

LE FILON

De Cadillac



Un grand MERCI !

Le Campus Jeunesse et le Comité d'embellissement de la cour d'école de Cadillac remercient tous les gens venus s'amuser à la troisième édition de Cadillac en Fête. La réussite de cet événement est possible grâce à vous.

De plus, nous tenons à souligner l'appui financier de nos commanditaires impliqués, soit : Le Pacte rural (Ville de Rouyn-Noranda), Le Routier 117, Timber Mart, Mine Westwood, Atlas Copco, Lemiro inc., Dépanneur 4 Saisons, IGA Fortin, Quincaillerie G.C., ULSAT et Québec en forme.



De nombreuses activités (ballades de poney, jeux gonflables, spectacle de Moridicus, envolée de lanternes chinoises, vélos à smoothies, etc.) et prix des présences ont été de la partie, grâce à ce soutien financier.

MERCI ENCORE A TOUS !

Suivez le Filon de Cadillac sur Facebook!

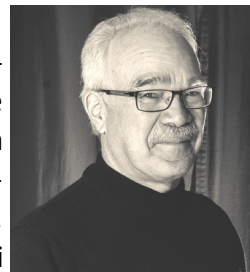
Les nouvelles de dernière heure, des rappels et des photos!

Ou, lisez chaque numéro sur le site Web de la Ville : www.rouyn-noranda.ca

Le mot du conseiller

Bonjour à tous,

Permettez-moi de souligner la participation de nos citoyens et citoyennes à nos activités que ce soit le téléthon de la ressource, la fête d'hiver, les brunchs des Chevaliers ou le souper de la St-Valentin. La réussite de ces activités, oui, grandement grâce au travail des bénévoles mais c'est surtout votre participation qui est la clé de la réussite. Il faut souligner la participation de nos voisins de Rivière-Héva qui sont omniprésents dans nos activités et je vous encourage à leur rendre la pareille.



Nous avons présentement une piste de ski de fond pour les amateurs de ce sport et je veux souligner l'excellent travail, entièrement bénévole, de M. Maurice Noël qui, depuis plusieurs années, ne compte pas ses heures pour nous permettre de pratiquer cette activité hivernale. N'hésitez pas à aller faire un tour, vous y rencontrerez sûrement plusieurs personnes qui pratiquent déjà ce sport.

Comme mentionné lors de notre dernière rencontre du conseil de quartier nous avons pour 2016 une nouvelle entente pour le Pacte rural qui se nommera désormais **Fonds de développement rural de Rouyn-Noranda**. Si vous avez des projets, il y aura un appel de projets à l'automne; pour l'hiver 2016, l'appel se terminait à la mi-février. Mme Vita Jensen, à notre bureau de quartier, se fera un plaisir de vous donner toutes les informations nécessaires.

Lors de la diffusion du téléthon à la télévision nous avons eu la chance d'entendre et de voir Mme Guylaine Malenfant qui a fait un témoignage pour la ressource. C'est avec fierté que je l'en remercie. Mme Malenfant est une ambassadrice du téléthon mais aussi de notre quartier. Un modèle de persévérance, de courage à suivre. **Merci Guylaine**

Je vous rappelle que vous pouvez toujours me contacter au 819 759-3547 pour quelque question que ce soit. Je n'ai pas la prétention de pouvoir répondre à tous, mais je peux aller chercher des informations.

Jean-Claude Chouinard
Conseiller, quartier Cadillac

Café-Rencontre à Cadillac



Venez échanger avec d'autres parents sur des thématiques concernant votre enfant tout en vous amusant avec lui. Une collation sera servie sur place.

Les activités auront lieu de **13 h à 15 h 30**.

Où? Mezzanine de l'aréna de Cadillac

Pour qui? Les parents d'enfants âgés de 5 ans et moins

Thématiques

- Éduquer son enfant à deux
- Résolution de conflits entre les enfants
- Développement moteur de l'enfant
- Confiance en soi
- Un couple, une famille, un budget
- Jeux à l'enfance



Pour information, veuillez contacter
Marie-Aimée Fortin-Picard, coordonnatrice au 819 797-7110 poste 7376
ou : marie-aimee.fortin-picard@rouyn-noranda.ca

Au plaisir de vous voir!
Cynthia et Sophie



DATES
26 janvier 2016
23 février 2016
22 mars 2016
19 avril 2016
17 mai 2016

LE SAVEZ-VOUS ?

Les « bonbons » liquides

Qu'ont en commun les jus de fruits, les cafés et thés glacés, les boissons gazeuses, les cocktails? Ces boissons sucrées peuvent entraîner un gain de poids tout en augmentant les risques de certaines maladies.

Comparativement aux aliments solides, ces bonbons liquides contiennent beaucoup de sucre et ne comblent pas la faim. Un surplus de calories aussi petit que 50 par jour, correspondant à environ 1/3 de tasse de jus ou de boissons gazeuses, peut entraîner un gain de plus de 5 livres par année.

Comment s'hydrater sainement?

-L'eau : la meilleure option pour s'hydrater.

-Le lait nature et les boissons de soya enrichis.

-Désensibiliser ses papilles au goût sucré des boissons. Exemple, diluer le jus avec de l'eau pétillante ou le lait au chocolat avec du lait nature.

Par Manon Trudel, nutritionniste. Capsule inspirée d'Extenso



[Filons jeunesse Rouyn-Noranda](#)



Règlement sur les animaux

La Ville de Rouyn-Noranda s'est dotée en 2006 d'un règlement sur les animaux s'appliquant sur l'ensemble de son territoire, dont voici quelques extraits :

Nuisance : errance

Sauf pour un chien guide, il est interdit de laisser errer son animal ou de le promener :

- dans les parcs et terrains de jeu de la ville ;
- sur les voies de circulation et les places publiques ;
- sur les terrains privés sans le consentement du propriétaire de tels terrains.

Le propriétaire d'un animal doit prendre les mesures nécessaires pour empêcher son animal d'errer, soit en l'attachant convenablement sur son terrain, en l'enclavant ou de toute autre manière qui ne nuit pas à la santé de l'animal. À l'exception des parcs et terrains de jeu où cela est interdit, le propriétaire d'un animal peut promener celui-ci sur les voies de circulation et les places publiques où la circulation piétonnière est autorisée à la condition que celui-ci soit retenu par une laisse ayant une longueur maximale de 1,5 mètre. Le propriétaire d'un animal doit conserver en tout temps le contrôle total et complet de l'animal.

Nuisance : aboiements et hurlements

Un chien qui aboie sans arrêt ou fréquemment dû au seul fait qu'il y ait de l'activité à proximité ou sur la voie publique constitue une nuisance.

Le fait pour le propriétaire d'un chien :

- * de permettre ou de laisser son chien aboyer sans arrêt ou de façon discontinue mais fréquemment, constitue une nuisance ;
- * de ne pas avoir le contrôle de son animal constitue une nuisance ;
- * de permettre ou de laisser hurler son chien sans arrêt ou de manière à troubler la tranquillité du voisinage constitue une nuisance.

Nuisance : animaux présumés dangereux

Un chien peut être présumé dangereux s'il démontre de l'agressivité en montrant les crocs, en bavant, en jappant ardemment ou en s'agitant violemment au bout de sa laisse. Ceci constitue une nuisance publique s'il est démontré qu'il agit fréquemment de cette manière.

En tout temps un animal ne doit pas constituer un danger pour quiconque, et ce, de quelque manière que ce soit. Tout propriétaire de chien, de chat ou de tout autre animal doit enlever les excréments laissés par son animal tant sur la propriété publique que privée. Le fait pour le propriétaire d'un animal de permettre ou de laisser son animal déposer des excréments sur la propriété ou place publique ou une propriété privée et de ne pas les ramasser immédiatement, constitue une nuisance publique.

Droits de la Ville et poursuites pénales

Toute poursuite pénale pour contravention à l'une ou l'autre des dispositions du règlement est intentée par la Ville au moyen d'un constat d'infraction. Un agent de la paix peut délivrer un constat d'infraction en cas d'infraction à l'une ou l'autre des dispositions du présent règlement.

Source : Service de l'aménagement du territoire, Ville de Rouyn-Noranda



BIBLIOTHÈQUE

Nous sommes heureux de vous informer que nous sommes à notre nouveau local, situé à l'école primaire Louis-Querbes.

L'entrée de la nouvelle bibliothèque est située à l'arrière de l'école. Pour vous y rendre vous devrez prendre l'entrée extérieure située sur la rue Trempe. Veuillez prendre note des nouvelles heures d'ouvertures soit le lundi de 18 h 30 à 20 h 30

Et

Le mercredi de 18 h 30 à 20 h 30

Nous gardons le même numéro de téléphone soit le : 819 797-7110 poste 3607
Au plaisir de vous y retrouver



Kim Flageole
Responsable



PATINAGE

Tant et aussi longtemps que dame nature le permet vous pouvez patiner tous les soirs à l'aréna de Cadillac.

18 h à 19 h - Patinage libre

19 h à 20 h - Hockey libre

Samedi et dimanche aussi de 13 h à 15 h



Pour patinage le jour ou pour louer la glace, adressez-vous au bureau de quartier 819 759-3606.



INVITATION

à tous les organismes bénévoles

La 16e Activité de Reconnaissance du bénévolat de la Ville de Rouyn-Noranda

aura lieu, le jeudi 21 avril 2016 de 17 h à 19 h
au Centre de congrès de Rouyn-Noranda (41, 6^e Rue)

C'est sous le thème « *Les bénévoles en vedette!* » que la Ville de Rouyn-Noranda soulignera la contribution des bénévoles et organismes bénévoles, à l'amélioration de la qualité de vie de notre communauté.

Nous vous invitons donc à profiter de l'occasion pour inviter à cette soirée une ou un membre n'ayant jamais participé à cet événement.

Tous les organismes bénévoles devraient avoir reçu par courrier une fiche d'inscription. Si vous ne l'avez pas reçue, vous devez remplir la fiche ci-dessous et nous la retourner avant **le mardi 5 avril 2016**.

Pour toute information supplémentaire, vous pouvez communiquer avec le Service de l'animation en loisir et espaces verts de la Ville de Rouyn-Noranda au 819 797-7101.



À retourner avant le mardi 5 avril 2016

Fiche d'inscription

Nom organisme : _____ Téléphone : _____

Adresse (n^o, rue) : _____

Ville : _____ Province : _____ Code postal : _____

Noms de représentants ou responsables de l'organisme (maximum 3 personnes par organisme)

1. _____
2. _____
3. _____

Pour retourner votre fiche d'inscription, vous pouvez procéder par un des moyens suivants :

Poste : VILLE DE ROUYN-NORANDA
16^e Activité Reconnaissance du bénévolat
201, avenue Dallaire, local 266, C.P. 220
Rouyn-Noranda (Québec) J9X 5C3

Télécopieur : 819 797-7136
Site web : www.rouyn-noranda.ca
Courriel : loisirs@rouyn-noranda.ca

Défi Santé



RELEVEZ LE DÉFI

du 31 mars au 11 mai

AVEC Anais

Participer au Défi Santé, c'est simple :

1. INSCRIVEZ-VOUS

C'est le premier geste à poser! Vous pouvez vous inscrire* en solo ou encore participer en famille ou en équipe pour vous motiver davantage. Toutes les formules sont bonnes pour relever le *Défi Santé*!

2. PROFITEZ DES OFFRES EXCLUSIVES

Votre confirmation d'inscription vous donne accès à des offres exclusives. Vous courez aussi la chance de gagner l'un des nombreux prix offerts**, dont 1 an d'épicerie chez IGA (valeur de 5 200 \$) et 15 cartes-cadeaux de 500 \$ de Strøm Spa.

3. PROCUREZ-VOUS LE PASSEPORT IGA

Rendez-vous chez IGA pour obtenir votre Passeport IGA***. Vous y trouverez des coupons IGA exclusifs et des recettes santé pour vous aider à relever le *Défi Santé*!

4. CONSULTEZ VOTRE DOSSIER EN LIGNE

Découvrez le dossier amélioré: un suivi quotidien de vos objectifs, des vidéos d'exercices de Mon Gym Virtuel, des menus santé de SOS Cuisine, des pauses équilibre en vidéo, le Quiz et le Parcours maison santé... et bien d'autres choses!
En prime: des points à accumuler pour le concours!

5. FAITES PARTIE DE LA COMMUNAUTÉ SANTÉ

Joignez-vous aux 40 000 adeptes de la page Facebook du *Défi Santé*, une dynamique communauté passionnée par la santé! Nouveau: suivez-nous sur Instagram pour profiter d'un contenu exclusif et de défis amusants à relever!

Relever le Défi Santé, ça fait du bien!

INSCRIVEZ-VOUS À DEFISANTE.CA

À gagner

- * 1 an d'épicerie chez IGA
- ** 15 cartes-cadeaux de 500 \$ de Strøm Spa

Pendant les 6 semaines du *Défi Santé*, posez des gestes simples pour atteindre 3 objectifs:



OBJECTIF 5

Manger au moins 5 portions de fruits et légumes par jour.



OBJECTIF 30

Bouger au moins 30 minutes par jour. Et pour les jeunes, c'est au moins 60!



OBJECTIF Équilibre

Prendre au moins une pause par jour.

* L'inscription est maintenant possible en tout temps, même après le début du *Défi Santé*. En vous inscrivant au plus tard le 31 mars, vous profitez toutefois de nombreux avantages, dont la participation au tirage. ** Le règlement du *Défi Santé* et le détail des offres et des prix peuvent être consultés à DefiSante.ca. *** Les Passeports seront remis chez IGA à compter du 3 mars 2016. Les quantités sont limitées. Un seul Passeport par famille.



FORMATION SUR LE COMPOSTAGE DOMESTIQUE

Qu'est-ce que le compostage?

Une méthode simple qui consiste à transformer les résidus de jardin et les déchets de table en humus riche ayant la consistance d'un terreau à jardin.

À quoi sert le compost?

L'humus ainsi obtenu constitue un excellent fertilisant pour le sol, les plantes et le potager. Il agit également comme protection contre les insectes nuisibles. Le compost remplace avantageusement les produits chimiques qui perturbent l'équilibre du sol.



Pourquoi faire du compost?

- Pour produire un fertilisant exceptionnel pour le sol et ainsi améliorer la croissance de vos légumes, fleurs, arbres et pelouses, sans qu'il ne vous en coûte un sou.
- Pour réduire le volume de vos matières résiduelles : environ 40% de votre sac d'ordures est composé de matières compostables.
- Pour éviter des coûts d'enfouissement supplémentaires.
- Pour diminuer la pollution de la faune et de la flore par ces matières qui sont les principaux responsables de la pollution émise par les sites d'enfouissement.

Vous êtes intéressé par le compostage?

COURS DE FORMATION SUR LE COMPOSTAGE

Coût :	51 \$
Endroit :	Salle du conseil - Hôtel de ville - 100, rue Taschereau Est
Date :	15 ou 16 juin 2016
Heure :	19 h à 20 h 30

Afin d'obtenir votre composteur, l'inscription au cours est **obligatoire**. Pour vous assurer d'une place, celles-ci étant limitées, inscrivez-vous sans tarder!

Date limite d'inscription : 22 avril 2016

Pour information et inscription :

Francine Gilbert
Téléphone : 819 797-7114

Source :

Marie-Josée Bart, coordonnatrice en gestion des matières résiduelles
Division des finances et services administratifs
100, rue Taschereau Est, Rouyn-Noranda (Québec) J9X 5C3





Besoin d'un permis? Planifiez vos travaux!

Vous prévoyez effectuer des travaux de construction ou de rénovation sur votre propriété? Pensez-vous à installer une piscine ou un cabanon dans votre cour? Ces travaux, comme plusieurs autres, nécessitent un permis ou un certificat d'autorisation.

**Afin d'éviter des délais dans le traitement de votre dossier,
assurez-vous d'avoir en main tous les documents nécessaires.**

Il y a 4 façons de connaître les documents nécessaires à l'obtention d'un permis :

1. Ligne info-permis

Appelez la ligne **Info-permis** au 819 797-7568 et laissez votre nom, votre numéro de téléphone et votre question détaillée avec l'adresse concernée sur la boîte vocale, un technicien vous rappellera afin de faire le suivi de votre demande.



2. Courriel

Envoyez un courriel à **permis@rouyn-noranda.ca** en indiquant votre nom, votre numéro de téléphone et votre question détaillée avec l'adresse concernée, un technicien vous répondra.

3. Site Web de la Ville de Rouyn-Noranda

Visitez le site Web de la Ville de Rouyn-Noranda au **www.rouyn-noranda.ca** section Services aux citoyens, sous l'onglet Permis

4. Sur place

Venez rencontrer un de nos techniciens au **comptoir des permis** à l'hôtel de ville au 100, rue Taschereau Est, du lundi au vendredi, de 8 h 30 à 12 h et de 13 h 30 à 16 h 30 ou présentez-vous à votre bureau de quartier pour rencontrer le préposé à la réglementation et vigie de quartier (*vérifiez les heures d'ouverture avant de vous déplacer*).



Découper et conserver



CALENDRIER D'ACTIVITÉS À CADILLAC

MARS 2016

Date	Activité	Lieu	Pour information	
01-03	Mardi	Danse en ligne	Mezzanine	Claudette 819 759-3293
02-03	Jeudi	Jeux de poche	Salle des Chevaliers	Lisette 819 759-8142
06-03	Dimanche	Jeux de dards	Salle des Chevaliers	Claudette 819 759-3293
08-03	Mardi	Danse en ligne	Mezzanine	Claudette 819 759-3293
10-03	Jeudi	Jeux de poche	Salle des Chevaliers	Lisette 819 759-8142
13-03	Dimanche	Brunch	Salle des Chevaliers	Bernard 819 759-4137
15-03	Mardi	Jeux de dards	Salle des Chevaliers	Claudette 819 759-3293
17-03	Jeudi	Jeux de poche	Salle des Chevaliers	Lisette 819 759-8142
20-03	Dimanche	Jeux de dards	Salle des Chevaliers	Claudette 819 759-3293
22-03	Mardi	Danse en ligne	Mezzanine	Claudette 819 759-3293
24-03	Jeudi	Jeux de poche	Salle des Chevaliers	Lisette 819 759-8142
27-03	Dimanche	Jeux de dards	Salle des Chevaliers	Claudette 819 759-3293
29-03	Mardi	Danse en ligne	Mezzanine	Claudette 819 759-3293
30-03	Mercredi	Conseil de quartier	Salle du conseil	Vita 819 759-3606
31-03	Jeudi	Jeux de poche	Salle des Chevaliers	Lisette 819 759-8142

Chevaliers de Colomb

Merci à tous les participants de nos deux derniers brunchs! C'est un plaisir de vous voir en si grand nombre. C'est motivant pour nos bénévoles!

Nous sommes présentement dans une période de recrutement et nous recherchons particulièrement des jeunes de la relève. Si ça t'intéresse, contacte Bernard au 819 759-4137.

La date limite pour soumettre un article dans le journal « Le Filon de Cadillac » est le 15 de chaque mois. Nous préférons recevoir les articles par courriel, mais à défaut nous vous demandons de présenter des textes dactylographiés afin d'éviter des erreurs d'interprétation. La responsable du journal se réserve le droit de réduire les textes ainsi que de publier ou non un article selon son contenu et l'espace disponible. Il n'y a pas de frais pour les articles. Nous vous offrons également la possibilité de placer une petite annonce format carte d'affaire. Le coût est de 5\$ par annonce par parution et doit être réservé pour un minimum de trois parutions. L'espace réservé à cette fin est une page maximum par journal. Par courriel : cadillac@rouyn-noranda.ca



AGNICO EAGLE

Pour toutes questions ou commentaires sur nos opérations à la mine LaRonde, n'hésitez pas à communiquer avec nous aux coordonnées suivantes :

819 759-3700 poste 5005

Relations.laronde@agnicoeagle.com



Bonjour à vous tous

Je suis toujours disponible pour vous 7/7, 24/24 pour conduire votre auto et pour toute autre chose.

Jean-Marie 819 860-3742 (Laisser sonner)

Gym Caddé

Ouvert en tout temps avec carte magnétique



1 mois 30 \$
3 mois 60 \$
6 mois 100 \$
1 an 200 \$



(Carte magnétique 10 \$ remboursable)

Pour information :

Julie Barrette 819 279-5284 ou
sur la Page Facebook : Gym Caddé

SHAOLIN DRAGON KUNG FU

- Classes enfants
- Classes femmes
- Classes adultes
- Cours technique policière
- Cours agent de sécurité



- Cours avec plusieurs armes
- Cours garde du corps
- Auto-défense pour femmes (contre agression)
- Séminaire de groupe

Tous basé sur le "SELF-DEFENSE"

Master Ron Baulne
8th Degree Black Belt (Shaolin Dragon Kung Fu)
57, rue Principale, Rouyn-Noranda, Québec
Tél.: 819 762-6558 Fax: 819 762-7776