

PETT BAVARD

Municipalité de Saint-Roch-de-Mékinac

Avril 2023



COMME UN PETIT AIR DE PRINTEMPS

Sommaire

Page 2	Sommaire
Page 3	La vie municipale
Page 4	Information modes de paiement du compte de taxes
Page 5	Bibliothèque
Page 6	Séance d'information bac brun
Page 7	Calendrier collecte ordures et recyclage
Page 8	Façon de positionner les bacs
Page 9	Guide de triage déchets
Page 10	Matières acceptées et refusées bac brun
Page 11	Message d'Énercycle concernant vidange des boues
Page 12	R.I.V.S.T.M.
Page 13	Femmes de Mékinac
Page 14	Message de Service Canada
Page 15	Service d'aide en impôt
Page 16-17	Message MAPAQ
Page 18-19	Petite histoire d'une grande rivière
Page 20	Bureau de poste
Page 21	Messe de Pâques
Page 22	APHA
Page 23	Carrefour Normandie
Page 24	Association personnes aidantes Vallée de la Batiscan
Page 25	Alertes municipales
Page 26	R.I.V.S.T.M.
Page 27	Responsable du journal



BIENVENUE DANS LA MUNICIPALITÉ DE
SAINT-ROCH-DE-MÉKINAC

Un lieu panoramique!

La Vie municipale

Séance du conseil a eu lieu le 1^{er} mars 2023. Afin de prendre connaissance des sujets traités lors de la séance du conseil, nous vous rappelons que les textes intégraux des décisions du conseil municipal sont disponibles pour consultation au bureau municipal ou sur le site Web de la municipalité (www.strochdemekinac.com), bouton de menu MUNICIPALITÉ.

Prochaine séance du conseil

Se tiendra le 5 avril 2023. Nous tenterons d'afficher sur le babillard, l'ordre du jour le jour de la séance afin de permettre aux citoyens de nous interroger sur un sujet qui les concerne. Toutes questions devront nous être transmises par courriel à l'adresse suivante : st-roch@regionmekinac.com

Horaire du Bureau municipal

Lundi au mercredi : 9 h 00 à 12 h 00 - 12 h 30 à 16 h 30

Jeudi : 9 h 00 à 12 h 00 - 12 h 30 à 16 h 00

Vendredi : FERMÉ

AVIS À LA POPULATION

RAPPEL SUR LES MODES DE PAIEMENT AUTORISÉS À LA MUNICIPALITÉ

- Argent
- Chèque
- Desjardins
- Virement Interac



**** Le virement Interac est pour les membres des institutions financières autres que Desjardins. Il est possible de faire le paiement de votre compte de taxes via le courriel de la municipalité soit : st-roch@regionmekinac.com**

Si vous êtes membres chez Desjardins, la façon d'écrire le nom du fournisseur pour nous retracer est : municipalité st-roch mékinac

Pour les questions de sécurité, vous avez 2 possibilités :

- 1) Pour quel numéro civique et la réponse sera les chiffres de votre adresse ou,
- 2) Quel est le nom de ma rue

****Si possible, indiquez le numéro du matricule.**

Merci de votre compréhension!

Bibliothèque Municipale



*Lire, c'est boire et manger. L'esprit qui ne lit pas maigrit
comme le corps qui ne mange pas. -Victor Hugo-*



Lieu : 1216 rue Principale, St-Roch-de-Mékinac

Responsable : Mme Nathalie Fyfe

Horaire de la bibliothèque : tous les mercredis de 13h00 à 16h00 - 18h30 à 20h30

La distribution du bac brun à St-Roch-de-Mékinac ne devrait pas débuter avant la dernière semaine d'avril (et pourrait être retardée) et la première collecte dans la semaine du 5 juin. Nous vous donnerons les informations sur les nouvelles dates de toutes les collectes soit : ordures, recyclage et bacs bruns dès que nous les recevrons. Une nouvelle séance d'information est prévue par Énercycle.



Séance d'information

Sainte-Thècle
26 avril à 19 h
Salle Aubin



Pour répondre à toutes vos questions sur le bac brun!



Collecte des ordures : mardi (haut)

Avril							
D	L	M	M	J	V	S	
						1	13
2	3	4	5	6	7	8	14
9	10	11	12	13	14	15	15
16	17	18	19	20	21	22	16
23	24	25	26	27	28	29	17
30							18

Mai							
D	L	M	M	J	V	S	
	1	2	3	4	5	6	18
7	8	9	10	11	12	13	19
14	15	16	17	18	19	20	20
21	22	23	24	25	26	27	21
28	29	30	31				22

Calendrier de Récupération : mercredi (bas)

Avril							
D	L	M	M	J	V	S	
						1	13
2	3	4	5	6	7	8	14
9	10	11	12	13	14	15	15
16	17	18	19	20	21	22	16
23	24	25	26	27	28	29	17
30							18

Mai							
D	L	M	M	J	V	S	
	1	2	3	4	5	6	18
7	8	9	10	11	12	13	19
14	15	16	17	18	19	20	20
21	22	23	24	25	26	27	21
28	29	30	31				22

Votre récupération doit être placée dans un sac transparent ou dans une boîte de carton en bordure de rue. Si vous avez un bac bleu, votre sac ou votre boîte peuvent être déposés dans le bac bleu pour éviter les déchirures par les animaux mais votre récupération ne peut être déposée directement dans le bac.



FAÇON DE BIEN POSITIONNER LES BACS

Facilitez la collecte des ordures ménagères et des matières organiques en disposant vos bacs selon les consignes indiquées sur cette page.

Disposition des bacs lors de la collecte sur rue

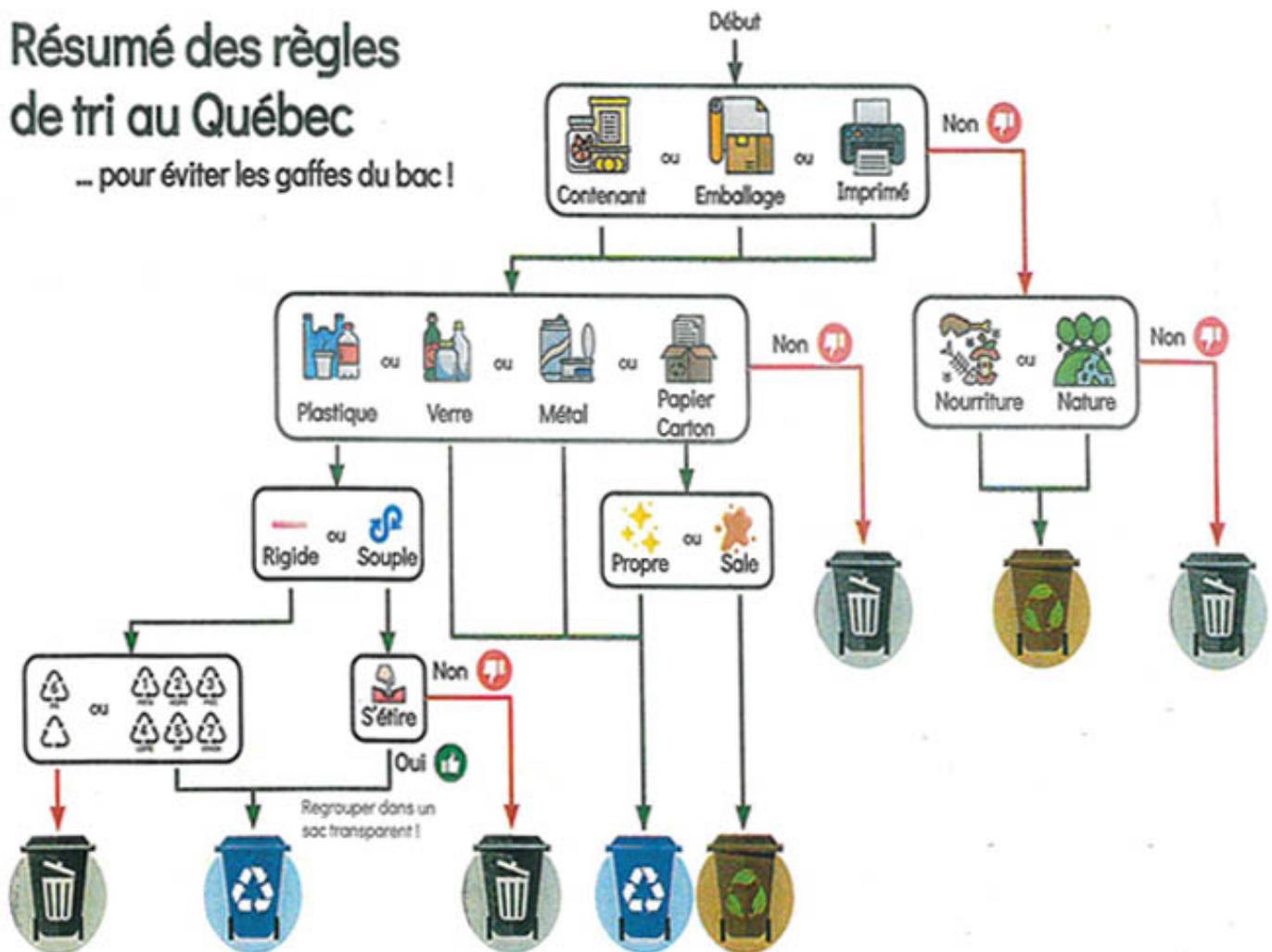
- Placez le bac roulant en bordure de rue la veille ou **avant 6 h** le matin de votre collecte;
- Orientez **les roues et les poignées** de votre bac **en direction de votre immeuble**;
- Positionnez votre bac à une distance **de moins de 2m (6,5 pieds)** de la voie publique et **d'au moins 1 m (3,3 pieds)** de tout obstacle (poteau, autre bac, clôture...);
- Assurez-vous de **fermer complètement le couvercle** du bac de sorte qu'aucune matière ne puisse tomber au sol. **Ne déposez rien sur le bac ou sur les côtés**;
- **Ne surchargez pas votre bac.** Maximum 100 kg (220 lbs) pour un bac de 360 litres et 70 kg (155 lbs) pour un bac de 240 litres;
- Lors de tempête de neige, **dégagez votre bac de la neige et de la glace.** Assurez-vous que votre bac soit facilement accessible et qu'il ne gêne pas les opérations de déneigement.

** Le non-respect de ces dispositions peut entraîner une non-collecte du bac roulant.*

PETIT GUIDE DE TRIAGE POUR VOUS AIDER

Résumé des règles de tri au Québec

... pour éviter les gaffes du bac !



BAC BRUN

✓ Matières acceptées

Résidus alimentaires

- Restes de table
- Fruits et légumes (pelures et noyaux)
- Viandes, os, œufs
- Fruits de mer, poissons et arêtes
- Produits laitiers
- Aliments liquides (petite quantité)
- Pains et céréales (pâtes, pâtisseries)
- Graines, noix et écales
- Marc de café, thé et sachet, filtre
- Nourriture pour animaux



Résidus de jardin

- Feuilles, gazon, fleurs et terre
- Paille et foin
- Petites branches et racines (diamètre maximal de 5 cm)

Papiers et cartons souillés

- Sacs en papier
- Boîtes de pizza sales
- Essuie-tout, serviettes en papier et mouchoirs
- Vaisselles en carton
- Journaux et circulaires

Autres matières

- Cheveux, poils et plumes
- Bois alimentaire (ustensiles, baguettes, cure-dents, broches)
- Litière et excréments d'animaux domestiques
- Bran de scie ou copeaux de bois non-traité
- Cendres froides (refroidies 72 h)

✗ Matières refusées

- Sacs en plastique (compostable, biodégradable et oxodégradable)
- Vaisselles compostables en plastique (PLA)
- Contenants et emballages en plastique
- Boîtes et papiers cirés, laminés ou glacés
- Verre et métal
- Animaux morts et résidus de débitage
- Plantes envahissantes
- Couches et produits sanitaires
- Graviers, roches et pierres
- Bûches et souches d'arbre
- Bois traité
- Médicaments et déchets biomédicaux
- Résidus domestiques dangereux (RDD)
- Huiles à moteur et essence
- Mégots de cigarette
- Styromousse
- Vêtements et textiles
- Sacs d'aspirateur
- Mousse de sècheuse et feuilles d'assouplissant

Sacs, emballages et contenants en plastique refusés

Seuls les sacs en papier sont acceptés. Encore mieux, déposer vos matières directement dans le bac. Les sacs, emballages et contenants en plastique sont refusés dans le bac brun, même ceux dits biodégradables ou compostables. Ces types de plastique ne se dégradent pas au même rythme que les matières compostables.

« Ça va y aller aux toasts! »



ENERGYCYCLE

Valoriser les matières résiduelles de la Mauricie

Message d'Energycycle :

Nous allons faire la planification des vidanges de fosses septiques de la saison 2023. Planifier les vidanges nous permet d'optimiser nos opérations, les trajets des camions et de maintenir le coût du service abordable pour tous les citoyens. Les changements de rendez-vous demandés en cours de saison affecte le parcours prévue à l'horaire et le nombre de vidange cédulée. Ainsi, pour maintenir le coût de ce service abordable et dans un souci d'équité envers tous, des frais additionnels seront chargés pour tout changement à cette planification annuelle durant la saison régulière de vidange des fosses septiques, soit entre le 1er mai au 31 octobre. Vous recevrez une lettre environ deux semaines à l'avance et vous serez informés des mesures à prendre pour préparer votre fosse à être vidangée.

Merci

ENERGYCYCLE

Donc, il est très important d'aviser la municipalité de tout changement : propriétaire, adresse postale, statut de résidence (permanente ou saisonnière), fermeture de fosse, fermeture de dossier (dossier désactivé), modification de fosse, ajout de fosse, etc. Nous devons être informés des changements, au plus tard le 30 avril, sinon des frais additionnels seront facturés pour n'importe quelle modification faite après le 30 avril, même pour une annulation de vidange ou une demande de changement de date.

Vous pouvez vérifier la date de votre vidange

<https://www.energycycle.ca/la-vidange-de-boue-de-fosses-septiques/>

Ensuite sur : MON DOSSIER

Pour nous aviser des changements : st-roch@regionmekinac.com ou au 819-646-5635 poste 188



Régie des incendies de la Vallée du St-Maurice
1210, Route Ducharme
St-Roch de Mékinac
G0X 2E0
Tel : 819-646-5200
Fax : 819-646-5200
rivstm@tlb.sympatico.ca

Objet : Utilisation des feux d'artifice privés

La Régie intermunicipale d'incendie de la Vallée du Saint-Maurice et la municipalité de St-Roch-de-Mékinac souhaite rappeler aux citoyens qu'il est interdit de lancer des pièces pyrotechniques en tout temps sur le territoire.

Que ce soit sur un terrain privé, sur une rue ou dans un parc, il est interdit d'allumer des feux d'artifice ou de lancer toute autre pièce pyrotechnique à moins d'avoir obtenu l'autorisation de la Régie d'incendie au préalable et d'obtenir un permis délivré par l'autorité compétente, tel que le précise le règlement concernant la prévention des incendies (2010-04-01).

Il est à noter que ces règlements sont mis en place afin d'éviter que des incendies incontrôlables se propagent aux bâtiments et à la végétation, empêcher les blessures graves à soi-même et à autrui, de même que pour conserver la quiétude des quartiers résidentiels.

Voici quelques conseils pour ceux qui souhaitent utiliser des pièces pyrotechniques à des fins privées lors d'événements familiaux ou autres.

- Le lieu de leur lancement doit mesurer au moins 30 mètres sur 30 mètres et être complètement dégagé, c'est-à-dire libre de tout arbre, bâtiment, poteau électrique ou autre obstacle;
- On ne doit jamais procéder au lancement d'une pièce pyrotechnique par grand vent;
- Même si des pièces pyrotechniques sont en vente au dépanneur du coin, leur utilisation demeure un danger. Ce ne sont pas des jouets : elles doivent être manipulées, transportées et utilisées de façon sécuritaire par un adulte car leur utilisation est interdite aux personnes de moins de 18 ans;
- Consultez le document sur les pièces pyrotechniques d'usage domestique afin de planifier sécuritairement leur utilisation sur un terrain privé.

Pour de plus amples informations ou questions sur la prévention incendie, n'hésitez pas à nous contacter au numéro (819) 646-5200.

Alain Beauséjour
Directeur – Préventionniste
Régie des incendies de la vallée du St-Maurice



« Être heureux ne signifie pas que tout est parfait. Cela signifie que vous avez décidé de regarder au-delà des imperfections » - Aristote

Même si la vie nous apporte chaque jour des défis, ici à Femmes de Mékinac, tu trouveras de l'écoute, des outils et des ressources. En tout temps, nous recevons les femmes intéressées selon l'horaire d'ouverture du Centre de femmes du lundi au jeudi, de 9 h à 12 h et de 13 h à 16 h 30. Nous sommes situés au 211, rue St-Jacques à Sainte-Thècle. Si tu as besoin d'écoute, de soutien, d'accompagnement ou si tu désires simplement échanger ou t'inscrire à une activité, contactes-nous au (418) 289-2422, (418) 289-2588 ou sans frais au 1-866-666-2422.

Voici la programmation d'avril 2023

ATELIERS SEMIS, BOUTURES ET JARDINAGE

Les Lundis du 3 avril au 29 mai 2023 de 13 h 30 à 15 h 30 au Centre de femmes. Ateliers libres avec Julie Bordeleau.

SORTIE CULTURELLE

Samedi 15 avril 2023 de 10 h 15 à 15 h 45 à la Cabane à sucre Les Boisées d'Amélie à Saint-Paulin. Coût : 30\$ Priorité aux membres. Réserver le plus tôt possible avant le 5 avril. Détails à l'inscription.

CLUB DE LECTURE

Lundi 17 avril 2023 de 13 h 15 à 15 h 30 au Centre de femmes (2^e étage) : Club de lecture avec Danielle Audy. Lire est un beau cadeau à se donner chaque jour.

CAUSERIE

Mercredi 19 avril 2023 de 13 h 15 à 15 h 30 au Centre de femmes : « Bail en résidence privée » avec le Centre de Justice de Proximité de la Mauricie (collaboration Centre d'assistance et d'accompagnement aux plaintes). Bienvenue à toutes!

CAUSERIE

Jeudi 27 avril 2023 de 13 h 15 à 15 h 30 au Centre de femmes : « Justice climatique de l'éveil à l'action » avec Julie Bordeleau. Nous vivons une crise socio écologique sans précédent. Le meilleur remède contre l'éco-anxiété est d'agir collectivement. Bienvenue à toutes!

Julie Bordeleau, agente de promotion

Femmes de Mékinac (Centre de femmes)

Tél. : (418) 289-2588 poste #103

Courriel : communication@femmekinac.qc.ca

Site Internet : <http://www.femmekinac.qc.ca>

Facebook : <https://www.facebook.com/FemmesdeMekinac/>

Période de renouvellement du Supplément de revenu garanti

Avez-vous produit votre déclaration de revenus?

Chaque année, un grand nombre de prestataires qui reçoivent le Supplément de revenu garanti (SRG) voient leurs prestations interrompues en juillet parce qu'ils n'ont pas produit leur déclaration de revenus. Afin de réduire au minimum ces interruptions, nous invitons les clients à produire leur déclaration de revenus par voie électronique auprès de l'Agence du revenu du Canada, **avant le 30 avril**, ou à remplir un [formulaire](#) de renouvellement du SRG (**ISP3026**) disponible sur le site Internet de Service Canada.

Avez-vous droit au SRG?

Oui, si :

- ✓ vous avez 65 ans ou plus;
- ✓ vous vivez au Canada;
- ✓ vous recevez la pension de la [Sécurité de la vieillesse \(SV\)](#);
- ✓ votre revenu est inférieur à 20 832 \$ et vous êtes célibataire, veuf ou divorcé;
- ✓ la somme de votre revenu et de celui de votre époux ou conjoint de fait est inférieure à :
 - ✓ 27 552 \$ et votre époux ou conjoint de fait reçoit la pension complète de la SV;
 - ✓ 38 592 \$ et votre époux ou conjoint de fait reçoit l'Allocation;
 - ✓ 49 920 \$ et votre époux ou conjoint de fait ne reçoit ni la pension de la SV ni l'Allocation.

Vous ne recevez pas le SRG?

Voici comment vous pouvez l'obtenir :

- ✓ En soumettant une demande en ligne via un compte Mon Dossier Service Canada (MDSC).
- ✓ En remplissant un [formulaire](#) de demande pour le Supplément de revenu garanti (**ISP3025**) disponible sur le site Internet de Service Canada et en l'envoyant par la poste au bureau de Service Canada le plus près.

Pour obtenir de l'information ou de l'aide, les clients et les membres de leur famille peuvent nous contacter de la façon suivante :

-  En ligne, sur le **site Internet** de [Service Canada](#);
-  Par téléphone, au numéro sans frais **1-800-277-9915**;
-  **En personne**, dans un Centre Service Canada (CSC) près de chez vous. En raison de la Covid-19, les clients doivent cependant prendre rendez-vous sur [eServiceCanada](#) avant de se présenter dans un CSC;
-  **Par la poste**, en envoyant une lettre au [bureau de Service Canada](#) le plus près.

Il est important que les clients communiquent avec nous dès que leur situation est modifiée, par exemple en cas de changement de revenus, d'état civil ou d'adresse.

Qu'est-ce que le SRG?

Le Supplément de revenu garanti (SRG) est une prestation mensuelle non imposable dont le calcul est basé sur le revenu. Elle est versée aux résidents du Canada qui reçoivent la Sécurité de la vieillesse (SV) et qui ont un faible revenu. Les prestations du SRG sont renouvelées automatiquement chaque année, en juillet, **à condition que le client remplisse une déclaration de revenus au plus tard le 30 avril.**

Le Service d'aide en impôt – Programme des bénévoles

Le service d'aide en impôt résulte d'un important partenariat établi en 1988 entre l'Agence du revenu du Canada (ARC) et Revenu Québec. Il soutient les personnes qui ne peuvent pas remplir leurs déclarations de revenus ou qui n'ont pas les moyens de confier cette tâche à des professionnels. Chaque année, des organismes et leurs bénévoles aident un grand nombre de personnes en remplissant gratuitement leurs déclarations de revenus.

Le Service d'aide en impôt – Programme des bénévoles permet à des personnes de recevoir les prestations et les crédits auxquels elles ont droit, par exemple les prestations pour enfants, le crédit d'impôt pour solidarité ou le crédit pour la TPS/TVH.

Pouvez-vous bénéficier du service d'aide en impôt ?

Pour bénéficier du service d'aide en impôt, vous devez avoir un revenu modeste et une situation fiscale simple.

Le revenu familial maximal est de

- 35 000 \$, dans le cas d'une personne seule ;
- 45 000 \$, dans le cas d'un couple (ajoutez 2 500 \$ pour chaque personne à charge supplémentaire) ;
- 45 000 \$, dans le cas d'un adulte avec un enfant (ajoutez 2 500 \$ pour chaque personne à charge supplémentaire).

Les séances de préparation de déclarations de revenus sont organisées par de nombreux organismes participants du Québec et sont offertes de février à avril ainsi que le reste de l'année, dans certains cas.

Pour connaître les endroits où ce service est offert ainsi que les horaires, consultez **revenuquebec.ca/benevoles**.

Vous pouvez également communiquer avec le service à la clientèle de l'ARC ou de Revenu Québec aux numéros suivants :

ARC : 1 800 959-7383

Revenu Québec : 1 800 267-6299

Documents requis

Lorsque vous vous présentez à une séance de préparation de déclarations de revenus, veuillez apporter vos feuillets de renseignements fiscaux, vos relevés, vos reçus, vos avis de cotisation de l'année précédente et tout autre document pertinent. Ces documents sont nécessaires dans le cadre de la production de vos déclarations de revenus du Canada et du Québec.

COM-301.2 (2021-10)

Vous êtes invités à transmettre le message suivant à vos citoyens propriétaires de poules urbaines et de petits élevages d'oiseaux:

Depuis avril 2022, 31 élevages de volaille (dont 7 élevages non-commerciaux) ont été trouvés positifs pour l'influenza aviaire hautement pathogène H5N1 au Québec. L'infection entraîne des conséquences importantes pour la ferme affectée, mais aussi pour les élevages à proximité et pour l'ensemble du secteur de l'industrie avicole.

Migrations printanières et transmission

Avec l'arrivée du printemps, les oiseaux sauvages vont reprendre leur route le long des voies migratoires. Par leur présence accrue sur le territoire, ils contribuent à la propagation du virus et augmentent ainsi le risque de contamination des oiseaux domestiques.

La grippe aviaire se transmet directement d'un oiseau à un autre par les sécrétions et les excréments. Le virus peut également être introduit de façon indirecte lorsque des humains ou du matériel contaminé entrent en contact avec des oiseaux ou leur environnement. Par exemple, le virus peut se trouver dans la nourriture ou l'eau ou encore sur des roues de véhicules, des bottes ou des mains contaminées.

Mesures de prévention

Les [mesures de prévention et de biosécurité](#) doivent être appliquées rigoureusement et le niveau de vigilance doit demeurer élevé.

Le ministère de l'Agriculture, des Pêcheries et de l'Alimentation du Québec (MAPAQ) déconseille actuellement tout rassemblement d'oiseaux (foire, exposition, concours, encans) et rappelle à tous les propriétaires d'oiseaux d'élevage de respecter le [Règlement sur les conditions de salubrité des lieux de garde d'oiseaux captifs](#) afin de prévenir les contacts entre la volaille et les oiseaux sauvages.

Signes cliniques à surveiller

Surveillez ces signes cliniques chez vos oiseaux :

- *Manque d'énergie et d'appétit*
- *Diminution de la production d'œufs et ponte de nombreux œufs à coquille molle ou sans coquille*
- *Enflure de la tête, des paupières, de la crête, des caroncules et des jarrets*
- *Toux, éternuements et signes nerveux*
- *Diarrhée*
- *Manque de coordination*
- *Mort subite*

*En cas de mortalités inhabituelles ou de signes de la maladie, consultez un médecin vétérinaire. Si vous ne parvenez pas à joindre un médecin vétérinaire, composez le **450 768-6763** pour joindre la ligne téléphonique de l'Agence canadienne d'inspection des aliments pour signaler des oiseaux malades ou le **1 844 ANIMAUX** pour communiquer avec la Centrale de signalement du MAPAQ.*

Le MAPAQ rappelle que le risque pour la population générale est faible, car les cas de grippe aviaire chez l'humain sont rares et surviennent généralement lors de contact étroit avec des oiseaux infectés.

Tous les propriétaires de volaille ont la responsabilité de protéger leurs oiseaux et la santé du cheptel québécois. Consultez la page Web [Québec.ca/Grippeaviaire](http://Quebec.ca/Grippeaviaire) pour plus d'information.

La petite histoire d'une grande rivière

Sur le territoire du bassin versant de la rivière Saint-Maurice, qui occupe une superficie de 42 925 km², on retrouve plus de 36 000 lacs et d'innombrables cours d'eau. D'une longueur de 381 km entre sa source (réservoir Gouin) et son exutoire (fleuve Saint-Laurent), la rivière Saint-Maurice a joué, au fil des derniers siècles, un rôle important dans le développement de la Mauricie.

Aussi nommée « Tapiskwan Sipi » en langue Atikamekw, la rivière Saint-Maurice est ancrée au cœur même du Nitaskinan, territoire ancestral de la Nation Atikamekw. Depuis des millénaires, les peuples autochtones ont occupé ce territoire, en y pratiquant la chasse, la pêche et la cueillette. La Tapiskwan Sipi fut également une voie de communication importante pour les Atikamekw, notamment pour faciliter les déplacements sur le territoire.

Historiquement, la vallée de la rivière Saint-Maurice fut cruciale pour le développement économique de la Mauricie. Le commerce des fourrures, soit l'une des premières activités économiques de la région, a débuté dès l'arrivée des Européens. D'ailleurs, un poste de traite permanent fut érigé à l'embouchure de la rivière Saint-Maurice au XVII^e siècle. Un peu plus tard, au XVIII^e, le développement industriel de la Mauricie a débuté avec les Forges du Saint-Maurice, à Trois-Rivières.

L'exploitation des forêts mauriciennes a débuté au XIX^e siècle. Au fil des décennies, avec l'amélioration des techniques de flottage du bois, plusieurs scieries et usines de pâtes et papiers se sont implantées aux abords de la rivière Saint-Maurice, tout d'abord à Grand-Mère en 1890, puis à La Tuque, Shawinigan et Trois-Rivières.





De plus, la présence de seuils et l'encaissement du lit de la rivière Saint-Maurice ont favorisé la construction de 11 centrales hydroélectriques au cours du dernier siècle. L'hydroélectricité produite par la Saint-Maurice a également favorisé l'implantation des industries métallurgiques et chimiques à Shawinigan.

Aujourd'hui, suite à l'arrêt du flottage du bois en 1995, la vallée de la rivière Saint-Maurice a repris graduellement les qualités esthétiques qui lui sont reconnues. Offrant un paysage à couper le souffle, la rivière Saint-Maurice joue un rôle de grande importance dans le développement récréotouristique de la région. Prisée par plusieurs milliers d'amateurs de villégiature, de canot, de pêche et de chasse, la rivière Saint-Maurice est un joyau inestimable de la Mauricie !



BUREAU DE POSTE

**Au 1216 rue Principale
St-Roch-de-Mékinac
873 212-0096**

Horaire du bureau de poste :

Lundi à mercredi : 9h00 à 12h00 – 14h15 à 16h45
Jeudi et vendredi : 9h00 à 12h00 – 14h15 à 17h00



MESSE DE PÂQUES

Samedi le 8 avril à 19h30

À la salle municipale
Au 1216 rue Principale
St-Roch-de-Mékinac
Par l'Abbé Yves Marcil

Intention : M. Fernand Dumont



L'APHA Mékinac a pour mission de :

Regrouper, soutenir et encourager les personnes handicapées en créant et en mettant en œuvre des programmes d'intégration récréatifs, éducatifs et sociaux adaptés à leur condition.

Informier et sensibiliser la population aux besoins des personnes vivant en situation d'handicap dans la MRC de Mékinac.

Calendrier des activités : Avril 2023

Mercredi 5	Diner cabane à sucre (salle aubin)
Mercredi 12	Activités régulière (viactive, soupe de l'amitié, jeux)
Mercredi 19	Sortie d'intégration : magasinage
Mercredi 26	Conférence suivi d'un dîner fraternel
Mardis 4-11-18-25	Cours d'aquaforme en avant-midi au Béli (pour nos membres)
Jeudi 13	Cuisine collective

Pour information 418-289-3630



Au service des adultes et des enfants les plus démunis de la zone Mékinac

Par le biais des services offerts, le Carrefour Normandie participe à l'amélioration de la qualité de vie des personnes démunies, tout en favorisant leur autonomie.

Dates de Partage 2023 (distributions alimentaires) à St-Roch-de-Mékinac
1216 rue Principale

06 et 20 avril

04 et 18 mai

01, 15 et 29 juin

13 juillet

10 et 24 août

21 septembre

05 et 19 octobre

09 et 23 novembre

07 décembre



PROGRAMMATION AVRIL 2023

VEUILLEZ NOUS AVISER DE VOTRE PRÉSENCE SVP, MERCI!



Café-rencontre « Lectures coup de coeur »

Vous aimez lire et vous voudriez nous partager vos livres préférés ou récemment découverts? Apportez-les avec vous ou simplement une liste des titres que vous recommandez. Vous pourrez en même temps prendre connaissance du répertoire de notre bibliothèque et en emprunter.

L'APPU POUR LES PROCHES AIDANTS

En présence à 13h15

Mardi 11 avril à St-Luc-de-Vincennes

Jeudi 13 avril à Ste-Thècle local 207

En virtuel (# réunion zoom 206 588 1781)

Lundi 17 avril à 9h30 et

Lundi 24 avril à 13h15



Café-jasette

Vous êtes invités à vous joindre à nous pour un après-midi de détente et de plaisir à discuter et partager entre aidants autour d'un breuvage offert. Vous aurez la chance d'échanger sur plusieurs sujets et de faire de belles rencontres.

Mardi 18 avril à 13h15

Restaurant le Toit-Rouge

165, rue Principale, Ste-Anne-de-la-Pérade

Jeudi 20 avril à 13h15

Bistro La Vieille Banque

441, rue Notre-Dame, St-Tite



Alimentation équilibrée (par une nutritionniste)

Cet atelier parlera, entre autres, des nutriments et leurs rôles, des comportements alimentaires, de la lecture d'étiquettes, de la composition d'une assiette équilibrée, etc. Des recommandations vous seront partagées sur différents aspects de l'alimentation et un temps vous sera alloué pour vos questions.

Mercredi 26 avril de 11h30 à 14h30
209, ch. Lejeune, Trois-Rives (St-Joseph)

Projet spécial « La Grande Tournée »

Repas léger à 11h30 suivi de l'atelier

Gratuit et ouvert à tous

sur inscription!



À la découverte des huiles essentielles, de Pranasens

Apprenez à utiliser les huiles essentielles au quotidien et découvrez leurs nombreux bienfaits selon leurs caractéristiques. Que ce soit pour ses arômes ou des besoins plus spécifiques, elles sauront vous plaire à leur manière. Conseils pratiques et produits en vente sur place.

Vendredi 28 avril de 11h30 à 14h30

500, rue Goulet, Hérouxville

Projet spécial « La Grande Tournée »

Repas léger à 11h30 suivi de l'atelier

Gratuit et ouvert à tous

sur inscription!



Association des Personnes Aidantes de la Vallée-de-la-Batiscan

Contactez-nous pour info/inscription au 1 855 284-1390 (sans frais) ou par courriel à inscriptionsaidants@hotmail.com

Ste-Thècle: 301, rue St-Jacques (local 207)

St-Luc-de-Vincennes: 660, rue Principale (local au 2e étage)





ALERTES MUNICIPALES 

alerte



SAINT-ROCH-DE-MÉKINAC
ALERTES MUNICIPALES

Soyez informés immédiatement!

Inscrivez-vous à notre système personnalisé d'alertes concernant votre municipalité et choisissez le moyen de les recevoir.

Vous pouvez vous inscrire gratuitement, en vous rendant sur le site Web de la municipalité :

<http://www.strochdemekinac.com/>

sous l'onglet ALERTES MUNICIPALES

** Pour les résidents de St-Roch-de-Mékinac seulement*



Quelques petits rappels de la Régie des Incendies de la Vallée du St-Maurice.

Tout bâtiment qui possède un appareil à combustion au bois, à l'huile, au gaz naturel ou au gaz propane ou lorsqu'un garage y est attaché, doit obligatoirement avoir un avertisseur de monoxyde de carbone. Ce gaz toxique produit, par la combustion, est inodore et incolore et peut être très nocif sur la santé. Les résidences qui possèdent un tel appareil doivent être équipées d'au moins un avertisseur de monoxyde de carbone à l'étage des chambres, puis un à l'étage de l'appareil.

Les symptômes d'une intoxication au CO

- Faible exposition : mal de tête frontal, nausées et fatigue
- Exposition moyenne : mal de tête frontal persistant avec sensation de battements, nausées, vertiges ou étourdissements, somnolence, vomissements, pouls rapide, diminution des réflexes et du jugement
- Exposition très importante : faiblesse, évanouissement, convulsions, coma et décès

ON A CHANGÉ L'HEURE, ON CHANGE LES PILES ET ON VÉRIFIE LES AVERTISSEURS : Si ça n'a pas été fait, ne pas oublier de le faire maintenant. Ne pas oublier que tout avertisseur de fumée doit être remplacé 10 ans après la date de fabrication indiquée sur le boîtier.

Pour d'autres conseils de sécurité ou information :

<http://www.rivstm.com>

<https://www.facebook.com/rivstm>



**Vos suggestions seront appréciées et considérées,
Merci**

**Nathalie Laroche
Municipalité de St-Roch-de-Mékinac
Tél : 819 646-5635 poste 188
st-roch@regionmekinac.com**