WEB M@estro
Pour orchestrer votre site Web
webmaestro.qc.ca
Stephen Burman 819 787-2727

journallepont@hotmail.com

Vol. 6 No 2 - Mai 2016

JOURNAL LE PONT DE PALMAROLLE

http://journallepont.ca

VIE • RESPIRER • CORPS SAIN • JOIE • ENSEMBLE • MARCHER • COURIR • DEHORS • SANTÉ • ENFANTS • PARENTS • SOURIRE • AMITIÉ • COEUR • SANTÉ • BONHEUR • ESPRIT SAIN •
GO LES JAMBES
Marche/course à Palmarolle
2,5 km, 5 km, 10 km et 15 km
5e ÉDITION
7 MAI 2016

Encore des médailles!

Julie Pomerleau

figure dominante du groupe Saltarello

Dossier

Palmarolle

Pionnière en Abitibi pour le traitement de ses eaux usées

AMECQ
ASSOCIATION DES MÉDIAS ÉCRITS COMMUNAUTAIRES DU QUÉBEC

Tirage Certifié AMECQ

Culture et Communications Québec

Sommaire

Actualités	2-3-6
Affaires municipales	10-11
Éducation	8
Environnement	14-15
Histoire	3
Loisirs	19
Opinions	7
Vie communautaire	8-12-16
Chroniques	
*J.-Pierre Robichaud	4-5
*Gilles Fortier	17
*Cercle de fermières	12
*MFC	13
* Pêche	18

CONSEIL D'ADMINISTRATION

Président : J.- P. Robichaud
Vice-présidente : Christiane Plante
Secrétaire : Clarisse Vachon
Trésorière : Denise Mercier
Administrateurs : André Chrétien
Lise Bouillon

Rédacteur en chef: *André Chrétien*

Placez votre publicité dans LE PONT de Palmarolle

C'est une visibilité incontournable

Tiré à 650 exemplaires

1/8 page - carte professionnelle 18 $
1/4 page 25 $
1/8 page couverture 40 $
1/2 page 40 $ - Page 70 $
annonces classées 5 $

journallepont@hotmail.com

C. Plante 819 782-4233
A. Chrétien 819 787-2996

Tombée: 18 du mois

fadoq
Région Abitibi-Témiscamingue
CLUB BON TEMPS DE PALMAROLLE

C'est une heure de bon temps que j'ai vécue, le jeudi 7 avril dernier, comme invité à l'assemblée générale annuelle du Club Bon Temps de Palmarolle. Cela m'a permis, comme membre et comme journaliste, d'amasser beaucoup d'informations pertinentes sur mon club « Bon Temps ».

En avant : Marcelle Bélanger, Jeannine Brisson, Claudette Mongrain.
Arrière : Rosaire Plante, Jean-Paul St-Pierre, Bertrand Châteauvert, Roger Lacroix.
Absent : Rosaire Carrier. Un poste est vacant.

André Chrétien

Une heure de Bon Temps

J'ai vu une équipe dynamique et pleine de projets, une équipe ou semble régner l'harmonie et, également, en bonne santé financière. Le président, M. Bertrand Châteauvert, malgré quelques balbutiements dus à son arrivée récente dans ses fonctions, comme il l'a avoué lui-même, a réussi à mener la réunion de manière bien ordonnée.

Une place importante a été accordée à madame Marcelle Bélanger, secrétaire-trésorière, pour rendre compte du bilan et du rapport financier de l'année 2015. Elle l'a fait de façon claire et précise avec des documents bien étoffés… une vraie professionnelle. On a eu aussi recours à la représentante régionale, au niveau provincial, de la FADOQ, madame Francine Boulet, pour apporter quelques précisions sur les règlements de même que sur les procédures et le mode de fonctionnement des clubs affiliés à la FADOQ.

Il est intéressant de voir comment, grâce à l'esprit d'entraide, on peut organiser une foule d'activités et même faire face à certaines embûches, entre autres, on a dû remédier à un dégât d'eau dans le local. Il a fallu refaire le plancher, tâche à laquelle ont participé plusieurs membres, ce qui a permis d'amoindrir les coûts de réfection. Il appert qu'on devra régler, dans un avenir rapproché, un problème d'alimentation étant donné qu'une seule arrivée d'eau est commune à tout l'édifice, alors que deux entités en sont propriétaires…

Si je m'attarde au rapport financier, je vois qu'une grande partie des revenus est attribuable à un plan fédéral d'aide appelé « Nouveaux Horizons » qui a versé plus de 16 000 $ au Club en 2015 et il semble que pour 2016, l'allocation sera de 8 500 $. Un montant substantiel vient aussi de la vente des cartes de membres qui fluctue à près de 7 500 $. La location de la salle, quant à elle, rapporte environ 2 500 $. (J'ai moi-même loué cette salle à trois reprises, à un coût très raisonnable, compte tenu de la qualité des équipements, de l'espace offert de même qu'à la propreté des lieux).

Si vous voulez plus d'explications sur le Club Bon Temps de Palmarolle, vous pouvez sans doute communiquer avec les membres du conseil d'administration élus ou réélus lors de cette dernière assemblée générale dont vous retrouvez la formation ci-haut. Comme membre de ce Club, après avoir assisté à la réunion annuelle, je ne peux qu'inciter mes concitoyens éligibles à y adhérer pour profiter de la quantité et de la qualité des activités qu'il offre à ses adhérents, de même que du sérieux et de l'intégrité des membres de son conseil d'administration.

Bon succès à ces derniers dans la tâche qui leur est dévolue pour l'année 2016. ♦

Un beau moment d'histoire

Emmanuel Duran

Emmanuel, est donc le petit, petit…, petit-fils de François Joseph Antoine, le deuxième fils du capitaine de Palmarola

André Chrétien

André Chrétien, Emmanuel Duran, Marcel Caron

Le vendredi 18 mars dernier, je recevais un appel de madame Marthe Robineau m'invitant à une rencontre, en compagnie de monsieur le maire, à la salle de délibérations du conseil municipal avec un enseignant de mathématiques de Mont-Tremblant. Que pouvait bien vouloir, dès 9 h, à Palmarolle, cet enseignant?

Ayant fouillé son arbre généalogique, il avait découvert qu'il était un descendant du capitaine Francisco Pere Andreu Bertran y de Palmarola duquel notre municipalité tient son nom : PALMAROLLE. Inutile de vous rappeler l'histoire de ce capitaine du Régiment de La Sarre, parti de France pour faire la guerre aux Anglais, car nous vous l'avons déjà racontée dans des éditions précédentes du *Journal Le Pont*. Vous pouvez également retrouver toute l'épopée de ce vaillant commandant en consultant le site Web de notre municipalité.

Ce dont je veux vous parler aujourd'hui, c'est de cette rencontre avec cet enseignant de Mont-Tremblant. Il se nomme : Emmanuel Duran (pas de « d » final). « Qu'est-ce qu'il venait faire ici? » me direz-vous.

De nationalité française, il immigra au Canada en 1988 pour exercer sa profession d'enseignant. Il s'est marié ici, à une Québécoise, et il est père de quatre enfants. Ayant découvert qu'un village du Québec portait le nom de Palmarolle, il mit peu de temps à le localiser sur la carte du Québec. Il se promit alors de le visiter dès que l'occasion s'y prêterait.

Au milieu de mars, il était invité à prononcer une conférence à Rouyn-Noranda dans le cadre de sa profession. Étant déjà en région, il en a profité pour venir nous visiter. Non seulement, il est reparti avec des informations nouvelles sur notre patelin, mais il nous en a laissées aussi.

Son ancêtre, le capitaine de Palmarolle, s'était marié en France avant de s'embarquer pour le Canada en 1756. De cette union naquirent deux garçons, c'est donc de l'un d'eux qu'il est issu. Malheureusement, ces deux enfants ne connurent jamais leur père, car il est mort à la bataille de Sainte-Foy à l'âge de 46 ans.

Notre visiteur, Emmanuel, est donc le petit, petit…, petit-fils de François Joseph Antoine, le deuxième fils du capitaine de Palmarola. Celui-ci se fixa à Perpignan dont il fut maire en 1804. Si vous voulez connaître davantage les descendants de « Bertran y de Palmarola », visitez le Dictionnaire de biographies roussillonnaises.
Quant à nous, monsieur le maire et moi-même, avons vécu un bon moment avec ce monsieur, fort sympathique, qui nous a fait l'honneur de sa visite. ♦

Un cas d'exception

Georges A. Dion avait acheté dès le 19 octobre 1917 les lots 11, 12, 13, 14 et 15, partie sud-est du Rang 10. Ces lots étaient situés sur les bords du lac Abitibi, à l'embouchure de la rivière Poisson blanc (Whitefish) et il n'y a jamais existé d'autres voies d'accès que l'eau. Georges A. Dion a habité ses terres pendant une quinzaine d'années, soit de 1917 à 1932-33. Son habitation servait d'escale aux voyageurs empruntant la rivière et le lac. Après son départ, vers 1936, sa propriété demeura sans successeur et fut rétrocédée.

Jean-Pierre Robichaud

Palmarolle

Pionnière en Abitibi pour le traitement de ses eaux usées

Peu de gens s'en souviennent, mais il y a 50 ans cette année, l'administration municipale de l'époque lançait le chantier du réseau d'aqueduc et, huit ans plus tard, en 1975, celui de l'épuration des eaux usées.

En 1966, le maire Pierre Aubin et son équipe donnaient le coup d'envoi à ce grand projet impliquant des investissements important, mais qui exigeait aussi de l'audace, du leadership ainsi qu'une ferme volonté de mener le projet à terme.

Peu de documents subsistent de cette époque concernant ce projet. Mais quelques personnes, associées de près ou de loin à cette entreprise, en conservent de très bons souvenirs. Ainsi en est-il, entre autres, de Mario Bégin, qui a joué un rôle important dans ce dossier.

Historique

«Tout commença par un manque d'eau potable», se rappelle M. Bégin. Au milieu des années '60, la Municipalité peinait à fournir l'eau potable à tous ses citoyens. Du côté sud de la rivière, les puits individuels étaient souvent en pénurie. À l'époque, une bonne partie de la population s'y résignait, avalant l'argument alors largement répandu qu'à Palmarolle, mis à part la rivière, il n'y avait pas d'eau. Mais plusieurs ménagères, contestant cette légende urbaine, commencèrent à mettre de la pression sur l'administration, dans le but d'en avoir éventuellement dans les tuyaux. C'est alors que le maire Aubin mandata Mario Bégin, nouvellement revenu dans la localité, pour piloter le dossier «trouver de l'eau». Ce dernier s'entoura de citoyennes et citoyens particulièrement touchés par les pénuries.

> «Ce puits pourrait fournir de l'eau à 10 000 personnes», prétendit le puisatier.

Monsieur Bégin connaissait un gars de Matheson, du nom de Longstreet, qui avait déjà creusé des puits artésiens performants dans quelques villes du nord de l'Ontario. Celui-ci affirmait que de l'eau il s'en trouvait partout. Il se pointa donc à Palmarolle, fit un inventaire de tous les puits artésiens du village et des rangs, puis détermina que le puits devra être creusé au Rang 8, à quelques milliers de pieds du village. Quand il jaugea le débit de son puits, il affirma, sûr de lui, que ce dernier pourrait fournir l'eau à 10 000 personnes. Son affirmation était peut-être un peu exagérée, mais chose sûre, Palmarolle avait enfin de l'eau.

«Notre comité avait livré la marchandise», se souvient fièrement M. Bégin.

Les travaux

Malgré la grogne de certains citoyens à son endroit qui craignaient l'endettement de la Municipalité, M. Bégin continua de s'impliquer dans le dossier pendant quelque temps. Il fallait un ingénieur, des plans, des coûts. Et, avant de poser les tuyaux, on devait prévoir l'augmentation de la population, les besoins des commerces, existants et futurs, ainsi que l'implantation d'un service d'incendie… M. Bégin rencontra le responsable du chantier de la polyvalente de La Sarre, en construction à ce moment-là. C'était un ingénieur nommé Côté, originaire de Rouyn, qui accepta de préparer les plans et devis. Ce dernier comptait déjà à son actif les réseaux d'aqueduc de Notre-Dame-du-Nord et de Sudbury.

En 1966, la Municipalité, qui ne dépensait à peu près pas, possédait un surplus accumulé se chiffrant autour de 600 000 $, évalue M. Bégin. Elle décida de procéder à l'achat d'équipements pour commencer les travaux. Les négociations débutèrent avec les différents ministères concernés. Elles achoppèrent un certain temps avec le ministère des Transports. Pas question d'accrocher des tuyaux au pont, s'obstinaient les fonctionnaires. Cela ne vous rappelle-t-il pas l'affaire plus récente du pont fleuri?… Heureusement, tout ce monde finit par s'entendre.

Et les eaux usées?

Il faut rappeler qu'il y a quarante ans, la protection de l'environnement, telle qu'on la définie aujourd'hui, était un concept encore flou et qu'aucune ville ou municipalité d'Abitibi-Ouest (et peut-être même de toute l'Abitibi?) n'avait de système d'épuration de ses eaux usées. Au gouvernement du Québec, au milieu des années '70, on commençait à s'en soucier. Tant qu'à quadriller le village de tranchées, aussi bien en profiter pour canaliser en même temps les eaux usées, suggéraient fortement les fonctionnaires. L'administration de l'époque décida d'aller de l'avant, mais sous une condition : les deux paliers de gouvernement devront s'impliquer. Ce projet était d'autant plus capital et avisé de la part du conseil municipal, notre village étant coupé en deux par la rivière Dagenais, laquelle faisait office de canal d'égout depuis des décennies.

> «À Québec, la machine administrative était bloquée», se rappelle Marcel Caron.

En novembre 1975, se tient, à Palmarolle, une élection mouvementée. Quelques candidats se font la lutte. À la surprise de tous, un outsider, Marcel Caron, remporte l'élection. Monsieur Caron reprend le projet d'aqueduc et d'égouts. Le réseau d'aqueduc est presque terminé, se souvient-il, mais le projet d'épuration des eaux usées en est à ses premiers balbutiements. Il est déterminé à le mener à terme, d'autant plus qu'une aide financière des deux paliers de gouvernement est déjà promise. Un an plus tard, à l'automne 1976, un tsunami politique traverse le Québec. Sous la gouverne de René Levesque, le Parti

québécois remporte l'élection provinciale. L'Abitibi-Ouest se retrouve avec un jeune député du nom de François Gendron.
«À Québec, la machine administrative était bloquée», se rappelle Marcel Caron. «Le financement promis nous semblait en péril». Avec son équipe, il rencontre le nouvel élu qui demande du temps pour faire ses classes et prendre connaissance des dossiers locaux. Pas le temps d'attendre, se dit le maire, car trop de travaux sont déjà engagés. Accompagné de l'échevin Roland Coté et d'un ingénieur, il saute dans un avion et débarque à Québec pour rencontrer le sous-ministre responsable du dossier ainsi que le député Gendron. Mission accomplie. Il revient à Palmarolle avec l'assurance que les budgets promis et les échéances de paiements seront respectés. Le projet peut alors continuer d'aller de l'avant. Il sera parachevé l'année d'après.

1 800 000 $

Cette entreprise d'envergure, évaluée à 1 800 000 $ en 1976, et supervisée par le ministère de l'Environnement, consistait à canaliser et à pomper les eaux usées vers un immense réservoir situé à l'ouest du village. Il va sans dire que depuis ce temps, le système a été remis à niveau et doté d'un mécanisme d'épuration hautement performant. À intervalles réguliers, le réservoir est vidé de ses boues qui sont compostées et servent d'engrais à l'usage des citoyens.
Il aura fallu, à l'époque, beaucoup d'audace et de détermination de la part d'abord de l'administration de Pierre Aubin et, ensuite, de celle de Marcel Caron pour planifier et réaliser ce projet, inédit en Abitibi, d'épuration des eaux usées.

Sans aucun doute ces deux importantes réalisations ont contribué au développement de Palmarolle, à attirer des commerces et de jeunes familles, et à devenir ce charmant village dont ses résidents sont si fiers. ♦

Ces mots arabes que nous utilisons tous les jours

Les Arabes nous ont légué les mathématiques, c'est bien connu; mais savons-nous qu'ils ont aussi influencé la langue que nous parlons aujourd'hui? Le sirop d'érable ne s'appellerait pas ainsi sans la langue arabe. Même chose pour le café que vous buvez, la chemise et la jupe que vous portez et le sofa sur lequel vous êtes peut-être assis.

La langue ne doit rien au hasard. Elle est le reflet des mélanges de populations, des migrations, des conquêtes. Huit cents ans d'occupation arabe dans le sud de l'Europe y ont laissé une trace importante. Au total, près de 250 mots français sont issus de l'arabe, soit deux fois plus que ceux d'origine gauloise.

Sirop vient du latin surrupa, mais lui-même est dérivé de l'arabe sharab. Jupe vient du latin juppum, lui-même ayant comme racine l'arabe jubba.

Voici d'autres mots de tous les jours qui nous viennent de l'arabe : sucre sukar, sofa suffa, matelas matrah, masser massa, magasin makhazin, chemise qamis, girafe zarafa, chiffre sifr, alcool al-kuhul, assassin hashashin, gingembre zenjabil, épinard sabanakh et quelques centaines d'autres. (Source Thomas Gerbet, Ici Radio-Canada).

Avec les nombreuses migrations contemporaines ainsi que le nouveau langage Internet, la Francophonie parlera sûrement encore françа dans cent ans; mais parions que nous, de là-haut, n'en comprendrons plus un seul mot. ♦

Capsule clin d'oeil

Un «je t'aime» d'amitié vaut de l'or car il dure toute la vie.

Jean-Pierre Robichaud

La naissance de Palmarolle

Guimond Roy

Il y a 100 ans cette année, en septembre 1916, Guimond Roy, un célibataire de La Sarre, s'embarque dans son canot de toile et fait route vers Palmarolle. Ainsi naît la colonie.
Guimond Roy descend la petite rivière La Sarre puis file sur la Whitefish jusqu'au lac Abitibi. Il traverse la baie et remonte la rivière Dagenais sur trois milles. Il débarque sur les lots 25-26 nord du Rang V11, canton Palmarolle, où il abat des arbres et y élève un premier campement.

Grand défilé nautique sur la Dagenais, a t'intéresse ?

Pour commémorer ce centenaire, des citoyens de Palmarolle ont manifesté leur intention de souligner cet évènement en faisant revivre l'aventure. Le comité planche sur un grand défilé nautique sur la Dagenais. L'évènement aura lieu le 25 juin, en marge du Challenge Dagenais. Les départs, selon chacun, pourraient s'effectuer n'importe où en aval du village, avec terminus à la Marina.

Nous faisons appel à tous ceux et celles qui seraient intéressés à participer à l'activité. Canots, kayaks, pédalos, bateaux, pontons, enfin tout ce qui flotte, ainsi que déguisements d'époque seront bienvenus.

Pour information :
François Mercier : 819 301-2427 ou 819 333-0432
Roxanne (Loisirs Palmarolle) : 819 787-2284

2e Avis

LE PONT DE PALMAROLLE

Assemblée générale annuelle

Jean-Pierre Robichaud, président

La population est invitée à l'assemblée générale annuelle de *Journal Le Pont de Palmarolle* qui aura lieu le mardi 10 mai 2016, à 19 h, au centre municipal de Palmarolle (porte latérale), petite salle en haut.

1. Information sur l'organisme;
2. Rapport d'activités du conseil d'administration et du président;
3. États financiers;
4. Trois postes en élection (personnes déjà en fonction rééligibles);
5. Un poste vacant;
6. Orientations pour 2016-2017.

Nouveau Site Web

Mot de la direction

LE PONT DE PALMAROLLE devrait être en ligne vers le mois de juin

Nous vous avisions récemment que nous avions sollicité une subvention auprès du ministère de la Culture et des Communications pour la conception d'un Journal Web. Eh bien! bonne nouvelle. Le Ministère nous accorde quelque 5 000 $ pour réaliser notre projet. Le contrat a été accordé à l'entreprise locale Webmaestro, conceptrice de plusieurs sites Web. Notre Journal Web devrait être en ligne vers le mois de juin. Il nous permettra de vous tenir au courant des actualités de Palmarolle en temps réel.

Le Comité de développement de Palmarolle

En tant que Comité de développement de Palmarolle, M. André Chrétien nous a sollicités pour collaborer au journal.

Je prends donc la responsabilité, étant un des administrateurs, de venir vous causer pour les prochains mois de ce comité et de ses objectifs.

Il serait pertinent, je crois, de vous mentionner ce qu'est le CDP. Le Comité de développement de Palmarolle est un organisme sans but lucratif qui a vu le jour en 1998, habituellement composé de six administrateurs, et ayant pour mission première la promotion du développement social, économique et culturel de la municipalité.

Je vous présente ces personnes : Louisa Nicol, Pierre Vachon, Dave Dubé, Allan Fortier, représentant de la Municipalité, et, moi-même, Agnès Cliche. Si vous êtes intéressé(e) à pourvoir le poste vacant, c'est avec plaisir que nous vous accueillirons au sein du groupe.

L'une des activités la plus visible est le **Marché public** qui existe déja depuis deux ans et sur laquelle nous travaillons présentement. Ici aussi, si vous êtes intéressés en tant que producteurs agricoles et de produits locaux à avoir votre kiosque, c'est le bon moment de nous contacter.

Nous avons plusieurs projets sur la table dont nous vous reparlerons au cours des prochains mois. Cependant, le **Marché public** qui se déroulera du 24 juin au 16 septembre 2016 est actuellement notre priorité.

Nous en profitons donc pour vous inviter à ce rendez-vous estival du vendredi après-midi à Palmarolle.

Nous vous remercions à l'avance de votre présence, c'est celle-ci qui fait de l'activité un succès et encourage les administrateurs à la continuer.

À bientôt!

Agnès Cliche, 819 787-3157

Suggestions pour le chauffage de l'église

- Vente de billets (moitié / moitié);
- Bingo à l'occasion.

P.S. Sauvez notre église, car nous en avons grandement besoin!

Fiers de notre beau village…

Les cimetières d'autos qui traînent depuis des années proche des commerces et maisons. (ex. : à côté de l'ex-dépanneur tout près de l'école, également non loin du bureau de poste, etc.).

Il y a des centres qui les récupèrent.

Soyons fiers tous et chacun de notre beau village! Mettons-y aussi du savoir-vivre!

un paroissien

Isabelle Côté

La vie et ses petites... misères

Le Canadien ne fait pas les séries... Misère! On a un printemps de marde... encore... Misère !

Le premier ministre et tous ses amis ministres coupent, font le ménage du printemps. Un printemps qu'on a même pas en plus. Misère! La glace de l'aréna de La Sarre n' est pas prête, pas de spectacles, pas de tournois. Il faut rouler dix minutes en auto pour les activités et les spectacles... Misère! C'est le temps des impôts. J'en paie trop. Misère!, misère!, misère!

Moi, je connais des gens et vous aussi, j'espère, en tout cas. Des gens, plein de gens. Des beaux, eh bien! oui, des moins beaux aussi. Des gentils, en fait, je connais juste des gens gentils. Des gens drôles, d'autres un peu moins, des gens qui parlent trop ou pas assez. Des gens trop en forme pour moi. D'autres, un peu mous comme moi. Des gens qui rient mal, des gens qui pleurent bien. Des gens que j'aime, d'autres que j'aime beaucoup.

Et quand ces gens vivent des moments moins faciles, ça me vire à l'envers. Ça bout en dedans. Ça me donne le goût de vomir. Ça me fait chier.
Là, entendons-nous, le gouvernement n'a rien à voir là-dedans.
Le printemps non plus, pas plus que mes impôts et l'aréna.
Ces gens-là, y donneraient « leur vie » pour vivre encore, et encore... misère incluse. Quand tu es confronté à de la « marde », de la cochonnerie qui te pousse dans le corps, tu prends conscience que ce corps, même avec ses défauts, tu l'aimes dont bien :
Que tu veux encore payer trop d'impôts;
Que tu veux encore voter pour un gouvernement qui coupe;
Que tu veux voir un printemps qu'on n'a pas.

En fait, on prend conscience que la vie est belle, même avec ses misères et qu'on chiale toujours, tout le temps pour rien. Qu'en fait, respirer, rire, vivre chaque saison, fêter Noël, serrer dans nos bras, tout près de notre coeur, les gens qu'on aime, c'est ça la vie. Y'a pas de misère. Seulement la vie.

À tous les Angeline et les Liam qui ont leurs misères, leur vraies misères, derrière eux, à tous les Michel, les Robert et tous les autres qui luttent avec leurs tripes pour les garder, c'est mon hymne pour vous. Luttez pour faire de votre misère, votre vraie, une chose du passé. Que si je pouvais lutter avec vous, je le ferais tellement. Que je vous envoie bien plus que du positif. C'est au-delà de ça. Que cette misère-là, vous allez rire d'elle bientôt. Et je rirai avec vous.

Et j'ai une pensée pour les Isabelle qui ne paieront plus d'impôts, plus d'aréna, plus de gouvernement, plus de printemps qu'on a pas... que la vraie misère a été trop sale avec elles... Tu me manques, belle Isa. Et je ne veux plus que personne d'autre me manque.

Misère...!

Regroupement des bénévoles du CISSS-AT

(de gauche à droite) : Mme Michelle Mayer-Fortier, M. Louis-Philippe Fortier, Mme Irène Lapierre, présidente des auxiliaires bénévoles CSSSAB

MERCI AUX BÉNÉVOLES EN SANTÉ DE L'ABITIBI-OUEST

« Le bénévole, en faisant le choix libre et volontaire d'aider autrui par un geste gratuit, de donner généreusement de son temps, de ses compétences et de son énergie, ainsi qu'en participant activement dans sa communauté, génère des impacts très positifs tant pour lui-même que pour l'ensemble de la collectivité. » Tiré du communiqué de presse de la Fédération des centres d'action bénévole du Québec.

Depuis quelques années, les bénévoles sont une richesse qui se fait de plus en plus rare au sein de notre réseau de la santé. Un petit nombre de personnes accomplit donc un grand nombre d'heures de bénévolat.

En Abitibi-Ouest, nous comptons plus de 50 bénévoles qui effectuent plus de 5 000 heures de bénévolat dans les établissements de santé! Ils remettent aussi plus de 20 000 $ en dons chaque année. Ces sommes permettent la réalisation de projets spéciaux, l'achat de petits équipements, sans compter les cadeaux qu'ils remettent directement aux patients et les fêtes qu'ils organisent.

La prochaine fois que vous rencontrerez un bénévole, prenez le temps de dire « ***Merci!*** »

Lors de l'assemblée générale annuelle du Regroupement des auxiliaires bénévoles du CSSSAB, tenue au mois de mars, un hommage spécial a été rendu à deux bénévoles pour souligner les nombreuses heures qu'ils ont données avec cœur au fil des ans.

A LOUER
819 787- 3047

Logement 4 1/2
- Meublé
- Grand balcon à l'étage
- Entrée indépendante
- En haut de la Galerie Sang-Neuf Art

A LOUER
819 787- 3047

Pour vacanciers
Maison 6 pièces
- 2 Chambres
- 2 Salles de bain
- 2 Walk-in
- Sous-sol pleine grandeur
- Entièrement rénové
- Electricité et chauffage à neuf
- Finition extérieure en cours

Rubrique Touriste

École Dagenais, Pavillon de Palmarolle

En hommage à Céline Dion

Lise Bouillon

Les élèves de l'*École des arts de la scène*, une initiative de la Troupe à Cœur ouvert de La Sarre, ont présenté une comédie musicale qui a rendu hommage à Céline Dion, le 5 avril dernier. Les élèves ont dévoilé une rétrospective de sa vie, de ses débuts jusqu'à aujourd'hui. Par la même occasion, le personnel enseignant de l'École Dagenais, Pavillon de Palmarolle, a organisé une sortie afin d'aller voir cette activité culturelle pour les élèves du préscolaire et du primaire. Ils ont été transportés à leur spectacle, en autobus scolaire, jusqu'à la Cité étudiante Polyno. Sûrement que tous ont apprécié cette belle représentation.

ASSEMBLÉE GÉNÉRALE ANNUELLE

Comité de développement de Palmarolle

Le Comité de développement de Palmarolle lance une invitation à toute la population de Palmarolle pour assister à l'assemblée générale annuelle du 25 mai, à 19 h, au Centre municipal.

Le conseil d'administration fera le résumé des projets effectués durant l'année 2015 et donnera les grandes lignes du plan d'action 2016-2017.

Votre présence serait appréciée pour nous aider à poursuivre notre travail de développement au sein de la Municipalité.

Merci!

Le conseil d'administration

AU MOMENT D'ACHETER UNE MAISON NEUVE, OPTEZ POUR L'EFFICACITÉ !

Choisissez une maison efficace qui intègre :

- un fenêtrage certifié ENERGY STAR® ;
- des ampoules à DEL certifiées ENERGY STAR® ;
- des thermostats électroniques ;
- un chauffe-eau à trois éléments ;
- une installation électrique pour borne de recharge de véhicule électrique.

Pour en savoir plus, visitez **hydroquebec.com/residentiel/maisons-efficaces**.

MIEUX CONSOMMER

Hydro Québec

Prochaine séance du conseil : 2 mai
La séance a lieu à 20 h, au 499, Route 393 Palmarolle

Prenez note que si vous avez des demandes pour le conseil, celles-ci doivent parvenir au bureau municipal au plus tard le lundi précédent, soit une semaine à l'avance. Passé ce délai, vos demandes ne seront traitées qu'à la séance du conseil suivante.

SIMPLE RAPPEL

Les abris d'autos amovibles sont prohibés du 1er juin au 1er octobre. Il faut non seulement enlever la toile, mais il faut également démonter la structure tubulaire.

Un permis est obligatoire pour toute rénovation, construction ou démolition. Le coût du permis est en fonction de coût de la construction ou des rénovations. Certains permis de rénovations ou démolition ne coûtent rien, mais vous devez en avoir un! L'inspecteur en fera l'évaluation.

Les affiches de « Vente de garage » ou autres affiches sont interdites dans l'emprise des routes sous la responsabilité du ministère des Transports du Québec ainsi que directement sur les poteaux d'Hydro-Québec.

COLLECTE DES ENCOMBRANTS

30 mai au 3 juin inclusivement

La Municipalité fera la collecte des « encombrants » ce printemps, comme par les années passées. Les travailleurs débuteront leur tournée le lundi 30 mai dans les 4e et 5e Rangs Est et Ouest, en se déplaçant vers le Nord, pour terminer dans les 10e et 1er Rangs Est et Ouest. Le passage dans le village devrait être vers le milieu de la semaine approximativement.

Veillez à placer vos encombrants en bordure de la route en début de semaine, peu importe où vous êtes situé! Les journées de passage prévues sont approximatives, mis à part la journée du départ!

MATIÈRES REFUSÉES LORS DE LA COLLECTE

- ✓ Tout ce qui va dans le bac vert et le bac bleu;
- ✓ Pneus non démontés de la jante;
- ✓ Pneus d'un diamètre plus grand que 48 pouces;
- ✓ Les pièces de fer trop grosses (moteur, carcasse de voiture, essieux, etc…);
- ✓ Animaux morts;
- ✓ Armes à feu et munitions;
- ✓ Plastique d'ensilage (*il y a une collecte spéciale par la MRC pour cette matière*);
- ✓ Tous les matériaux provenant de construction, rénovations et démolition (bois, bardeaux d'asphalte, gypse, béton, briques, fenêtres, tuyaux, tôle, etc);
- ✓ Résidus domestiques dangereux (huiles, peintures, solvants, etc…);
- ✓ Matériel électronique (écrans, ordinateurs, imprimantes, lecteurs DVD…);

Ces matières doivent être apportées à l'**Écocentre** situé au 15, boulevard Industriel, à La Sarre

MATIÈRES RAMASSÉES SÉPARÉMENT

- ✓ Réfrigérateur, congélateur, climatiseur , distributeur d'eau et tout autre appareil de réfrigération;
- ✓ Gros téléviseurs qui n'entrent pas dans une voiture;

Bonne Fête Maman!

La *fête des Mères* est une occasion de plus d'envoyer nos messages remplis d'amour et de tendresse à notre maman… Profitons de cette journée spéciale pour submerger d'amour cette personne si chère à nos yeux et à notre cœur! À longueur d'année, elle s'occupe de sa famille, et en cette journée spéciale du 8 mai 2016, c'est à notre tour de s'occuper d'elle et de la gâter! Bonne *fête des Mères* à toutes nos mamans palmarolloises!

NOTE TRÈS IMPORTANTE!

La nouvelle procédure exigée par la MRC pour 2016 nous oblige à ramasser les différentes catégories de matières en voyages distincts. C'est-à-dire, le premier passage ramassera les encombrants ordinaires, et que tous les réfrigérateurs, congélateurs et tout appareil de réfrigération seront ramassés par un deuxième camion. Un troisième ramassage, si nécessaire, sera pour les gros téléviseurs et gros appareils électroniques. Donc, vous devez laisser TOUS les encombrants au bord du chemin, même si le camion ne les a pas ramassés au premier passage, il va repasser les chercher.

À TOUS LES PROPRIÉTAIRES DE CHIENS ET DE CHATS

En tant que propriétaire d'animal de compagnie, chien ou chat, vous êtes tenus, par le Règlement municipal n° 278, de garder votre animal sur votre terrain et ce dernier doit « être tenu ou retenu au moyen d'un dispositif (attache, laisse, clôture, etc.) l'empêchant de sortir de ce terrain. ». Également, « le gardien ne peut laisser l'animal errer dans un endroit public ou sur une propriété privée autre que celle du propriétaire de l'animal » et « tout propriétaire sera obligé d'enlever les excréments déposés par son animal sur un propriété publique ou privée. »

Si un citoyen est perturbé par la présence de votre animal sur son terrain, il contactera le responsable du contrôle des animaux domestiques, monsieur Yvan Goulet (cell. 819 333-9484) et ce dernier est en droit de le capturer et de le remettre, après 48 heures sous sa garde, au Contrôle des animaux domestiques de La Sarre (CAD) où les chiens sont gardés 24 à 36 heures avant d'être euthanasiés (les chats sont euthanasiés à leur arrivée).

C'est donc important que votre chien soit identifié! Ceci permet de retrouver rapidement le propriétaire en cas de fugue! Même si une licence n'est pas requise pour les chats, il est tout aussi important de ne pas le laisser errer dans les rues!

Afin de ne pas risquer la perte de votre animal et par respect pour vos voisins et concitoyens, nous vous enjoignons vivement à respecter la réglementation municipale!

À TOUS LES COMITÉS ET ORGANISMES DE LA MUNICIPALITÉ

Comme à chaque année, nous désirons mettre à jour les différents services et organismes qui se situent sur notre territoire et pour ce faire, nous avons besoin de votre collaboration. Voici les informations dont nous avons besoin :

- Coordonnées du comité ou de l'organisme;
- Nom de la personne-ressource;
- Les membres de votre conseil d'administration;
- Les activités déjà prévues pour 2016;
- La liste de vos bénévoles.

Nous aviser de tous changements s'il vous plaît. Au fur et à mesure que des activités, bénévoles s'ajoutent ou qu'il y a des modifications à la structure de votre organisme, nous vous invitons vivement à nous en faire part. Vous pouvez nous faire parvenir vos informations par courriel à l'adresse électronique dg.palmarolle@mrcao.qc.ca, par téléphone au 819 787-2303, poste 22 ou encore passez nous voir au bureau municipal.

Nous aimerions pouvoir publier vos activités et événements sur notre site Internet et sur notre page Facebook, mais pour cela, nous devons être informés de vos activités!

Merci de votre collaboration!

Annie Duquette, ***directrice générale, secrétaire-trésorière***

SUBVENTIONS MUNICIPALES

L'automne dernier, la Municipalité a mis en place trois nouveaux programmes de subventions pour les citoyens. Il s'agit d'un *Programme subventionnant l'achat de couches lavables pour bébé*, d'un *Programme subventionnant l'achat de barils récupérateurs d'eau de pluie*, ainsi que d'un *Programme subventionnant l'installation de cabinets de toilette à faible débit*.

Pour demander la subvention, présentez-vous au bureau de la municipalité pour remplir le formulaire de demande ou téléchargez-le sur le site Internet de la Municipalité à l'adresse www.palmarolle.ao.ca, sous l'onglet « La municipalité » et sélectionnez « Subventions municipales » dans le menu de gauche. Imprimez et remplissez le formulaire et apportez-le au bureau de la municipalité. Les conditions d'admission sont inscrites au verso du formulaire.

Le bureau de municipalité sera FERMÉ
Lundi le 23 mai 2016

Bon congé de la Fête des Patriotes

Cercle de fermières

Mélanie Pelletier

Concours du mois de mai :

- Un coussin tricoté, au choix de 15 à 20 po;
- Des galettes à la mélasse (5)
- Échange de fleurs vivaces.

Le Cercle de fermières Palmarolle a reçu de la grande visite. Lors de notre réunion du mois d'avril, nous avons accueilli quelques membres du Cercle La Sarre. Quelle belle rencontre! C'est toujours agréable de recevoir nos consoeurs des autres cercles. Au moment d'écrire ces quelques lignes, nous nous préparons pour le congrès régional. Je pourrai donc vous en parler plus longuement lors du prochain article. Nous aurons de belles pièces qui seront jugées afin d'en retenir une qui sera présentée pour le concours provincial. Cette année, c'est à Rivière-du-Loup que le congrès provincial se tiendra.

Notre prochaine réunion se tiendra le 11 mai, à 19 h 30.

N'oubliez pas de nous donner votre liste de suggestions d'articles que vous aimeriez réaliser pour le concours de 2016-2017. Il est important que chacune donne son idée afin de dresser une liste de pièces que vous auriez le goût de réaliser. Que ce soit dans le domaine du tissage, du tricot, de la couture, des pièces de fantaisie; toutes les propositions sont bonnes. Alors creusez-vous les méninges afin que nous ayons un programme local à la hauteur de vos envies. Vous pouvez remettre votre liste à Sylvie Corriveau ou à Mélanie Pelletier.
Vous pouvez également vous acquitter du renouvellement de votre carte de membre dès le mois de mai. Pour celles qui ne sont pas membres et qui désirent s'inscrire, vous serez les bienvenues lors de nos réunions le 2e mercredi du mois, à 19 h, au Centre municipal de Palmarolle (petite salle en haut).

En écrivant cet article, je saisis l'occasion pour souhaiter une bonne *fête des Mères* à toutes les mamans qui lisent ce journal. Profitez de cet événement pour vous gâter avec votre famille. Faite de cette journée un moment mémorable! Après tout, le temps passe si vite que nous devons en jouir au maximum!

Vie communautaire

29 mai
Fête foraine au village

défi têtes rasées
leucan

Dans le but d'aider Annick Roy dans sa collecte de fonds pour le défi Têtes rasées de Leucan, nous organisons une activité de financement le dimanche 29 mai 2016.

Sous une ambiance conviviale, familiale, plusieurs activités amusantes auront lieu sur place. Un hot dog, une petite bière, un chip, des boissons gazeuses… seront vendus sur place. Venez vous amuser et danser sur les airs de Ringo et ses invités.

Nous vous attendons en grand nombre chez les Perron, 125, rue Principale à Palmarolle, (en face de l'épicerie Marion & Fils) à compter de **midi jusqu'à 19 h**!

En cas de pluie, l'activité aura lieu au Centre Municipal.

Comité Rase Coco Annick
Josiane Fortier, Brandon Marion, Stéphane Bisson, Claudie Morin et Mario Perron

Mai 2016

Dimanche	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi
1 11 h Messe	*2* 20 h Réunion Conseil	*3* ***Tournoi baseball Poularies*** 13 h à 16 h Comptoir familial	*4* 15 h Messe au Foyer	*5* 13 h à 16 h Comptoir familial	*6*	*7* **Go les jambes!** 13 h à 16 h Comptoir familial
8 11 h Messe	*9* *19 h Baseball poche*	*10* 13 h à 16 h Comptoir familial 19 h AGA Le Pont	*11* *Baby Foot* *13 h Curling/Palet* **19 h 30 Réunion Fermières**	*12* 13 h à 16 h Comptoir familial	*13*	*14* 13 h à 16 h Comptoir familial
15 11 h Messe	*16* *19 h Baseball poche*	*17* 13 h à 16 h Comptoir familial	*18* *13 h Curling et Palet* *19 h AGA Loisirs*	*19* 13 h à 16 h Comptoir familial	*20*	*21* 13 h à 16 h Comptoir familial
22 11 h Messe	*23* *Fête des Patriotes* *Bureau mun. fermé* *19 h Baseball poche*	*24* 13 h à 16 h Comptoir familial	*25* *13 h Curling et Palet* 19 h AGA Comité développement Palmarolle	*26* 13 h à 16 h Comptoir familial	*27*	*28* 13 h à 16 h Comptoir familial
29 11 h Messe 12 h à 19 h Défi têtes rasées 18 h Saltarello RN	*30* *19 h Baseball poche*	31 13 h à 16 h Comptoir familial	**Chapelet tous les soirs à la chapelle Notre-Dame-de-la-Confiance** **Collecte des encombrants du 30 mai au 3 juin**			

Dolores Guertin Audet

COMMENT DÉCOUVRIR LES TRÉSORS CACHÉS DANS LES AUTRES ET EN SOI

Voici quelques exemples :

On reconnaît le trésor de :
Celle qui écoute sans jugement/ laisse parler l'autre/ essaie de la comprendre/ de se placer dans sa situation. (ÉCOUTE ACTIVE);
Celle capable d'un sourire, d'un bonjour, d'un salut en se rencontrant. (GENTILLESSE);
Celle capable de garder un secret. (CONFIANCE);
Celle capable de recevoir et d'accueillir chaleureusement. (ACCUEIL);
Celle capable d'offrir de faire monter dans sa voiture quelqu'un qui semblerait intéressé à une soirée, à une activité, à une visite, etc... (GÉNÉROSITÉ);
Celle capable de partager ses connaissances, ses trucs, ses idées, ses recettes. (FRATERNITÉ);
Celle capable de bonne humeur et d'humour; le rire, c'est la santé, ça remplace les pilules, ça ne coûte pas cher et l'effet est instantané. (JOVIALITÉ);
Celle capable de rendre de petits services et d'accommoder dans les besoins. (DÉVOUEMENT);
Celle capable de comprendre, de consoler et de soutenir lors d'une épreuve difficile. (COMPASSION);
Celle capable d'exprimer son affection, sa tendresse et d'aimer comme une amie. (AMITIÉ).

Et chantons :
J'AIMERAIS QU'EN VOUS VOYANT VIVRE
ÉTONNÉS LES GENS PUISSENT DIRE
ENSEMBLE ELLES PARTAGENT
L'AMITIÉ, LE BONHEUR.

C'est comme cela qu'on rendra fécond le temps qui reste...
Par Dolores Guertin_Audet pour le MFC

P.S. : Il n'y a pas de rencontre prévue pour le mois de mai, mais le chapelet à la chapelle Notre-Dame-de-la Confiance continuera tous les soirs...

Jean-François Rondeau
PHARMACIEN - PROPRIÉTAIRE
84, 5e Avenue Est
La Sarre
(Québec) J9Z 1K9
tél.: 819 333-5458
Fax : 819 333-3634 tél. Lab : 819 333-1180
Pharmacie Jean-Francois Rondeau Inc
Affiliée à
Jean Coutu

MAI

MOIS DE MARIE

Comme par les années passées,
Notre-Dame-de-la-Confiance
vous invite à tous les soirs de mai, à 19 h,
à la **chapelle** pour la récitation du chapelet.

Elle désire rencontrer et combler de ses grâces vous, jeunes et adultes.

Bienvenue à tous!

Chronique Grenier aux souvenirs

OFFRE DE SERVICE

Je m'appelle Marie-Ange Rancourt De Azevedo et j'ai 13 ans, mais j'aurai 14 ans en août cette année.

Je suis disponible pour garder vos enfants durant l'été et, en ce moment, certains soirs de semaine et la fin de semaine.

J'aime le basketball et les arts donc je pourrai faire bouger vos enfants et développer leur créativité.

J'ai mon cours de gardienne avertie depuis juin 2012.

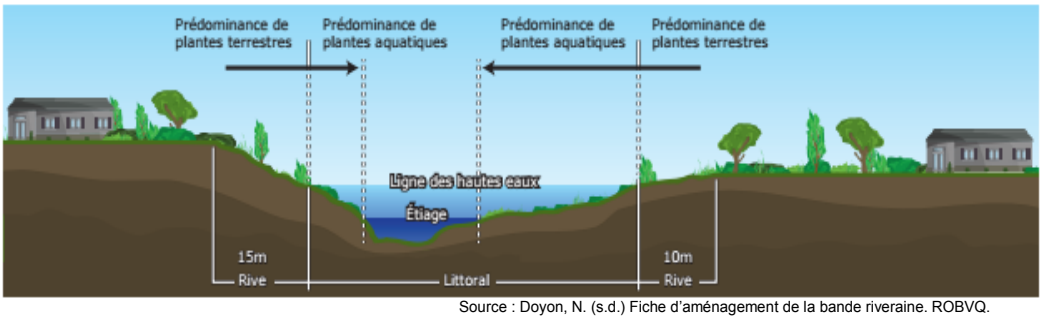
Merci de votre confiance!
Marie-Ange 819-787-2256 ou sur Facebook.

LA BANDE RIVERAINE

Organisme de bassin Versant Abitibi-Jamésie

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

Il s'agit d'une bande de végétation naturelle qui constitue une zone de transition entre les milieux terrestres et aquatiques. Elle varie en fonction de la pente et de la hauteur du talus puis se calcule à partir de la ligne des hautes eaux. Selon la *Politique de protection des rives, du littoral et des plaines inondables(PPRLPI)*, elle varie entre 10 et 15 m.



Source : Doyon, N. (s.d.) Fiche d'aménagement de la bande riveraine. ROBVQ.
Repéré à : http://obvaj.org/wp-content/uploads/2015/10/Fiche_bande_riveraine.pdf

Source : GROBEC, 2010

La bande riveraine n'obstrue pas nécessairement la vue.

Source : OBV Côte-du-sud, 2010

Une ouverture de 5 m est permise (pente inférieure à 30 %) pour accéder au plan d'eau.

Source : (Marsh, 2014)

Rosier inerme ou Rosier du Labrador

RÔLE, UTILITÉ ET AVANTAGE DE LA BANDE RIVERAINE

- Stabilise vos berges;
- Filtre les polluants;
- Absorbe les éléments nutritifs qui nourrissent les algues bleu-vert;
- Réduit le ruissellement;
- Réduit l'érosion de votre terrain;
- Prévient les inondations;
- Protège des vagues et des grands vents;
- Réduit l'ensablement et le coût des travaux;
- Contribue à la santé du milieu aquatique;
- Procure des habitats et de la nourriture pour la faune;
- Augmente la diversité végétale et animale.

RENATURALISATION VS REVÉGÉTALISATION

La renaturalisation implique de laisser aller la nature en évitant de tondre la pelouse. Ainsi, la nature choisira les végétaux de votre bande riveraine (voir 1ère image à gauche). ***Avantage :*** peu coûteux.

La revégétalisation nécessite de mettre la main à la pâte pour planter des végétaux (voir 2e image à gauche). ***Avantage :*** personnalisation de l'aménagement et des végétaux.

PLANTATION (consulter l'ensemble des grandes étapes au http://banderiveraine.org/planter/)

Quand : Au printemps ou à l'automne

Comment :

1) On creuse un trou;
2) On s'assure que le fond du trou est bien meuble;
3) On amende;
4) On place le plant dans le trou;
5) On remplit le trou à moitié;
6) On arrose;
7) On termine le remplissage;
8) On ajoute un tuteur;
9) On prépare la cuvette d'arrosage;
10) On arrose en remplissant la cuvette;
11) On installe du paillis;
12) On fait la taille de nettoyage.

CHOIX DES VÉGÉTAUX

Herbacées, arbustes et arbres indigènes (provenant du Québec) sont à cibler. Ils doivent être adaptés au climat de l'Abitibi.

Consulter la liste des végétaux recommandés pour la végétalisation des bandes riveraines en Abitibi ainsi que notre liste des pépinières en Abitibi sur http://obvaj.org/les-bonnes-pratiques/la-bande-riveraine/ . Vous y trouverez plusieurs conseils et des photos.

Chronique mensuelle publiée sur l'Inforoute de la MRC d'Abitibi-Ouest : mrcao.qc.ca

CHRONIQUE VERTE

Abitibi OUEST

VOLUME 7, NUMÉRO 5 MAI 2016

UN COMPOST BIEN ÉQUILIBRÉ

Les *VERTS* et les *BRUNS*

Pour réussir un compost de qualité, un équilibre entre les quantités de ***VERTS*** et de ***BRUNS*** sont nécessaires.

Les ***VERTS*** sont les matières humides, riches en azote. Par exemple :

- restes de fruits et légumes;
- tontes de gazon;
- mauvaises herbes fraîches;
- coquilles d'œufs.

Les ***BRUNS*** sont les matières sèches, riches en carbone. Ils comprennent entre autres :

- feuilles sèches, paille, foin;
- sciures de bois, brindilles;
- marc de café;
- pâtes alimentaires, pain, riz.

Pour chaque quantité de ***VERTS*** déposés dans votre composteur, deux parts de ***BRUNS*** sont recommandées.

Source : Le compostage facilité, NOVA Envirocom.

L'humidité et l'aération

Le **taux d'humidité** à respecter et l'**aération** nécessaire à une bonne décomposition sont complémentaires. Un tas de compost trop sec ne se décomposera que très lentement. Par contre, un excès d'eau diminuera l'oxygénation et le tas dégagera alors une mauvaise odeur.

L'aération est indispensable à la survie des petits organismes décomposeurs. Le processus de décomposition sera alors plus rapide si le tas est régulièrement aéré.

Pour **humidifier votre compost**, ajoutez tout simplement de l'eau.

Pour un **problème de surplus d'eau**, la solution la plus efficace est de faire un retournement complet du tas de compost. Si le tas est juste un peu trop détrempé, ajoutez des matières sèches (les ***BRUNS***) et aérez. Cela pourrait suffire à régler le problème.

ET LES ODEURS ?

En fait, la présence d'odeurs s'explique par un manque d'air ou un déséquilibre entre l'azote (VERT/humide) et le carbone (BRUN/sec).

Si, en approchant du compost, il s'en dégage une odeur d'ammoniac, c'est que le tas est en déséquilibre. Il faut alors ajouter du carbone et aérer un peu!

Si le compost libère une odeur de pourriture, c'est qu'il y a un surplus de liquide qui peut provenir de différentes sources. Le composteur est peut-être situé dans un creux ou un terrain qui s'égoutte mal. La matière se décompose, mais les décomposeurs, noyés, ne peuvent exercer leur activité normale. Les matières pourrissent, ce qui explique l'odeur.

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
6, 8e avenue Est, La Sarre J9Z 1N6
819-339-5671
819 339-5400
mrcao@mrcao.qc.ca

Saviez-vous que...

Centre de prévention du suicide d'Abitibi-Ouest

Que faire devant les idées suicidaires?

Si vous avez des idées suicidaires, c'est que votre souffrance commence à prendre trop de place. C'est un signal d'alarme. Vous devez le prendre au sérieux.

Vous pouvez commencer par changer certaines habitudes dans votre vie. Faire ces changements vous aidera à éliminer des éléments qui augmentent ou qui maintiennent vos idées suicidaires.

Quelques habitudes à adopter

Avoir de bonnes habitudes de vie vous permettra de vous sentir mieux et ainsi, d'être mieux outillé pour faire face aux difficultés. Voici quelques bonnes habitudes à adopter :

- Assurez-vous de vous coucher à une heure raisonnable;
- Prenez le temps de bien vous alimenter;
- Faites de l'exercice tous les jours;
- Diminuez votre consommation d'alcool et de drogues;
- Diminuez votre participation aux jeux de hasard et d'argent.

Quand consulter

N'attendez pas de ne plus être capable de faire vos activités habituelles pour consulter. Voyez dès que possible un professionnel de la santé si :

- vous souffrez au point où vos émotions vous empêchent de fonctionner normalement;
- vous avez de la difficulté à assumer vos responsabilités professionnelles ou familiales;
- vous voyez la vie en noir et que le désespoir vous habite;
- vous avez des idées suicidaires.

Un professionnel de la santé pourra évaluer si vous souffrez d'une dépression ou d'un autre problème de santé. Il vous proposera un plan de traitement adapté à vos besoins.

Il y a aussi des ressources communautaires qui peuvent vous venir en aide. Si vous avez besoin d'aide et de support, veuillez composer le 1 866 277-3553. Ce service est offert 24 heures par jour, 7 jours sur 7.

Nouveauté Nouveauté Nouveauté

Venez découvrir à travers des soins de qualité, des soins révélateurs d'éclat et de la jeunesse, l'univers des soins de phytobiodermie. Les soins sont effectués en fonction de la saison, des zones de réflexes, du type de peau, des problèmes de peau ou encore du biorythme. Retrouvez l'équilibre entre… la beauté intérieure et le rayonnement extérieur.

Centre de beauté Claudie Morin

116, rue Principale Palmarolle
819 339-6825

Encore des médailles!

Connaissez-vous le groupe de musiciens Saltarello?

Une jeune femme de Palmarolle en est une figure dominante.

Julie Pomerleau

Eh bien! Saltarello vient de gagner la médaille de bronze au Global Music Awards (Californie 2016) dans la catégorie musique du monde avec leur dernier album «Cliff of the Dawn». Ce groupe, fondé en 2000, comprend, outre Julie, Luc Lafrenière, Jessica Poirier, Sidney Boutin, Sarah Lesage ainsi que Rodolphe Gagnon.

Leur passion pour la tradition des mythes scandinaves médiévaux et des cultures païennes de l'Europe fut le point de départ de leurs dernières compositions. Leur musique est un harmonieux mélange d'instruments anciens et contemporains qui créent des compositions inspirées à la fois par les vieux pays et par le monde dans lequel nous vivons.

De retour en Abitibi, ils se produiront au *Festival des Guitares du Monde en Abitibi-Témiscamingue* le dimanche 29 mai, à 18 h, sur la scène Agnico Eagle du Petit Théâtre du Vieux Noranda.

Chronique Grenier aux souvenirs

Question à 1 million

À quoi peut bien servir cet objet que l'on vient de me donner ?

De par sa forme et son apparence, il n'est pas jeune, il est tout en bois, un grand trou au centre et sur le côté, il y a une place comme pour mettre une vis de blocage. Il y a un rebord qui d'habitude sert à un morceau de métal à le cintrer.

Il fait à l'extérieur 7 pouces de haut sur 2 ½ de diamètre et le trou fait 1 $^{3/8}$ de diamètre sur 2 $^{7/8}$ de profondeur. Demandez à vos parents ou grands-parents.

Si vous croyez avoir la réponse, téléphonez-moi ou contactez le journal.
Pour le million, c'est en « mercis » que je le donnerai.

Merci, Gilles

Félix Goulet

Moment tant attendu

Je ne sais pas pour vous, mais moi s'il y a une date que j'attends avec impatience, c'est bien l'ouverture de la pêche du doré au mois de mai!

Pourtant avec le métier de pêcheur que je pratique, j'ai la chance de pouvoir pêcher un peu partout, et ce, à longueur d'année! Toutefois, le troisième vendredi du mois de mai a un petit je ne sais quoi qui me fait rêver!

Pour quelques-uns, cette frénésie leur fera oublier certains préparatifs d'avant-saison. Quelques petites précautions qui assureront une ouverture parfaite. Pour ceux qui possèdent une embarcation, voici quelques conseils pour éviter les mauvaises surprises.

Premièrement, assurez-vous que votre batterie de démarrage est chargée à pleine capacité. Il en est de même pour votre batterie à décharge profonde servant à faire fonctionner votre moteur électrique. Une fois rechargées, testez-les en faisant démarrer les deux moteurs. Ainsi on sera certain que le tout fonctionne. Inspectez l'hélice et la coque du bateau afin d'être certain que le tout est en bon état et fonctionnel!

Il ne faut pas oublier la remorque!! Les pneus sont-ils bien gonflés? Les lumières fonctionnent-elles bien? Vérifiez la graisse dans les roulements à bille! Inspectez la sangle et le treuil afin qu'ils soient fonctionnels. Ce sont tous des détails qui vous éviteront des problèmes et peut-être même une contravention!

Maintenant, où a-t'on laissé le bouchon de vidange du bateau? Assurez-vous qu'il est dans l'orifice de vidange! De cette manière, vous éviterez de couler. Les vestes de flottaison sont-elles toutes dans l'embarcation? L'ancre, la puise, les cannes à pêche, les coffres à pêche et tout votre équipement sont-ils bien à bord! En se prenant d'avance, le jour de l'ouverture on aura tout notre équipement pour jouir d'une belle ouverture!

Ce n'est pas tout, je vous dirais que de mettre le bateau à l'eau quelques jours avant la première sortie est idéal! C'est souvent à ce moment qu'on réalise que quelque chose manque à bord. De plus, on pourra confirmer que tout fonctionne bien. Vous savez, à la fin de la saison dernière, il y avait telle chose qui manquait et on a oublié!

De cette manière, on n'aura pas de mauvaises surprises et on parlera de l'ouverture 2016 comme un début de saison mémorable. En espérant une température clémente, je vous souhaite à tous une bonne saison de pêche! ♦

Camp de jour

Le *Camp de jour* à Palmarolle est de retour cette année ! Ses activités débuteront le 4 juillet pour se terminer le 12 août. Le coût de l'inscription est de 185 $/enfant, de 310 $/2 enfants et de 390 $/3 enfants d'une même famille. Marissa Cameron et Kim Létourneau seront de retour comme animatrices. Une troisième animatrice se joindra à elles pour le début de l'activité. Des reçus pour fins d'impôt, en frais de garde sont disponibles sur demande. Pour l'inscription ou information : Roxanne 819 787-2284.

Go les jambes
5e édition
7 mai prochain

À surveiller...

Soccer et Camps de jour seront de retour cet été !

Sous peu, les informations seront disponibles.

Vins et Fromages 2016

La soirée *Vins et Fromages* a été encore un succès cette année! Merci à tous nos bénévoles sans qui cette activité serait impossible à réaliser! De la décoration aux petites serveuses du Club Nordgym, en passant par les Loisirs et tous les autres citoyens généreux de leur temps! Merci aussi à tous le participants qui sont le cœur et le pouls de la soirée, lesquels ont pulsé au rythme de la musique de Dany Pouliot! À l'an prochain!

FINALE RÉGIONALES, CATÉGORIES A et B

Nous tenons à remercier très chaleureusement les bénévoles grâce auxquels les finales régionales des 17, 18, 19 et 20 mars (catégorie A) et des 24, 25, 26 et 27 mars (catégorie B) ont été une fois de plus un franc succès.

Merci à Nathalie Gaudet et Gabrielle Fontaine, Sabrina Lavoie, Coraly Aubin et Louise Gervais, Josianne Auger et Guylaine Melançon, Louisa Nicol et Guy Fortin, Micheline Turcotte et Sylvie Girard, Marc Tanguay et Allan Fortier, Cristine et Johanne Cloutier ainsi que Annick Roy et Sharon Hogan.

Votre implication auprès des loisirs est grandement appréciée. Merci à vous tous!

DÉFI 5/30 2016

Il reste deux activités au Défi à Palmarolle, c'est-à-dire ***Go les jambes*** le 7 mai et l'activité ***Baby Foot*** le 11 mai.

Voir l'horaire détaillé sur le site FB des Loisirs.

ASSEMBLÉE GÉNÉRALE ANNUELLE

18 mai, à 19 h

Il y aura assemblée générale annuelle des Loisirs le 18 mai, à 19 h, au Centre municipal de Palmarolle. La population est conviée à y assister pour voter pour les membres du comité en élection, connaître leur implication et leur mandat et s'informer des diverses activités qu'offre votre comité des loisirs. Soyez-y en grand nombre!

VOTRE CAISSE
VOUS INFORME

Projet de rénovation de maison

Vous avez besoin de conseils financiers afin de bien planifier le **projet de rénovation de votre maison** ? À la *Caisse Desjardins de l'Abitibi-Ouest* votre conseiller pourra déterminer avec vous le montant que vous pourrez emprunter et il pourra aussi vous accompagner dans toutes les étapes de la rénovation de votre propriété.

N'hésitez plus, prenez rendez-vous avec votre conseiller dès aujourd'hui !

Prêt-à-conduire Desjardins

Desjardins innove dans le marché du financement de véhicule neuf ou d'occasion. Unique et économique, le Prêt-à-conduire Desjardins vous offre plusieurs avantages et économies intéressantes lors de l'achat d'une automobile ou d'un véhicule récréatif neuf ou d'occasion. En plus, vous bénéficierez entre autres d'une assurance-vie sans frais additionnels. Pour votre prochain achat, exigez le Prêt-à-conduire Desjardins car il vous en offre davantage pour votre argent.
Il est offert exclusivement chez les marchands et concessionnaires participants.

Assistance routière gratuite

Vous êtes âgé de 25 ans et moins et votre auto est assurée chez Desjardins Assurances? Bénéficiez de l'Assistance routière Desjardins gratuitement [1]. Vous êtes protégé peu importe le véhicule que vous conduisez et qui le conduit. *(1. Certaines conditions, exclusions et limitations s'appliquent.)*

AVANTAGES EXCLUSIFS AUX MEMBRES
Desjardins

Des rabais chez des marchands reconnus

À titre de membre Desjardins, vous bénéficiez de rabais exclusifs pouvant aller jusqu'à 60 % chez plusieurs marchands reconnus de nombreux secteurs d'activités: téléphonie, mise en forme, articles de mode, magazines, piscine, hôtellerie.

Pour plus de détails, rendez-vous à desjardins.com/offresexclusives

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

Desjardins
Caisse de l'Abitibi-Ouest

Réalisons ensemble