

LES
NOUVELLES
DE LA

CACHE

Février 2023 Bulletin d'informations municipales Volume 38, no 02

Bon 90 ans, municipalité de Roquemaure!

Mot de la mairesse

Bonjour à tous,

Ah, le mois de mars! Là où les températures sont moins froides, qu'il commence à faire noir plus tard, que les bourgeons commencent à sortir dans les arbres...Bref, c'est un mois qui sent le printemps! C'est moi ou ça sent bon le printemps!?

C'est ce mois-ci, le 12 mars à 2h00 Am que s'effectuera le changement d'heure. Nous avançons l'heure, ce qui veut aussi dire...1 heure de sommeil en moins!

Néanmoins, nous avons du nouveau à la municipalité! De beaux projets seront bientôt dévoilés.

Également, nous souhaitons la bienvenue à M. Marcel Mainville et M. Bertrand Béchard au sein du conseil.

En terminant, soyez prudents sur les routes et bonne semaine de relâche!

Rachel Alarie, votre Mairesse.

Sommaire

Quelques souvenirs de février.....	2
À la une, conseil municipal.....	3
Projets!.....	4
Coopérative de solidarité.....	4
Journée mondiale de l'eau.....	5
Comité du 90e.....	5
Offres d'emplois.....	6-7
Quoi faire pendant la relâche?.....	8
Concours.....	9
Le Club du Souvenir.....	10
Inscription à la maternelle.....	11
Brunch.....	11
Des nouvelles de votre caisse.....	12
La Fabrique.....	13
Calendrier des cueillettes.....	14
La chronique verte.....	15
Le printemps s'en vient.....	16

**Prochaine séance du conseil:
Mardi le 7 mars 2023
20 heures**

QUELQUES SOUVENIRS DE FÉVRIER...

1935 - Arrivée à la colonie des deux premières institutrices, Mmes Anna-Marie et Germaine Martel.

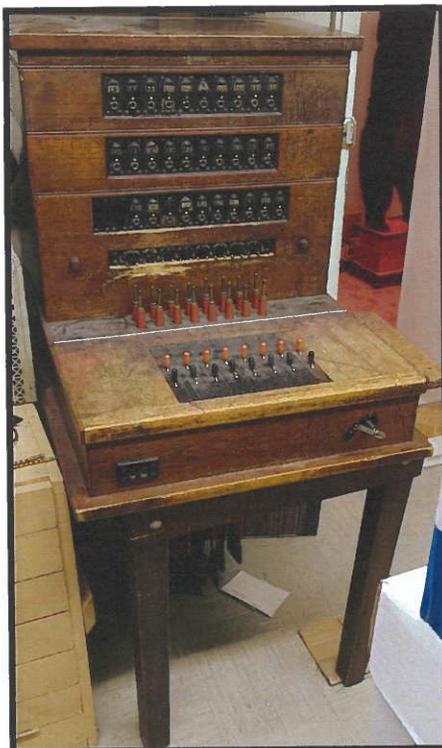
1935 - Confirmation officielle du nom de la paroisse.

1952 - La congrégation des Dames de Ste-Anne achète son 1er livre des minutes, afin de garder des traces des discussions lors des assemblées.

1969 - Le 1er comité d'entraide funéraire est formé. Il est composé de M. Rodrigue Morneau, Mme Rose-Marie Vignault et M. Alphonse Pinard, président.

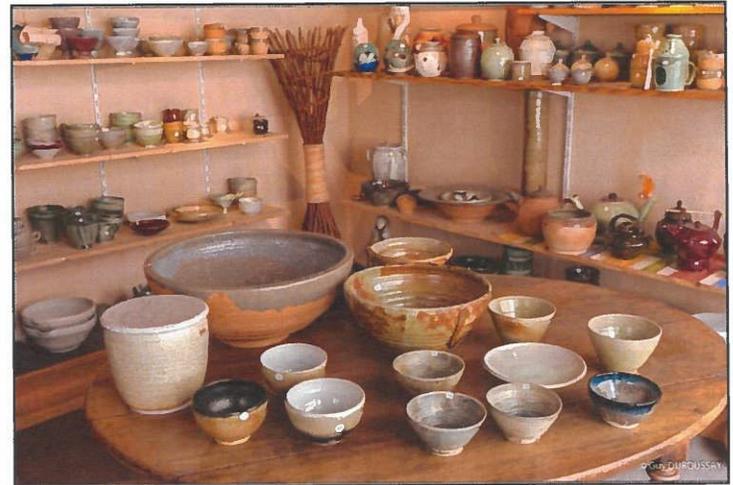
1971 - Le 2 février, des voleurs attachent le gérant de la Caisse Populaire et s'enfuient avec la somme de 2 600 \$.

1975 - Le 20 février, la municipalité assiste à la disparition du système téléphonique ayant servi les citoyens pendant 29 ans, à la suite de la vente de la ligne à « Téléphone du Nord ».



1982 - La lecture des procès-verbaux des séances se fait, désormais, en amont des séances du conseil.

1983 - Les conseillers et conseillères nomment l'urgence d'installer le centre de poterie.



2006 - Le ministère de la Justice rappelle à la municipalité l'obligation pour celle-ci d'arborer un drapeau du Québec et un drapeau du Canada.

2008- L'OPP organise un Dansethon, le 14 février, à la Salle Abitibi.

2009 - Le REER des employés municipaux devient inhérent aux dépenses compressibles.

2011 - Est effectué l'achat de 400 stylos, identifiés au nom du camping municipal afin de promouvoir ce dernier.

2015 - Ouverture d'un compte à la Coopérative de solidarité Dépanneur de Roquemaure.

2017 - Le Club des Loisirs organise un évènement « Patin-Disco » à la patinoire.

À LA UNE - SÉANCE DU CONSEIL



Le 3 février 2023, deux nouveaux conseillers sont élus par acclamation: M. Marcel Mainville et M. Bertrand Béchard.

Le conseil a adopté le règlement no 2010, établissant la taxation et tarification pour 2023.

Il est résolu de proclamer le 13 mars comme étant la Journée nationale de la promotion de la santé mentale positive!

Le rapport annuel d'activités 2022, du service des incendies, préparé par M. Léo Plourde, officier pompier, est adopté.

Le projet PRIMEAU, concernant les égouts du village va bon train. Le dossier est maintenant au MTQ pour approbation.

Plusieurs achats afin d'améliorer le camping, tels que des pancartes et de nouveaux minuteurs de douches payantes.

Un projet élaboré, concernant la cabane des pompes au camping sera présenté sous peu au conseil.

Toutes les serrures des portes extérieures du centre communautaire ont été changées.

Le renouvellement de l'entente entre la Croix-Rouge et la municipalité a été signé.

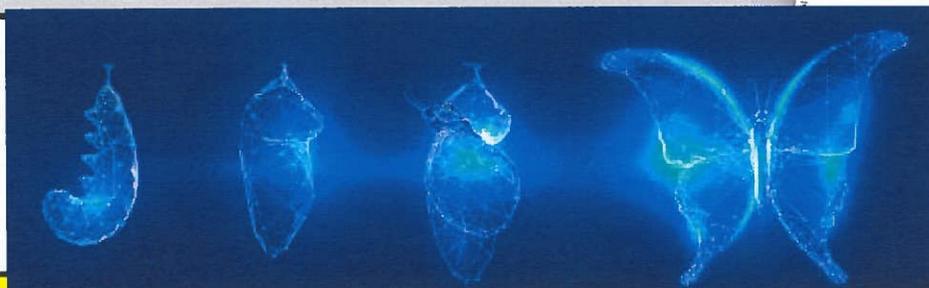
De nouvelles chaises pour la salle du conseil ont été achetées.

Afin de mener à bien les divers dossiers, de nouveaux représentants pour les comités sont nommés:

<u>Ressources humaines</u> Mme Rachel Alarie Mme Chantal Mainville Mme Josée Chrétien M. Mathieu Guillemette	<u>Gérance</u> Mme Rachel Alarie M. Sébastien Roy M. Marcel Mainville
<u>Service de sécurité incendie</u> Mme Chantal Mainville M. Sébastien Roy	<u>Consultation urbanisme</u> Mme Chantal Mainville Mme Josée Chrétien
<u>Club nautique</u> Mme Josée Chrétien	<u>Office municipal d'habitation</u> M. Marcel Mainville
<u>Bibliothèque</u> Mme Josée Chrétien	<u>Environnement</u> Mme Josée Chrétien M. Mathieu Guillemette M. Bertrand Béchard
<u>Politique familiale et amie des aînés</u> Mme Chantal Mainville M. Bertrand Béchard	<u>Camping municipal</u> Mme Chantal Mainville M. Sébastien Roy M. Mathieu Guillemette

PROJETS!

Plusieurs subventions gouvernementales sont accordées à la municipalité!



Restez à l'affut! Plus d'informations à venir...

COOPÉRATIVE DE SOLIDARITÉ



Coopérative de Solidarité
Dépanneur de Roquemaure

Vous aviez **jusqu'au 15 février** pour payer votre cotisation annuelle 2022-2023 au montant de 100\$ pour les membres réguliers et de 150\$ pour les membres corporatifs afin de pouvoir **conserver votre avantage comme membre**, soit une réduction de prix à la caisse ainsi qu'une réduction de 0.02\$ du litre d'essence.

Dès que vous paierez votre cotisation, les réductions seront à nouveau activées sur votre compte.

Nous avons plusieurs items en vrac et des produits maison pour vous :

• Pain de ménage, Sauce à spaghetti, Cretons, Sous-marin, Galettes, macarons, sucre à la crème, tartes au sucre, fraises, pommes et raisins

• Pizza peppéroni-fromage ou toute garnie (ou selon vos goûts si vous commandez à l'avance). On peut la faire cuire sur place. **819-787-6313.**

Nos heures d'ouverture :
Tous les jours: 9h00 à 20h00

JOURNÉE MONDIALE DE L'EAU

Célébrée annuellement le 22 mars depuis 1993, la **Journée mondiale de l'eau** met l'accent sur l'**eau potable** et sensibilise les gens quant aux **2,2 milliards** de personnes vivant sans accès à l'eau salubre. La thématique de 2023 vise à accélérer le changement pour résoudre la crise de l'eau et de l'assainissement avec la campagne mondiale « *Soyez le changement* » qui vise à encourager les gens à **agir au quotidien** pour changer leur manière d'utiliser, de consommer et de gérer l'eau.

Au Québec, le *ministère des Affaires municipales et de l'Habitation (MAMH)* a mis en place la *Stratégie québécoise d'économie d'eau potable* en mars 2011, dans le but de doter les municipalités des outils nécessaires afin d'atteindre une utilisation responsable et une gestion intégrée de la ressource en eau.



Notre eau n'est pas inépuisable, c'est une richesse que nous devons protéger!

Le Québec dispose de 3% des eaux douces renouvelables de la planète, occupant près de 10% du territoire du Québec.

Les Québécois sont parmi les plus grands consommateurs d'eau dans le monde. En effet, la quantité d'eau distribuée par personne se situait à 530 litres par personne par jour en 2017, ce qui représente un volume 24% plus élevé que la moyenne canadienne et 49% plus élevé que celle en Ontario.

Agissez dès aujourd'hui

Rendez-vous sur le site de pensezbleu.com pour tester vos habitudes, ainsi que consulter les trucs et astuces afin d'améliorer vos pratiques quant à votre consommation d'eau. Agissez, **chaque goutte compte!**



SUIVEZ-NOUS SUR LES RÉSEAUX SOCIAUX

Pour contactez l'**OBVAJ** :
819-824-4049
informations@obvaj.org
www.obvaj.org



Prendre votre douche le temps d'une chanson peut vous permettre d'économiser jusqu'à **200 litres d'eau par semaine.**

Votre gouvernement
Québec

COMITÉ DU 90^E



Le 20 février, nous avons eu une première rencontre! Merci à tous ceux et celles qui désirent s'impliquer! Voici la composition du comité :

Marcel Mainville, Gaston Mainville, Chantal Mainville, Josée Chrétien, Jeanne Cossette, Mélanie Bélanger, Véronique Lévesque-Poirier, Vicky Plourde, Lise Roy, Sylvie Morneau et France Pelletier.

Si vous désirez vous joindre au comité, vous êtes les bienvenues!

Date de la prochaine réunion: lundi le 20 mars 2023, à 19 heures, à la salle du marais!

OFFRE D'EMPLOI - CAMPING

OPPORTUNITÉ D'AFFAIRE Gestion du camping municipal de Roquemaure – été 2023

Le conseil municipal de Roquemaure est à la recherche d'un sous-traitant afin **d'assurer la gestion des opérations de deux volets** de son camping municipal, pour la saison estivale 2023.

Description du camping

Le camping municipal de Roquemaure est situé au 834, Chemin de la Plage Municipale. Il comporte un édifice principal où on y retrouve une cuisine commerciale, une salle de réception/salle à manger, un bureau, une salle de lavage et un bloc sanitaire. Le camping est composé de 91 terrains saisonniers et 30 terrains journaliers ainsi que d'un parc de jeux extérieurs. Chaque année, plus de 500 visiteurs et vacanciers viennent profiter des aménagements de villégiature.

Responsabilités

Sous la supervision du conseil municipal représenté par sa directrice générale, ainsi que du comité de gérance du camping, le sous-traitant sera responsable de la gestion et du bon fonctionnement de ces 2

Volet 1 : Gestion du terrain de camping

Responsabilités	<ul style="list-style-type: none">• La location des terrains journaliers;• La satisfaction de la clientèle;• L'utilisation et la propreté du bloc sanitaire;• L'utilisation et la propreté de la salle de lavage;• L'entretien extérieur des lieux;• L'entretien des lieux communs intérieurs;• Le respect des règlements par les campeurs et les visiteurs en tout temps.• Voir au bon entretien des équipements en place, sur tout le site.
Exigences	<ul style="list-style-type: none">• Être présent sur le terrain de camping, en tout temps.• Fournir ses équipements pour l'entretien extérieur (tondeuse, etc.)• Être jovial et respectueux envers tous;• Faire preuve de discrétion et de discernement;• Avoir une base d'expérience en service à la clientèle.
Conditions :	À discuter avec le conseil municipal.

Volet 2 : Gestion du restaurant

Responsabilités	<ul style="list-style-type: none">Assurer la gestion complète, minutieuse et en tout temps du restaurant, incluant la gestion des permis nécessaires à l'exploitation de ce dernier.Assurer la propreté des lieux (cuisine, salle à manger et la salle d'eau).
Exigences	<ul style="list-style-type: none">S'assurer du respect des exigences du MAPAQ et la Santé publique.Assurer le respect et le bon entretien des équipements des lieux.Assurer une bonne gestion de ses employé.e.s et/ou des bénévoles.
Conditions :	À discuter avec le conseil municipal.

NB : Il est possible de soumissionner pour 1 volet, seulement.

Soumission

Les personnes intéressées par le présent défi doivent faire parvenir leurs coordonnées ainsi qu'une description de leurs expériences pertinentes en lien avec la présente offre,

au plus tard le 15 mars 2023,

à l'adresse courriel : dg.roquemaure@mrcao.qc.ca

OFFRE D'EMPLOI- JOURNALIER

Vous aimez toucher à tout?

Vous aimez relever des défis?

Vous aimez travailler à l'extérieur ?

Vous êtes minutieux, débrouillard,
ponctuel et honnête?

Nous sommes à la recherche d'un
journalier ou d'une journalière, afin de
combler notre équipe de travail, à la
municipalité!



**Déposez votre CV au bureau municipal, ou envoyez-le
à l'adresse suivante : dg@munroquemaure.ca**

Au plaisir!

QUOI FAIRE EN ABITIBI-OUEST, DURANT LA RELÂCHE?

Quelques suggestions d'activités à faire seul.e, entre ami.e.s ou en famille!

Patinoire extérieure

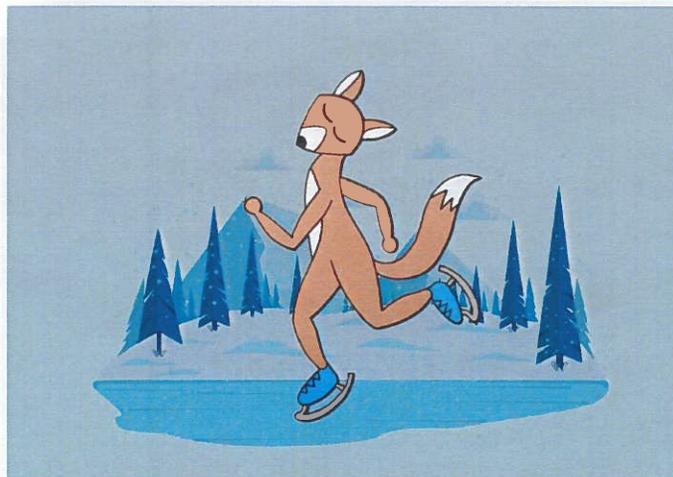
Patin et hockey libre, Roquemaure

Raquette

Club de Skinoramik, Ste-Germaine-Boulé

Poste d'observation du Grand-Héron, Macamic

La Montagne à Fred, Macamic
Domaine Roch Paradis, Palmarolle



Fat Bike et ski de fond

Club de Skinoramik, Ste-Germaine-Boulé

Pêche sur glace

Pourvoirie Fern, Duparquet



Pour connaître les activités disponibles en Abitibi-Témiscamingue, visiter le :

<https://abitibi-temiscamingue.org/une-foule-dactivites-a-faire-durant-la-semaine-de-relache-dans-chacune-des-mrc-de-labitibi-temiscamingue/>

**Vous avez une annonce à passer
dans le journal La Cache?**

Faites-nous la parvenir par courriel au

dg@munroquemaure.ca ou au bureau municipal!

Des frais peuvent s'appliquer...



CONCOURS DE LECTURE PENDANT LA RELÂCHE, POUR LES ÉLÈVES DU PRIMAIRE ET SECONDAIRE



**Cours la chance de gagner
1 des 3 sacs surprises!**

Prénom et nom: _____

Numéro de téléphone: _____

Nous te mettons au défi de lire plus de minutes que nous pendant la semaine de relâche. Chaque tranche de 5 minutes = un cube de lecture. Tu peux lire n'importe quoi ! Tu es libre de choisir ce qui te plait. Après la relâche, viens porter ta feuille au bureau municipal et cours la chance de gagner 1 des 3 sacs surprises, tirés au hasard ! Bonne lecture ! France, Mélanie et Lise

Jour de la semaine	Cubes de lecture									
Vendredi 24 février										
Samedi 25 février										
Dimanche 26 février										
Lundi 27 février										
Mardi 28 février										
Mercredi 1 ^{er} mars										
Jeudi 2 mars										
Vendredi 3 mars										
Samedi 4 mars										
Dimanche 5 mars										

Pour un grand total de : _____ minutes !

LE CLUB DU SOUVENIR



Bonjour à tous nos membres du Club du Souvenir (Âge d'Or),

Quelques mots sur nos activités du mois de février :

Le Club ouvre ses portes tous les mercredis et les vendredis. Le mercredi l'activité "Vie Active" débute à 12h30, activité physique pour personnes de 50 ans et plus. Au moins 10 à 12 personnes sont présentes toutes les semaines ; tous sont les bienvenus. Puis le jeu " Génie des sages" se poursuit le mercredi de 13h30 à environ 16h; belles rencontres , amusements, taquineries sont aux rendez-vous, venez nous rejoindre et rigoler avec nous. Le vendredi ce sont les cartes "cribble" et récemment des dames ont commencé à jouer aux dés. Vous êtes tous les bienvenus à l'une ou l'autre des activités mentionnées. Notre souper a eu lieu le 17 février. 34 personnes ont participé à l'activité. Les gagnants du bingo sont : Joane Bilodeau (pain); Huguette Plourde (pain); Henriette Larochelle (sucre à la crème); Jocelyn Roy (sucre à la crème). Les gagnants des cartes cadeaux pour la St-Valentin sont : Lise P. Roy; Mirelle Mainville; Denise Pellerin. La soirée s'est terminée avec le jeu "Pétanque à tout". C'était bon et plaisant de partager ces moments avec tous les concitoyens présents. Bienvenus à tous les membres.

Nous désirons souhaiter un bon anniversaire de naissance aux natifs (ves) de mars :

Jean-Guy Roy 3 mars, Marielle Pinard 15 mars, Lucie Roy Plourde 19 mars et Clément Béchard 31 mars. Bon anniversaire à chacun de vous.

Activités à venir en mars :

Les activités hebdomadaires se poursuivent. Notre souper mensuel de mars aura lieu le 17 mars et sera probablement sous forme de souper de cabane à sucre. Vous serez contactés comme à l'habitude. L'assemblée annuelle de votre club est à confirmer.

**SACHEZ PROFITER DES RABAIS CHEZ VOS MARCHANDS,
APPORTEZ VOTRE CARTE DU CLUB!**

Vous désirez faire la réservation du local pour différentes activités? Le local peut être loué pour un prix modique, aux familles et aux comités.

Pour réservation contacter Mme Dominique Larochelle 787-6467.

Marcel Mainville, président 787-3698

Yolaine Mainville, vice-présidente 787-2986

Marielle Pinard, secrétaire 787-6333

Huguette Plourde, trésorière 787-6418

Raymonde Fleury, administratrice

Luc Gamache, administrateur

Dominique Larochelle, administratrice, responsable des locations de local 787-6467

INSCRIPTION À LA MATERNELLE 4 ET 5 ANS

INSCRIPTION À LA MATERNELLE 4 ANS ET 5 ANS

Quelles sont les conditions d'admission ?

Maternelle 4 ans : Vous avez de l'intérêt à y inscrire votre enfant ?

- L'enfant doit avoir 4 ans avant le 1^{er} octobre 2023 ;
- Vous devez obligatoirement fournir le certificat de naissance « grand format » de votre enfant ;
- L'ouverture d'un groupe sera conditionnelle au nombre d'inscriptions.

Maternelle 5 ans : Les enfants fréquentant présentement la maternelle 4 ans sont automatiquement inscrits dans leur secteur d'origine pour l'année scolaire 2023-2024. Pour une nouvelle inscription :

- L'enfant doit avoir 5 ans avant le 1^{er} octobre 2023 ;
- Vous devez obligatoirement fournir le certificat de naissance « grand format » de votre enfant ;
- L'ouverture d'un groupe sera conditionnelle au nombre d'inscriptions.

Où et quand s'inscrire ?

Nous vous invitons à vous inscrire auprès de votre école de secteur pendant la période d'inscription du 31 janvier au 6 mars 2023.

Vous désirez faire une demande de dérogation ?

Pour une entrée précoce à la maternelle de votre enfant qui aura 5 ans entre le 1^{er} octobre et le 31 décembre 2023, vous devez faire une demande de dérogation écrite au Service de l'enseignement du CSSLA pendant la semaine d'inscription. Vous devez ensuite effectuer des démarches pour une évaluation psychologique, à vos frais.

Vous désirez plus de renseignements ?

Communiquez avec les services éducatifs au 819-333-5411 poste 2225.

BRUNCH CABANE À SUCRE



Le CADR à le plaisir d'organiser :

Dimanche, le 26 mars 2022

À la Salle municipale de Roquemaure - Dès 11h00

Un brunch style « Cabane à sucre »,
suivi d'un bingo Tupperware et Scentsy!

Des cartes seront en prévente à la COOP ainsi qu'auprès des membres du CADR! Venez en grand nombre!

DES NOUVELLES DE VOTRE CAISSE

...
VOTRE CAISSE
...
VOUS INFORME

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!**

SERVICES EN LIGNE ET À DISTANCE

Saviez-vous que vous pouvez gérer vos finances de façon autonome, sans même quitter votre salon? Nous restons près de vous, même à distance!

Découvrez comment faire vos opérations financières en toute sécurité, dans le confort de votre foyer en visitant le :

<https://www.desjardins.com/particuliers/services-en-ligne-a-distance/index.jsp#en-ligne>

JEUNES TRAVAILLEURS

Vous débutez sur le marché du travail et vous avez des projets plein la tête. Votre réalité est unique et nous la comprenons. C'est pourquoi nous vous offrons des produits et des services qui vous permettront d'entreprendre tous vos rêves.

Pour en savoir plus, visitez :

<https://www.desjardins.com/particuliers/vous-etes/jeunes-travailleurs/index.jsp>

ACCOMPAGNEMENT MEMBRE

Nous avons à cœur l'intérêt de nos membres et de nos clients. C'est pourquoi la Protection Desjardins a été mise en place. Elle offre des mesures de protection pour TOUS les membres et clients.

Votre protection. Notre priorité.

Pour en savoir plus, visitez :

<https://www.desjardins.com/securete/protection-desjardins/index.jsp>

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

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

LA FABRIQUE

Horaire des célébrations pour le mois de mars 2023

Dimanche, 5 mars : 10 h

Liturgie de la parole

Samedi, 11 mars : 16 h

Messe à l'intention de Bibiane, Robert et Aimé Pellerin, de leur sœur
Micheline Pellerin

Dimanche, 19 mars : 10 h

Liturgie de la parole

Samedi, 25 mars: 16 h

Messe à l'attention de Renald Pellerin, de Olivier Binette et Georgette

Le samedi 25 mars 2023, à l'occasion de notre messe dominicale, à 16h, nous aurons le sacrement de l'onction des malades. Venons nombreux! Le Seigneur Jésus nous y attend pour nous combler de sa tendresse et de sa miséricorde, et pour nous guérir de nos maux et de nos péchés.

Les lampes du sanctuaire :

Semaine du 5 mars : M. et Mme Rodrigue Morneau

Semaine du 11 mars: M. Daniel Verrette

Semaine du 19 mars : Jocelyne et Alain Bernier

Semaine du 25 mars: Daniel Verrette

Revenus de janvier 2023 :

Quêtes:	204.00	Prions:	13.50
Luminaires:	169.40	Capitation:	750.00
Lampes sanctuaires:	30.00		

Avis de décès

Est décédée à Ste-Julie, le 21 janvier 2023, à l'âge de 76 ans, Mme Nicole Nolet. Mme Nolet était la sœur d'Aline Nolet Pelletier de notre paroisse.

Est décédée à Rouyn-Noranda, à l'âge de 72 ans, Mme Marcelle Letourneau. Elle était la sœur de Roger Letourneau de notre paroisse.

Est décédé à Duparquet, M. Jean-Guy Gagné. M. Gagné était le frère de Claude et Jocelyn Gagné de notre paroisse.

Nos sympathies aux familles éprouvées.

1. Si tu veux améliorer ta qualité de vie, suite au décès de ta conjointe ou de ton conjoint, si tu désires retrouver la paix intérieure et la joie de vivre, le Mouvement « La Porte Ouverte » t'invite à vivre une expérience enrichissante les 25 et 26 mars 2023, au Domaine St-Viateur, à La Ferme, près d'Amos. Date limite d'inscription : 15 mars 2023 Pour informations: Françoise Chrétien (819) 333- 9917 ou Charlotte Moore (819) 333-6811. Il nous fera plaisir de te rencontrer pour te donner plus de renseignements!
2. « Vivre ensemble la marche vers Pâques », tel est le thème du carême 2023 commencé le 22 février dernier, avec le mercredi des cendres. Nous avons quarante jours pour nous préparer à la fête centrale de notre foi: Pâques. Nous sommes invités à nous arrêter pour réfléchir, pour regarder en nous-mêmes et revisiter nos priorités et opter pour celles qui nous aident à grandir comme chrétiennes et chrétiens. Écoutons la Parole de Dieu avec attention et ayons confiance en la force qu'elle nous donne.
4. Les parents qui désirent le sacrement du baptême pour leur enfant, svp, contactez Thérèse Morneau, au (819)787-6449, pour avoir plus de renseignements.
5. Le diocèse d'Amos cherche des candidats au diaconat permanent. Si tu désires être au service à la manière de Jésus, si tu te sens interpellé, communique avec nous: Évêché d'Amos, 450, rue Principale Nord, Amos. J9T 2M1. Tél.: 819-732-6515, poste 203.

CALENDRIER DES CUEILLETES



Recyclage (bacs bleus) :
2, 16 et 30 mars

Ordures (bacs verts) :
9 et 23 mars

FÉVRIER 2023

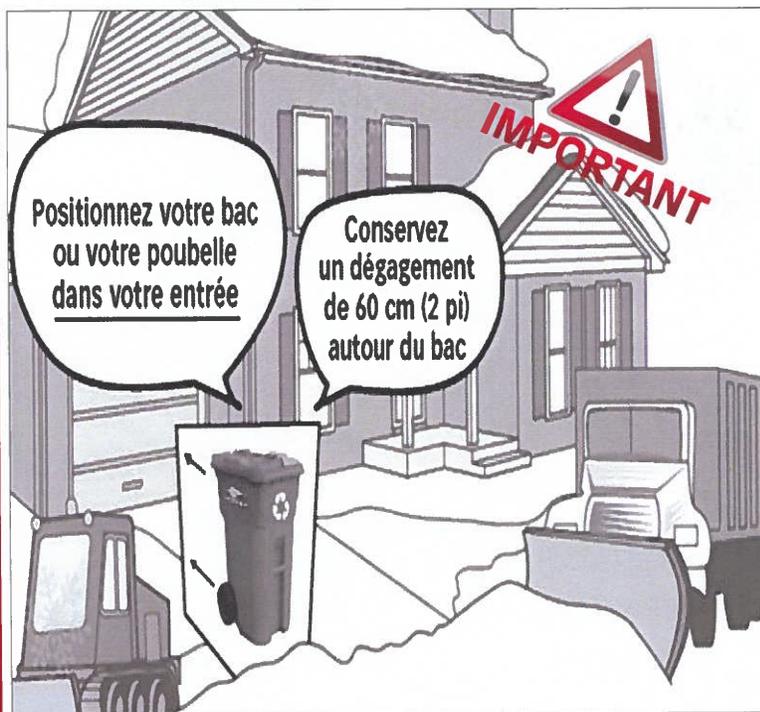
Dimanche	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi
			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	35
26	27	28	29	30	31	

ERRATUM:

Une erreur s'est produite dans la La Cache du mois dernier. En effet, vous devez disposer vos bacs dans le sens habituel.

Aucun changement de côté n'est nécessaire. Tous les bacs se feront ramasser, n'ayez crainte!

Désolée des inconvénients!





MÉNAGE DE PRINTEMPS ÉCORESPONSABLE

PSSST!!! Êtes-vous comme moi?

Penser au printemps qui arrive me donne le goût d'ouvrir grandes les fenêtres et la motivation de tout nettoyer et dépeussier. Ça y est... la fièvre du ménage monte dans mes veines. Nettoyage de la maison, tri de vêtements, lavage des fenêtres – tout y passe! C'est le moment de penser rangement et réorganisation! Voici quelques trucs pour donner un air de fraîcheur dans la maison.

FAIRE LE VIDE INTELLIGEMMENT

Le ménage du printemps, c'est l'occasion idéale pour faire le tri de nos possessions. Vider les armoires, les tiroirs et les garde-robes permet de faire l'inventaire et de conserver seulement ce qui nous plaît ou ce qui est réellement utile.

C'est aussi l'occasion de réfléchir à nos habitudes de consommation. Peut-être qu'en voyant la quantité d'objets empilés dans les boîtes « À donner », on réalisera qu'on pourrait diminuer notre consommation d'objets inutiles.

Mais, quoi faire avec les objets dont on veut se départir? Il ne faut surtout pas les mettre à la poubelle. S'ils sont en bon état on peut en faire don à un organisme de charité. Sinon, on opte pour l'[écocentre](#).

On peut aussi leur donner une deuxième vie en organisant une vente de garage; gageons que les enfants seront fous de cette idée. Afin de respecter l'environnement, on peut consulter [Recyc Québec](#) pour savoir comment disposer des objets dont on ne veut plus.



LES ESSENTIELS



On a tout à gagner à faire soi-même ses produits d'entretien : ils sont écologiques, rapides à préparer et très efficaces. **Six ingrédients naturels** et un peu d'eau, voilà tout ce qu'il faut pour réaliser de bons produits de nettoyage.

1. Vinaigre blanc : l'acidité du vinaigre blanc déloge les graisses, dissout les calcaires sans altérer les surfaces, désodorise en absorbant les odeurs et désinfecte.
2. Bicarbonate de soude : abrasif doux, il peut remplacer les poudres à récurer commerciales en plus d'assainir l'air et désodoriser.
3. Agrumes : tout aussi efficaces que le vinaigre, ils ont le pouvoir de faire briller, détartrer, nettoyer, conserver, raviver et désodoriser.
4. Savon végétal : il doit contenir 72 % d'huile d'olive. On peut le râper ou se le procurer sous forme de paillettes, ce qui est plus commode pour fabriquer des produits ménagers maison, notamment pour la lessive. Le savon noir se trouve, sous forme liquide ou de pâte et il est fait à base d'huile d'olive, d'huile de lin ou d'huile de tournesol et sert à nettoyer, détacher, dégraisser et protéger de nombreuses surfaces.
5. Huiles essentielles : elles nettoient, désodorisent et parfument. Certaines sont aussi antiseptiques. Il faut vérifier leurs vertus avant de les acheter pour éviter toute contre-indication. Celles de citron, d'arbre à thé et de lavande sont les plus recommandées pour l'entretien ménager en raison, notamment, de leurs pouvoirs antifongiques et antiseptiques.
6. Cristaux de soude : ils sont surtout utilisés pour récurer et redonner de l'éclat aux surfaces. Ce sont aussi un puissant dégraisseur et un désinfectant. S'ils sont sans danger pour l'environnement, les cristaux de soude ne sont pas biodégradables.



PLANIFIER SANS RIEN OUBLIER

Le grand ménage du printemps ne se fait pas en un claquement de doigts, il ne faut surtout pas se décourager. Il est tout à fait normal que les corvées s'échelonnent sur quelques jours. Le truc... y aller

étape par étape! Quoi de mieux qu'un [aide-mémoire](#) pour ne rien oublier.

Votre maison respirera mieux et vous aussi, c'est garanti!

ON ÉVITE LES PRODUITS NETTOYANTS NOCIFS

Vous êtes-vous déjà demandé de quoi sont composés les produits nettoyants? Quelle quantité de produits chimiques sont contenu dans les produits nettoyants? Quels sont les impacts sur votre santé, celle des membres de votre famille et sur l'environnement?

Selon l'organisme [Équiterre](#), une famille canadienne utilise en moyenne entre 20 et 40 litres de nettoyants par année. En plus d'être coûteux, ces nettoyants contiennent plusieurs produits chimiques nocifs pour l'environnement et pour votre santé.

Il existe plusieurs façons de nettoyer sa maison tout en respectant l'environnement. Il est possible de confectionner des nettoyants écologiques pour la maison avec plusieurs produits du quotidien.

Laissez tomber l'eau de javel et l'ammoniaque pour votre ménage et confectionnez vos propres produits de nettoyage qui seront moins dommageables pour l'environnement.

Pour ceux contraints d'utiliser les produits commerciaux, sachez qu'il est possible de minimiser l'impact sur l'environnement en respectant quelques principes simples. Par exemple, il est important de bien lire le mode d'emploi et de respecter les quantités recommandées. Il ne faut pas non plus mélanger les produits de nettoyage ni réutiliser les contenants pour d'autres usages. Concernant l'entreposage, il faut évidemment les mettre hors de la portée des enfants, et à l'écart des aliments.



10 RECETTES DE PRODUITS NETTOYANTS MAISON

Nul besoin d'être un chimiste pour confectionner ses propres produits de nettoyage écologiques. Voici quelques [recettes faciles](#) pour vos travaux quotidiens.



ÉCOCENTRE ET CENTRE DE VALORISATION
DES MATIÈRES RÉSIDUELLES (CVMR)
15, boulevard Industriel, La Sarre
819-333-2807

LE PRINCIPE DES 3RV
Réduction à la source
Réemploi
Recyclage
Valorisation

MRC D'ABITIBI-OUEST
11, 5e Avenue Est
La Sarre (Québec) J9Z 1K7
819-339-5671
mrcao@mrcao.qc.ca

LE PRINTEMPS S'EN VIENT...



*Un gros merci à tous les résidents qui ont participé au téléthon de la Ressource, nous avons fait une très belle récolte de \$1750.00 \$!
En mon nom et au nom de La Ressource d'aide aux personnes handicapées...un gros Merci!*

Autres dates à retenir : 8 mars Journée internationale de la femme
15 mars Semaine québécoise de la déficience intellectuelle
17 mars St-Patrick
20 mars Journée internationale de la francophonie

Pierre de naissance : Aigue-marine, symbole bonne foi
Fleur: la jonquille

La municipalité est heureuse d'offrir ses meilleurs vœux d'anniversaire à ces natifs:

MARS 2023



Dimanche	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi
			1 Marie-Neige Plourde Sébastien Dickey	2	3 Frankie Lévesque Florent Larochelle	4 Benoit Bernier Liam Mainville
5	6	7 Guillaume Bouffard	8 Jessey Bergeron	9 Daniel Verrette	10 Johanne Vallières Charles Marquis Raphaëlle Pellissier	11 Denise Pinard Pellerin David Chalifour Labbé
12 Tony Petrotta Abygaël Legruic	13	14 Mathieu Lévesque Amy Bédard	15 Marielle Chouinard Pinard Sabrina Bélanger	16	17	18 Ginette Bergeron
19 Lucie Roy Plourde Patrick Descarreaux Lana Hallman	20 Alain Leblanc Alexandrine Gosselin	21 Russel Mainville Jacob Labbé	22 Aline Tardif Théberge Yves Champagne Elora Papineau	23 Linda Laplante	24 Jacques Bernier Nolan Poirier Thérèse Depont	25 Dave Mainville Denis Théberge
26 Nathan Fleury	27 Aline Gertin	28 Julianne Châteauvert Danik Mainville	29	30 Yves Boudreau	31 Clément Béchard Gabriel Miville	

Bienvenue à tous les nouveaux arrivants!

Afin de compléter ma chronique, j'apprécierais que tous ceux dont j'ignore les noms; vous me donniez vos coordonnées, soit nom date de naissance (sans année), date de mariage, etc. Veuillez penser à m'informer d'une naissance ce serait plaisant de souhaiter la bienvenue aux nouveaux venus.
M'appeler au 819-787-6418.
Merci de votre collaboration.
Bon mois de mars! Huguette

Zéro tabagisme

Cinq fruits et légumes

Trente minutes d'activités physiques

RELEVÉ LE DÉFI!

0.5.30
COMBINAISON PRÉVENTION

Un proverbe dit :
" Hier est histoire.
Demain est mystère.
Mais aujourd'hui est un cadeau, c'est pour cela qu'on l'appelle présent... Donc vivez, riez et chantez, mais surtout, soyez heureux ! "

Disons : Citations et Proverbes

