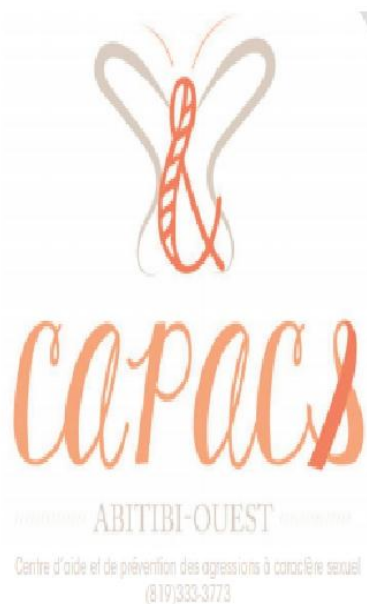
Horaires d'accompagnement :

Semaine 25 novembre 2018						
Dimanche	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi
N/A	N/A	Installation	9h30 à 17h	10h à 14h 15h à 19h	10h à 15h	12h à 16h
Semaine 2 décembre 2018						
Dimanche	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi
12h à 15h	10h à 14h30	10h à 14h30	10h à 14h30	15h à 19h	15h à 19h	12h à 16h
Semaine 9 décembre 2018						
Dimanche	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi
12h à 15h	10h à 14h30	10h à 14h30	13h à 16h	15h30 à 19h	10h à 14h30	12h à 16h
Semaine 16 décembre 2018						
Dimanche	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi
12h à 15h	10h à 14h30	10h à 14h30	10h à 14h30	15h à 19h	10h à 14h30	N/A

Pour plus de détails, visitez desjardins.com/nouveauguichet

ÊTRE MEMBRE DESJARDINS
À SES AVANTAGES !
desjardins.com/avantages

 **Desjardins**
Caisse de l'Abitibi-Ouest



Formation donné par le CAPACS d'Abitibi-Ouest

Pour une personne qui a subi des agressions à caractère sexuel, il peut être difficile d'en parler.

« Est-ce qu'on va croire mon histoire ? »

« À qui dois-je en parler ? »

« Que va-t-il se produire si j'en parle ? »

À qui cela s'adresse-t-il ?

Toute personne désirant être outillé à bien recevoir une dénonciation d'agression sexuelle. Lorsque vous assistez à la formation « Formé pour vous épauler » le CAPACS vous remettra un collant électrostatique.

Le but de la formation !

Savoir comment accueillir une première révélation et ainsi être en mesure de bien la diriger dans les services appropriés.

Plusieurs raisons contribuent à son silence :

- Les mythes et les préjugés;
- La crainte des représailles de l'agresseur;
- L'impression d'être la seule personne à vivre cette situation;
- Le fait d'avoir des sentiments confus à l'égard de l'agresseur;
- La crainte des démarches judiciaires;
- La peur de perturber la vie de ses proches;
- L'impression d'être responsable de l'évènement.

citoyen

**Formé pour
vous épauler!**

Centre d'aide et de prévention
des agressions à caractère sexuel

Pour plus amples informations ou pour recevoir la formation,
vous pouvez contacter le CAPACS-AO aux 819-333-3773 postes 0

VOUS AVEZ ÉTÉ VICTIME D'AGRESSION À CARACTÈRE SEXUEL?

Si vous voyez un collant électrostatique « Formé pour vous épauler » vous pouvez aller dénoncer en toute confiance à cette personne. Celle-ci vous dirigera vers les bons services et ce rapidement.

Maison des familles d'Abitibi-Ouest



Nous avons créé des capsules pour promouvoir nos services et nos activités à la population de l'Abitibi-Ouest ainsi que le territoire de VVB dans le but d'offrir un soutien et des moments de plaisir en famille.

CINÉ-FAMILLE/CINÉ-POUPON

Film familial ou général. Le son est ajusté et vous pouvez apporter votre collation.

Horaire disponible une semaine avant la projection.

COIN DES VÊTEMENTS

Accessible à tous les membres.

Vêtements 0-5 ans et de maternité. Nous acceptons les dons de vêtements propres et en bon état.

DÉPANNAGE

Si vous vivez une période plus difficile financièrement, sachez que nous pouvons vous dépanner avec des couches, purées ou des préparations commerciales pour nourrissons.

M'AMIES TENDRESSE

Accompagnement bénévole au domicile des futurs parents et des familles d'enfant 0-2 ans. Que ce soit pour du répit, du soutien, de l'écoute ou des conseils, n'hésitez pas à appeler pour être jumelé à la M'amie idéale.

Un retour en force pour Festivitas !



Festivitas sera de retour en décembre prochain avec une toute nouvelle édition comprenant sept (7) nouvelles scènes. Ce spectacle permet à plusieurs personnes de l'Abitibi-Ouest, de participer à un grand événement et de vivre une expérience de la scène très enrichissante.

*Ce spectacle rassemble plus de 50 comédiens, chanteurs et danseurs de partout en Abitibi-Ouest sur une même scène. Quelques-uns d'entre eux en sont à leur première expérience. Chose certaine, Festivitas aura rassemblé des membres d'une même famille sur une même scène tout comme l'a été *Le Paradis du Nord*. On peut voir des familles de 3 générations. « Quelle chance j'ai de pouvoir jouer avec ma grand-mère, ma tante et mon fils. C'est un moment familial qu'on gardera toujours dans nos cœurs » confie Caroline Larouche. Pour sa part, Jacynthe Lebel est heureuse de faire vivre cette expérience à ses deux filles et de leur faire découvrir sa passion pour le théâtre. C'est également une belle activité familiale et intergénérationnelle car elle peut jouer aux côtés de sa mère Céline.*

La Troupe est aussi un excellent outil de développement et de dépassement de soi. Les formations offertes dans le cadre de ses productions sont dispensées gratuitement. Le fait de ne pas avoir de formation en théâtre, en chant ou en danse n'empêche en rien les personnes d'intégrer la Troupe. En effet, celle-ci développe chez les participants des côtés et des talents cachés ou méconnus. Avec les années, ceux qui demeurent actifs au sein de l'organisme, se voient de plus en plus performants et plus expérimentés développant ainsi leur confiance en eux.

La Troupe À Cœur ouvert est un organisme bien implanté en région depuis 1981. Soucieuse de produire des spectacles de grande qualité, Festivitas n'échappe pas à la règle. Plusieurs spectateurs de l'an dernier ont signifié leur appréciation en disant qu'ils avaient vu un spectacle haut en couleur. Les billets sont déjà en vente sur ticketaces.net pour Festivitas édition 2018.

Pour information : www.latroupeacoeurouvert.com