

LA MUNICIPALITÉ

Maire : Henri Bourque

Les conseillers :

Siège #1 : Serge Marquis

Siège #2 : Claude Bourque

Siège #3 : Francine Lehouiller

Siège #4 : Sonia Rivard

Siège #5 : Réjean Breton

Siège #6 : Luc Adam

Directrice générale et secrétaire-trésorière

Johanne Shink

Secrétaire-trésorière adjointe

Nancy Shink

Inspecteur municipal

Poste à combler

Courriel: inspecteurgallichan@outlook.com

Site Internet: www.gallichan.ao.ca

Courriel: gallichan@mrcao.qc.ca

Heures d'ouverture du bureau municipal

MARDI : 13h15 @ 16h

MERCREDI, JEUDI, et VENDREDI :

9h @ 12h et de 13h15 @ 16h



Le CACI et la municipalité mettent à votre disposition :
un Service Internet haute vitesse et des ordinateurs récents
localisés dans la salle du Club Les Retraités de l'Île et au bureau municipal

MARDI : 13h15 @ 16h

MERCREDI : 09h @ 12h, 13h15 @ 16h et 18h30 @ 19h30

JEUDI : 09h @ 12h 13h15 @ 16h

VENDREDI : 09h @ 12h 13h15 @ 16h



Le Conseil municipal en bref ...

Lors de la séance ordinaire du 6 mars 2018, le Conseil a ...

- Autorisé WSP à appliquer les pénalités de retard à l'Entrepreneur Galarneau pour la construction de l'Aqueduc municipal;
- Autorisé la procédure d'appels d'offres pour l'achat du calcium liquide en 2018;
- Autorisé la procédure d'appels d'offres pour le renouvellement du contrat de nivelage qui terminera le 30 novembre 2018;
- Refusé l'offre de balayage et de ramassage de la chaussée et les accotements au Printemps demandé par le Ministère des Transports;
- Autorisé la procédure d'appels d'offres pour le renouvellement du contrat pour la cueillette des ordures et de la récupération qui se termine le 31 décembre 2018;
- Autorisé le remplacement de la vitre cassée au local de l'Âge d'Or;
- Autorisé le club les Chevaliers d'Iberville à installer un panneau de signalisation indiquant la traverse de motoneige;
- Autorisé la reddition de compte pour le programme d'aide à l'entretien du réseau routier local;
- Autorisé le rapport annuel incendie 2017;
- Accepté la proposition de services de la firme AECOM pour notre plan d'urbanisme;
- Autorisé la demande de bonification pour le zonage agricole de la Municipalité;
- Autorisé la soumission des Entreprises Électriques Roland Richard Inc. pour le local du Cercle des Fermières de Gallichan;
- Autorisé le renouvellement de l'autorisation de M. André Carbonneau pour l'exploitation de la sablière et gravière;
- Autorisé le versement d'un montant de 25.\$ à la Fabrique de Gallichan dans le cadre du Bingo Jambon qui aura lieu le 25 mars prochain.
- Autorisé l'augmentation des heures de la secrétaire-trésorière adjointe à 25 hres par semaine;
- La Municipalité de Gallichan a remis au club les Retraités de l'île de Gallichan une valeur estimée à 1 125.\$ en articles promotionnels dans le cadre des activités de la Fête des Neiges pour les différents tournois de cartes et cribles. 10 participants ont bénéficiés de ces prix;
- La Municipalité de Gallichan a remis au comité des loisirs une valeur estimée à 60.\$ en articles promotionnels dans le cadre des activités de la Fête des Neiges pour les remettre à titre de prix de présence.

Prochaine séance du Conseil : le 3 avril 2018 à 19h00

Le maire vous informe...

Aqueduc municipal

Les travaux de construction de la station de pompage et de filtration de l'eau en sont à l'étape de l'installation du système d'alarme qui implique les compagnies Télébec et Alarme La Sarre.

La nouvelle station traitera partiellement l'eau en provenance du puits. Cela implique que la municipalité doit se conformer à de nouvelles normes concernant l'entretien des équipements. Nos employés ne possèdent pas ces compétences et ne pourront effectuer ces travaux. La municipalité analyse différentes solutions, qui utiliserait, par exemple, l'utilisation d'une firme possédant les qualifications nécessaires ou un partage de service avec une municipalité ayant le personnel possédant les compétences nécessaires.

Pour l'instant, il est prévu que la nouvelle station de pompage et de filtration soit reliée au réseau d'aqueduc au cours du mois de mars. Les citoyens reliés au réseau d'aqueduc recevront un avis les informant de la date de mise en service de la nouvelle station de pompage et de filtration de l'eau. Comme l'eau sera partiellement filtrée et traitée à la source, les citoyens et citoyennes reliés au réseau d'aqueduc qui possèdent un adoucisseur d'eau pourraient avoir à recalibrer celui-ci.

Schémas d'aménagement

Le comité d'urbanisme s'est réuni pour valider la proposition de la MRC concernant la caractérisation des terres agricoles. Cette caractérisation consistait à valider les différentes affectations proposées par le comité technique de la MRC, soit : agricole dynamique, agricole viable, forestière, etc. Il s'agit d'une étape nécessaire pour l'approbation finale du plan d'urbanisme de la MRC.

Cependant, le comité d'urbanisme devra réaliser diverses corrections au schéma d'urbanisme de la municipalité de Gallichan, tout particulièrement en ce qui concerne le périmètre urbain. La réforme cadastrale a clarifié les délimitations des propriétés. Cela a pour conséquence qu'une propriété se retrouve avec une partie du terrain dans une zone et une partie du même terrain dans une autre zone.

La municipalité est à la recherche d'un consultant expérimenté dans ce domaine pour accompagner le comité d'urbanisme dans cette tâche très complexe.

Réponse du jeu questionnaire de Février 2018

En quelle année la municipalité a-t-elle déménagé son bureau au 168, chemin de Gallichan?

2016 Et qui était le maire à cette époque ? Henri Bourque

L'HIVER TIRE À SA FIN !!!



La Municipalité de Gallichan a mis en place une réglementation concernant les abris d'auto temporaires(tempo) utilisés pendant la période hivernale. Ainsi, pendant cette saison, les citoyens peuvent profiter de l'utilisation d'un abri d'auto temporaire(tempo) servant à abriter un véhicule de promenade, tout en respectant les normes de sécurité.

Avec l'arrivé du printemps nous désirons vous rappeler qu'il faudra bientôt la démonter pour la période estival tel que stipulé au règlement de zonage #93 article 4.4.3.

Consultation du rôle d'évaluation foncière

Accès Public gratuit ✨



Vous pouvez maintenant consulter le rôle d'évaluation foncière sur le site web de la municipalité à l'adresse :

www.gallichan.ao.ca

Que dit un zéro à un huit, lorsqu'il le rencontre par hasard ?

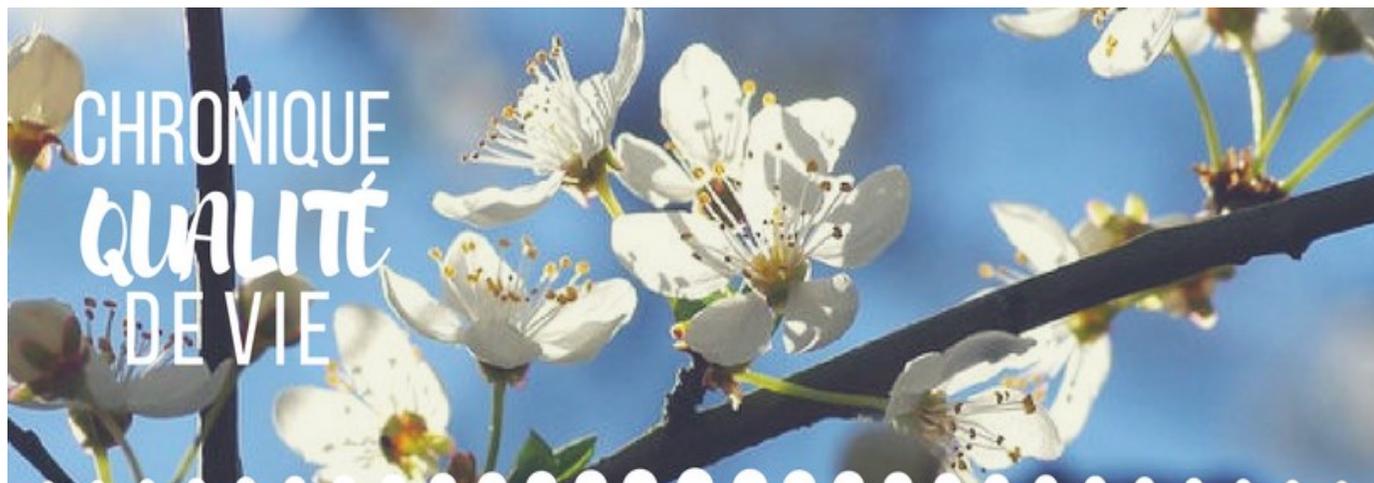
0

8

Salut toi ! T'as mis une ceinture aujourd'hui ???

Je peux être de nuit ou de vitesse.
Qui suis-je ?

Devinette du Jour.com



+ DE VIE POUR NOS COMMUNAUTÉS

À venir à Gallichan :

- La Francofête de Gallichan par le comité Génie des sages : lundi 19 mars 13h00.
- Coco disco par la Commission des loisirs : samedi 7 avril.
- Comité jeunesse (maison des jeunes) : les lundis de 16h00 à 18h00 en mars et de 18h30 à 20h30 en avril.
- Activités rencontres des Fermières : un mercredi sur deux 13h00.
- Bibliothèque la Gallithèque : chaque mercredi 18h30 à 19h30.
- Génie des sages : chaque lundi 13h30.
- Club de dards : chaque vendredi soir.
- Cours de danse en ligne : chaque jeudi 18h45 et 20h00.
- Souper du dimanche au Club des Chevaliers d'Iberville.

À venir à Roquemaure et Rapide-Danseur (VOUS ÊTES LE/LA BIENVENUE) :

- Comité jeunesse (maison des jeunes) à Roquemaure : les lundis de 18h30 à 20h30 en mars et de 16h00 à 18h00 en avril.
- Groupe de marche à Rapide-Danseur : chaque mardi 10h00.
- * Surveillez les actualités pour le prochain Rapide Show à Rapide-Danseur !

SONDAGE

La Commission des loisirs et Projet RAGARO souhaite connaître votre opinion afin d'améliorer les parcs de Gallichan (celui entre le Café des Rumeurs et l'Église ainsi que celui de l'ancienne école) pour TOUS les citoyens, autant les enfants, les ados et les adultes. Aidez-vous en répondant à un petit sondage de 5 minutes ! Disponible en ligne (voir la page Facebook de Projet RAGARO) ou en version papier à la municipalité.



Fixez-vous, dans votre agenda, un moment dans le prochain mois afin de profiter de la température (petite marche, randonnée dans un sentier, raquette, découvrir un lieu, etc.)!

Nous vous invitons à suivre la page Facebook : Projet RAGARO.



Elisabeth Carrier

Coordonnatrice en
loisirs et qualité de vie
819-787-6092 #31

PROJET D'EMBELLISSEMENT ET D'ENVIRONNEMENT

AUTO-REIN ~~DÉBARQUE~~ EMBARQUE À RAPIDE-DANSEUR ET GALLICHAN!

Avez-vous une auto qui ne roule plus (ou presque) dont vous aimeriez vous débarrasser? Recevoir, en plus, un reçu de don pour fins d'impôts? Et ressentir la satisfaction d'avoir fait une bonne action, pour une bonne cause ?

Ce printemps, la Fondation canadienne du rein en collaboration avec le Projet RAGARO et les municipalités de Gallichan et Rapide-Danseur, veut faire remorquer gratuitement et recycler autant d'autos que possible. Le but : amasser des fonds pour la Fondation du rein et contribuer à l'embellissement et à la protection de l'environnement des deux municipalités.

Comment ça marche? La Fondation du rein a une entente avec Perreault Pièces d'auto de Rouyn pour venir chercher des autos dont les propriétaires désirent se débarrasser. Pour être éligible, un véhicule doit être « complet » (avec quelques exceptions), ce qui veut dire comprend le moteur, la transmission et être sur quatre roues et le propriétaire doit posséder les papiers d'enregistrement. Pour chaque auto donnée, le propriétaire reçoit un reçu de don de charité de 300\$ (minimalement) pour fins d'impôt.

Au cours de mars et d'avril, nous aimerions contacter toute personne qui aurait une auto à donner. Nous vérifierons l'éligibilité du véhicule en question et remplirons la fiche de remorquage avec le propriétaire. La collecte des autos aura lieu pendant les deux premières semaines de mai.

Si vous avez une auto « candidate », connaissez quelqu'un qui en a une ou voulez savoir plus sur le projet, veuillez appeler une des deux personnes suivantes :

À Rapide-Danseur
Brian Harvey
Bénévole, Fondation du rein
(819) 948-2354

À Gallichan
Élisabeth Carrier
Coordinatrice Loisir et Qualité de vie, Projet RAGARO
(819) 787-6092 #31



Communauté chrétienne de St-Laurent de Gallichan

HORAIRE DES OFFICES

- Samedi le **10 Mars**, Célébration, 19h00
(4^e semaine du carême)
- Samedi le **17 mars**, Messe, 19h00
(5^e semaine du carême)
« Bénédiction des Rameaux »
 - 1- Pour le repos de l'âme de **M. Marcel Côté** par la collecte des funérailles;
 - 2- Pour le repos de l'âme de **M. Théodore Denis** par la collecte des funérailles.
- Samedi le **24 mars**, Célébration, 19h00
- Mardi, le **27 mars**, Messe Chrismale à **Amos**, 14h00
- Jeudi le **29 mars**, Messe à **Palmarolle**, 19h00
« **Jeudi Saint et Messe de la Cène du Seigneur** »
- Vendredi le **30 mars**, **Gallichan**, 15h00
« **Vendredi Saint et Office de la passion du Seigneur** »
- Samedi le **31 mars**, Messe, 19h00
« **Samedi Saint et Messe de Pâques** »
 - 1- Pour le repos de l'âme de **M. Yvon Gingras** par la collecte des funérailles;
 - 2- Pour le repos de l'âme des parents défunts de la **famille de M. et Mme Eugène Morin** par madame Aline Morin.

Baptême

Pour la préparation d'un baptême, on communique avec **Mme Carolle Rivard**, responsable au (819) 787-6279.

Funérailles

Pour la préparation de la messe et de l'hommage au défunt lors d'un décès, on communique avec **Mme Céline Denis**, responsable au (819) 787-6073.

Registres

La personne responsable de la tenue des registres est **Mme Gertrude Bélanger-Côté**, pour toutes informations, on peut communiquer avec elle au (819) 787-6265.

Capitation

Même si l'église a été vendue à la Municipalité, la capitation est toujours payable à la Fabrique, celle-ci sert à payer les dépenses de fonctionnement pour l'église pour pouvoir continuer de célébrer des messes et des célébrations. La fabrique doit payer la contribution diocésaine à l'évêché, payer les dépenses pour les prêtres (salaire, avantages sociaux et déplacements), assurances pour les biens, etc... Merci de continuer à supporter les besoins de l'église.



ACTIVITÉ DE FINANCEMENT

BINGO JAMBON

Le Bingo Jambon aura lieu **dimanche le 25 mars prochain** à compter de **19h30** au sous-sol de l'église.

Le coût à l'entrée sera de 8,00\$

Carte supplémentaire : 1,00\$

Tours spéciaux : 2,00\$

Informez vos parents et amis...

Nous vous attendons nombreux....!

BIENVENUE À TOUS!

Conseil de la Fabrique

Le conseil de la Fabrique est maintenant composé des personnes suivantes :

M. Claude Bourque, Mme Carolle Rivard, Mme Marie-Berthe Bélanger, Mme Carmelle Rivard, Mme Julie Lambert, M. Laurent Gingras et M. Jules Perron.

MERCI à tous ceux qui participent aux différentes activités et au maintien des activités religieuses de la Fabrique tout au long de l'année...!

Président : Claude Bourque (819) 339-8705
Sec.-très. : Johanne Shink (819) 787-6767

Messe + Feuillet paroissial : Céline Denis (819) 787-6073
Publication (Le Gallichan) : Carolle Rivard (819) 787-6279

Funérailles : Céline Denis (819) 787-6073
Baptêmes : Carolle Rivard (819) 787-6279

DÉCOUVREZ LE POUVOIR DES ALIMENTS



Cette année, tout au long du mois de **MARS**, les nutritionnistes/diététistes de partout au Canada vous invitent à découvrir le pouvoir des aliments. Le **mois de la nutrition** vise à célébrer les milles et une vertu de ces aliments qui remplissent nos assiettes chaque jour!

Le pouvoir de NOURRIR : Profitez du plaisir de manger à votre faim

Par manque de temps ou pour différentes raisons, il est parfois difficile d'avoir une alimentation équilibrée. Si pour certains, les 3 repas suffisent, ce n'est pas le cas pour tous. **Une simple solution est de prendre des collations saines.** Manger suffisamment durant la journée permet de maintenir un bon niveau d'énergie, de calmer l'appétit et surtout, d'éviter de trop manger au repas suivant. Quelques idées de collations saines : un fruit avec un morceau de fromage, un yogourt avec des petits fruits, des légumes avec de l'hummus, une poignée de noix et de fruits séchés ou encore des céréales à grains entiers avec du lait.

Le pouvoir de DÉCOUVRIR : Profitez du plaisir de faire découvrir les aliments sains aux enfants

Les enfants refusent parfois de manger certains aliments. **Le meilleur conseil est sans aucun doute de les faire participer.** Plus les enfants mettent la main à la pâte, plus ils mangeront ce qu'ils auront cuisiné. Cuisiner expose les enfants à des aliments frais et sains. Plus tôt ils sont familiarisés aux aliments sains, meilleures seront leurs habitudes alimentaires.



Le pouvoir de RASSEMBLER : Profitez du plaisir de manger en famille

Au Canada, une personne sur trois a de la difficulté à trouver du temps pour manger en famille ou avec des amis. **Il faut alors faire preuve de créativité pour ajuster son horaire parce que ça en vaut la peine.** Manger en famille permet aux enfants et adolescents de mieux réussir à l'école et d'être moins susceptibles de consommer de la drogue et de l'alcool. Chez les adultes, manger en famille ou avec des amis permet d'avoir une alimentation plus équilibrée.

Les aliments comblent le besoin de nous nourrir mais ils nous permettent également d'apprécier les plaisirs de la vie, profitons-en et savourons-les!



Par Sara-Jane Coutu-Loiselle et Josée Coderre,
nutritionnistes et coordonnatrices régionales
du Mois de la nutrition.

Gallithèque, votre Biblio



*Voici votre Bibliothèque, coin pour adulte.
Pour les intéressés, vous êtes bienvenue.
Plein de beaux livres vous attendent.*

*Dominic Ducharme a cédé son prix donc
Félicitations à **Marie-Claude Raïche**,
gagnante de l'abonnement familial 2018.*

*Merci à tous ceux qui nous font des dons
de livres, ceci augmente le choix de nos
clients.*

- ◇ **Heure d'ouverture :** *mercredi de 18h30 à 19h30*
- ◇ **Période d'emprunt :** *3 semaines, vous avez le privilège de renouveler par télé
phone lors de l'ouverture.*
- ◇ **Prix d'abonnement annuel :** *moins de 12 ans : \$2,00 — 12 ans et plus : \$5,00.*
- ◇ **Suggestions de nos clients très appréciées :** *nous achèterons et prioriserons
vos choix de livres.*
- ◇ **Contacteur :** *Pauline Pellerin : 819-787-6240 ou par
courriel : pauline.pellerin.020@outlook.com*

Venez vous abonner à la bibliothèque, il nous fera plaisir de vous accueillir!

Vous trouverez sûrement le livre qui vous convient.

Votre équipe de la Gallithèque

Mars

24 : Jean-Noël Rivard et
Johanne Shink
26 : Pauline Carbonneau

Avril

5 : Yvette Boissonneault et
Lise Morin
10 : Louis Naud

BONNE FÊTE !!!





QUÉBEC
5-1-1

Application mobile Québec 511

Planifiez des déplacements sécuritaires et efficaces avec l'application mobile Québec 511

Cette application mobile permet d'obtenir, au bout des doigts, une variété d'information, telle que :

- les travaux routiers et les entraves (l'emplacement, nature, horaire, durée);
- l'état de la circulation;
- les conditions routières hivernales (état de la chaussée et visibilité);
- les images des caméras de circulation (grandes régions du Québec et postes frontaliers);
- les événements en cours sur le réseau routier (accidents, inondations, etc.);
- la disponibilité et les horaires des services de traversier;
- le temps d'attente aux postes frontaliers;
- l'emplacement des haltes routières et des villages-relais, ainsi que les services offerts;
- l'emplacement des radars photo et des caméras de surveillance aux feux rouges;
- les accès interdits aux camions et les limitations de poids.
- les informations sur les ponts fédéraux;

De plus, l'activation d'alertes permet de recevoir des notifications au sujet des avertissements en vigueur, des nouveaux travaux routiers et des messages généraux.

L'application mobile Québec 511 est disponible pour les appareils utilisant les systèmes d'exploitation iOS et Android, et peut être téléchargée gratuitement dans les boutiques en ligne [App Store](#) et [Google Play](#).

Les utilisateurs des autres types d'appareils intelligents peuvent utiliser le [site mobile](#) de Québec 511.



Concours de Pâques

La corporation municipale de Gallichan invite petits et grands à participer au concours de Pâques. Vous pouvez participer autant de fois que vous le désirez soit en colorant cette belle mère poule dans son panier, en trouvant les 7 erreurs dans l'image de la page 13, en répondant au jeu questionnaire à la page 14 ou bien en faisant parvenir une photo qui représente la municipalité sous le thème de l'hiver. Apportez votre feuille de participation au bureau municipal dans la boîte à cet effet ou déposez-la dans la boîte de courrier qui se trouve à l'extérieur. Vous pouvez nous faire parvenir vos photos par courriel à l'adresse suivante : legallichan@gmail.com

Et ce avant le 28 mars. **4 beaux prix seront tirés au hasard parmi tous les participants**

Nom : _____

Numéro de téléphone : _____

Âge: _____



Offert par
Les3Colombes.com

Nom : _____ Téléphone : _____

Jeu : les 7 erreurs

Âge : _____

Joyeuses Pâques !!!



joyeuses Pâques !!



Ouvre bien l'oeil et trouve les 7 erreurs
qui se sont glissées dans le second dessin

Jeu questionnaire

1. Nommez 4 personnes qui ont occupé le poste de secrétaire-trésorière à la municipalité de Gallichan dans le passé :

2. Nommez 3 personnes qui ont déjà travaillé en tant qu'employé municipal :

3. Qui a succédé à M. et Mme Marcel Côté en tant que propriétaire de l'Épicerie Gallichan ?

4. Quel est l'organisme de Gallichan qui était constitué seulement de femmes et qui n'existe plus aujourd'hui?

5. Une petite charade pour terminer :

Mon premier vient après R

Mon deuxième est le masculin de « mère »

Mon troisième pend tout au fond de la bouche, accrochée au palais

Mon tout est un caractère typographique : _____

Nom : _____ Téléphone : _____

Les réponses seront dans l'édition d'avril 2018

Le Bonheur est ici

Lorsqu'on s'aime et qu'on aime ce qu'on apporte à la vie et aux autres, on développe une relation avec le bonheur et le succès. En se faisant aimer des gens par sa bonté, on peut véritablement sentir et goûter au bonheur.

Pour être heureux il faut aimer la vie, sinon on devient insensible à la beauté des choses ce qui nous fait perdre notre héritage naturel de joie.

En plus d'aimer la vie, si on a le don de découvrir le beau côté de toutes choses, c'est prodigieux. On devient alors semeurs de joie, de sourires et de rires qui sont des bénédictions de la vie.

C'est normal qu'on ait parfois des peurs, des angoisses et c'est justement en considérant celles des autres qu'on peut se détacher des nôtres.



À un endroit ensoleillé
Je déguste mon petit déjeuner
Le ciel est bleu, un oiseau chante
Je suis heureux et tout m'enchanté
Puis, j'admire la couleur de ciel
Toujours avec ma toute belle



Nous sommes vraiment choyés
De vivre dans ce beau pays
De tolérance et de liberté
Le Bonheur, il est ici
Au Pays des gens heureux
Un Pays bénit des dieux !

VENTE DE GARAGE

Décorations, tissus, jouets, livres, casse-tête, CD, DVD, meubles, vêtements, chaussures, accessoires, rideaux, douillettes...

Spécial : PÂQUES



DOMAINE DE L'HIRONDELLE

RÉSIDENCE POUR PERSONNES ÂGÉES SEMI-AUTONOMES
(au sous-sol de l'ancien presbytère)

204 Principale
Ste-Germaine-Boulé

- Samedi 24 mars de 13 à 16 h



BIENVENUE À TOUS!

(Visitez-nous sur [Facebook](#) :
Domaine de l'Hirondelle)

➔ INVITATION À TOUS ➔



BINGO JAMBON

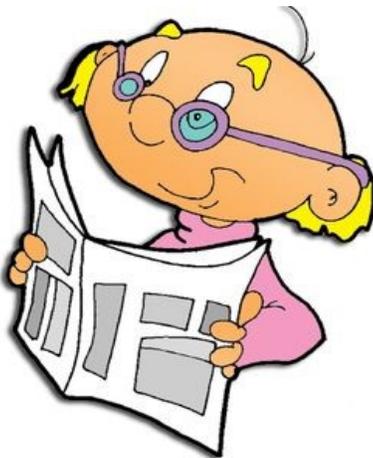
***DIMANCHE LE 25 Mars 2018
À 19H30***

***À LA SALLE MUNICIPALE
DE GALLICHAN
(sous-sol de l'église)***



BIENVENUE À TOUS !

La Fabrique de Gallichan



Message du Comité du journal

Une copie PDF du journal
« LE GALLICHAN »
est disponible sur le site Internet de la municipalité à l'adresse:

www.gallichan.ao.ca sous l'onglet « *Journal local* ».

Pour la prochaine édition du Gallichan

**Il est très important de nous faire parvenir vos
textes avant le 1^{er} de chaque mois.**

Tous les textes reçus après cette date seront publiés le mois suivant.

PROCHAINE ÉDITION LE 13 AVRIL 2018



Ministère de la Sécurité publique du Québec

Les cendres de bois peuvent demeurer chaudes jusqu'à 7 jours et continuer de produire du monoxyde de carbone. Au Québec, environ un incendie tous les 2 jours est causé par un mauvais entreposage de cendres chaudes! Placez-les dans un contenant métallique à fond surélevé et muni d'un couvercle, puis déposez-le à l'extérieur, sur une surface incombustible, à plus d'un mètre des bâtiments. Vous pouvez également ajouter de l'eau ou de la neige aux cendres chaudes pour les refroidir.



Les cendres chaudes - Ministère de la Sécurité publique

Découvrez toutes les facettes de votre sécurité, qu'elle soit sous votre responsabilité ou sous la responsabilité gouvernementale. Notre site contient...

SECURITEPUBLIQUE.GOUV.QC.CA

« Pour tout homme de cœur, le culte qu'il a voué à sa langue maternelle est une chose sacrée! »

Georges Isidore Barthe

Extrait de : Drame de la vie réelle

CROQUE-LIVRES ET CROQUE-JOUETS

Accessible à tous les membres, livres
et jouets usagés. Nous acceptons les
dons en bon état.



Grandes et Capucines

Stimuler le
développement et le
potentiel de vos enfants
par le jeu : série de 13 ateliers,
tous plus intéressants les uns
que les autres pour les enfants
de 24 à 48 mois. Les
parents sont aussi
impliqués lors des
rencontres.

8 groupes/année
en Abitibi-Ouest
2 rencontres/semaine
GRATUIT

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.



Maison des Familles
d'Abitibi-Ouest

📞 819-333-2670

« CRÉMETTES » POUR LE CAFÉ... RECYCLABLES ?



Les portions individuelles font partie de notre quotidien. En raison de leur côté pratique, les « crémets », ou portions pré-dosées de lait ou de crème pour le café, sont fréquemment utilisées dans le milieu de la restauration, lors d'événements et même au bureau. Même si ce petit contenant est en plastique, sachez qu'il **n'est pas recyclable**.

Comment les remplacer ?

Votre bureau est certainement un endroit où vous pouvez intervenir. Remplacez ces fameuses « crémets » par un contenant de lait ou de crème de format de 500 millilitres ou de 1 litre, par exemple. Ces contenants, faits de carton, sont recyclables.

La science y travaille aussi !

Le bulletin Tricentris Express nous rapporte qu'une équipe de chercheurs tente actuellement de développer des bulles de lait concentré afin de réduire les emballages. Suivant le même principe que les bonbons durs au centre liquide, l'idée est d'utiliser le sucrose ou l'érythritol pour créer une fine coquille d'un millimètre de sucre cristallisé pour encapsuler le lait ou la crème.

Ces deux substances, sécuritaires pour la consommation, permettent en prime de légèrement sucrer son breuvage au même moment. Il suffit de les plonger dans son café ou son thé, car elles se dissolvent dans le liquide chaud.

Et puisque la fine couche solide qu'elles forment est imperméable, nul besoin d'emballer individuellement ces « crémets » nouveau genre !

Texte tiré de Tricentris Express, février 2018

AUTRES FAÇONS DE RÉDUIRE VOS DÉCHETS DANS LE COIN CAFÉ AU BUREAU

Les bâtonnets

Les bâtonnets de plastique ne sont pas recyclables. Ils peuvent tout simplement être remplacés par une cuillère à café (ustensile durable).

Vous pouvez également les remplacer par une linguine (non cuite, évidemment !) que vous déposerez au compost après utilisation.

Emballages individuels de café

Pré-dosés pour un « silex » complet, ils peuvent être remplacés par un emballage grand format que vous pourrez verser dans un contenant. Une tasse à mesurer vous permettra de bien doser votre café !

Tasse à café

Bien que la tasse de carton soit recyclable, la tasse réutilisable demeure la meilleure option.

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



METTRE À JOUR VOTRE DOSSIER D'ASSURANCE, C'EST IMPORTANT !

SI VOUS RÉPONDEZ « OUI » À L'UNE OU L'AUTRE DES QUESTIONS CI-DESSOUS, IL EST IMPORTANT DE METTRE À JOUR VOTRE DOSSIER D'ASSURANCE.

SITUATION PERSONNELLE

Les changements à votre situation personnelle peuvent avoir une influence sur votre contrat d'assurance.



Par exemple, avez-vous :

- accueilli un nouvel enfant ?
- changé d'état matrimonial ?
- acquis ou vendu une résidence ?
- pris votre retraite ?

SITUATION PROFESSIONNELLE

Les changements à votre situation professionnelle peuvent aussi avoir une influence sur le coût de votre assurance ainsi que sur le montant mensuel versé en cas de réclamation.



Par exemple, avez-vous :

- des revenus qui ont diminué ou augmenté ?
- adhéré ou mis fin à une assurance collective ?
- souscrit une assurance invalidité ?
- changé d'emploi ?
- changé de type de revenus (ex. : dividendes plutôt que salaire) ?
- commencé une carrière à titre de travailleur autonome ?



COMMENT ?

En communiquant avec moi :

MICHEL CÔTÉ

Représentant autonome
Conseiller en sécurité financière

280 A, rue Principale, bur. 107, La Sarre (Québec) J9Z 1Y8
Tél. : 819 339-8242 | michel.cote@sfl.qc.ca | www.sfl.qc.ca



AVOIR UN DOSSIER D'ASSURANCE À JOUR,
C'EST À VOTRE AVANTAGE !

® Marque déposée propriété de Desjardins Sécurité financière, compagnie d'assurance vie

VOTRE CAISSE VOUS INFORME

Capsule AVANTAGES



AVANTAGES EXCLUSIFS
AUX MEMBRES



Profitez des **avantages d'être membre** d'une coopérative de services financiers c'est avoir accès à des rabais, remises en argent, bonifications de taux et exclusivités liés aux produits et services financiers Desjardins.

Également, nos services d'assistance téléphonique **gratuits** sont offerts 24 heures sur 24, 7 jours sur 7, par une équipe d'experts pour obtenir de l'aide en matière de vol d'identité, de voyages et de succession.

Alors, à la Caisse Desjardins de l'Abitibi-Ouest, être membre sera toujours ... un avantage !

RABAIS DE 3 JOURS SUR L'ASSURANCE VOYAGE DESJARDINS

Vous prenez des vacances au soleil cet hiver ? Optez pour l'Assurance voyage Desjardins et, en tant que membre, profitez d'un rabais de 3 jours sur votre assurance.

Certains imprévus en voyage peuvent être vraiment désagréables et même coûter très cher. Soins de santé d'urgence, annulation de voyage, perte de bagages... Nous sommes là pour vous !

Pour obtenir un prix, visitez Assurancevoyagedesjardins.ca.

DÉPÔT DIRECT – UN RACCOURCI PAYANT

Opter pour le **dépôt direct**, c'est vous assurer que les montants qui vous sont dus suivent le plus court chemin vers votre compte.

Vos remboursements d'impôt et les montants que vous recevez chaque mois du gouvernement sont des exemples de versements que vous pouvez inscrire au dépôt direct.

N'attendez plus, inscrivez-vous au **dépôt direct!**

PRENEZ PART AUX DÉCISIONS DE VOTRE CAISSE !

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

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

Réalisons  ensemble

Mars 2018

Dimanche	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi
				1 18h45 Danse 	2	3 19h00 Messe
4	5 13h30 Génie des sages	6 19h00 Séance du conseil	7 8h@12h CLSC 18h30@19h30 Biblio 15h@20h Piano	8 18h45 Danse 	9	10 19h Célébration
11	12 13h30 Génie des sages	13	14 8h@12h CLSC 18h30@19h30 Biblio 15h@20h Piano	15 18h45 Danse 	16	17 19h00 Messe
18	19 13h30 Génie des sages	20	21 8h@12h CLSC 18h30@19h30 Biblio 15h@20h Piano	22 18h45 Danse 	23	24 19h Célébration
25	26 13h30 Génie des sages	27	28 8h@12h CLSC 18h30@19h30 Biblio 15h@20h Piano	29 18h45 Danse 	30	31 19h00 Messe

Avril 2018

Dimanche

Lundi

Mardi

Mercredi

Jeudi

Vendredi

Samedi

1	2	3	4	5	6	7
	13h30 Génie des sages	19h00 Séance du conseil	8h@12h CLSC 18h30@19h30 Biblio 15h@20h Piano	18h45 Danse 		19h Célébration
8	9	10	11	12	13	14
	13h30 Génie des sages		8h@12h CLSC 18h30@19h30 Biblio 15h@20h Piano	18h45 Danse 		19h00 Messe
15	16	17	18	19	20	21
	13h30 Génie des sages		8h@12h CLSC 18h30@19h30 Biblio 15h@20h Piano	18h45 Danse 		19h Célébration
22	23	24	25	26	27	28
	13h30 Génie des sages		8h@12h CLSC 18h30@19h30 Biblio 15h@20h Piano	18h45 Danse 		19h00 Messe
29	30					
	13h30 Génie des sages					