

Le mini journal du Lac



Édition de février 2017



AQUAGYM et/ou EXERCICES ADAPTÉS
 en collaboration avec le CMEC,
 le CISSS du Bas-St-Laurent et
 le service des loisirs de la ville d'Amqui

Votre santé vous tient à cœur et vous voulez bouger plus de manière encadrée malgré une problématique de santé physique telle que :

- Arthrite
- Hémiparésie
- Mobilité réduite
- Sclérose en plaques
- Arthrose
- Fibromyalgie
- Parkinson
- Autres problématiques de santé physique



	Exercices en salle	Aquagym
Quand?	Tous les mercredis du 22 mars au 3 mai 2017 (sauf le 19 avril) * Évaluation obligatoire le 14 mars 2017 et en fin de programme	
Quelle heure?	10h30 à 11h30	14h15 à 15h15
Quel endroit?	Salle communautaire du centre récréo-culturel d'Amqui	Piscine d'Amqui
Combien?	Gratuit	25\$

*À noter qu'il n'y a pas de reprise ni de remboursement en cas d'annulation d'un cours

Besoin d'un transport?
 Contactez Transport La Caravelle pour plus d'info
 au 418- 629-1502

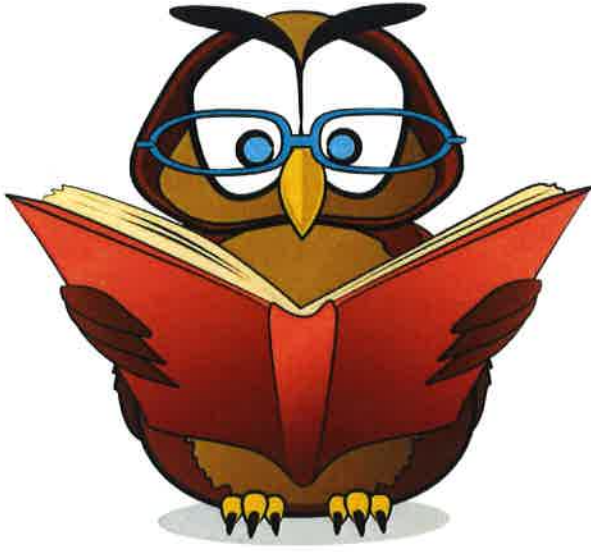
Pour information et inscription, 418-629-2211
poste 2082
 (date limite d'inscription le 24 février 2017)

Bouger, c'est investir dans votre santé!
Profitez de cette occasion pour passer à l'action!

La Bibliothèque Municipale

Changement aux heures d'ouverture

le jeudi de 18h30 à 20h00



La bibliothèque a fait dernièrement l'acquisition de plusieurs romans récents. Notre collection locale est donc un peu plus garnie de nouveaux titres qui sauront plaire à nos abonné(e)s. De plus, la bibliothèque reçoit régulièrement de nouveaux livres du Réseau Biblio du Bas St-Laurent. Ce qui augmente encore vos possibilités de lectures.

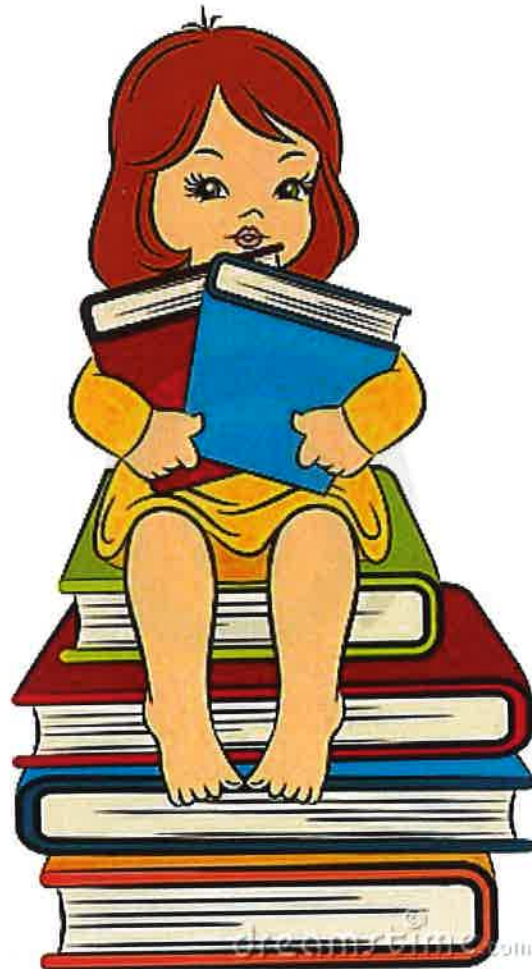
Il est aussi possible de commander pour des titres que nous n'avons pas en inventaire. Il nous fera plaisir de les commander au Réseau Biblio.

Bibliothèque cherche bénévoles

L'équipe est aussi à la recherche de bénévoles pour aider au bon fonctionnement de la bibliothèque. Nous ne sommes plus que deux membres au comité et un peu d'aide serait bienvenue. Ça ne demande que 3-4 heures par mois et ce n'est rien de bien compliqué. Nous travaillerions en équipe de 2 au début afin de vous permettre de vous familiariser aux petites tâches occasionnelles.

Les personnes intéressées peuvent venir nous rencontrer à la bibliothèque aux heures d'ouverture ou communiquer avec Clarence Turcotte au 418-743-5407.

Bienvenue à tous et toutes....!!



Sommaire de l'information financière

Exercice terminé le 31 décembre 2016

Ce sommaire de l'information financière est extrait automatiquement du rapport financier déposé au Conseil et attesté par le trésorier, sans possibilité de modifications.

Organisme Saint-Zénon-du-Lac-Humqui

SOMMAIRE DES RÉSULTATS À DES FINS FISCALES EXERCICE TERMINÉ LE 31 DÉCEMBRE 2016

		2016		2015
		Budget	Réalisations	Réalisations
Revenus				
Fonctionnement	1	634 681	698 077	672 549
Investissement	2	196 595	123 783	444 786
	3	831 276	821 860	1 117 335
Charges	4	653 779	767 582	690 338
Excédent (déficit) de l'exercice	5	177 497	54 278	426 997
Moins : revenus d'investissement	6	(196 595)	(123 783)	(444 786)
Excédent (déficit) de fonctionnement de l'exercice avant conciliation à des fins fiscales	7	(19 098)	(69 505)	(17 789)
Éléments de conciliation à des fins fiscales				
Amortissement des immobilisations	8	132 498	140 265	133 509
Financement à long terme des activités de fonctionnement	9			
Remboursement de la dette à long terme	10	(23 400)	(23 400)	(18 000)
Affectations				
Activités d'investissement	11	(90 000)	(86 589)	(35 197)
Excédent (déficit) accumulé	12			(3 790)
Autres éléments de conciliation	13			
	14	19 098	30 276	76 522
Excédent (déficit) de fonctionnement de l'exercice à des fins fiscales	15		(39 229)	58 733

Extrait du rapport financier, pages S14 et S15

BINGO

À Lac-Humqui
Dimanche 26 février 2017

à

14 heures

À LA SALLE

DU CLUB DES 50 ANS ET +

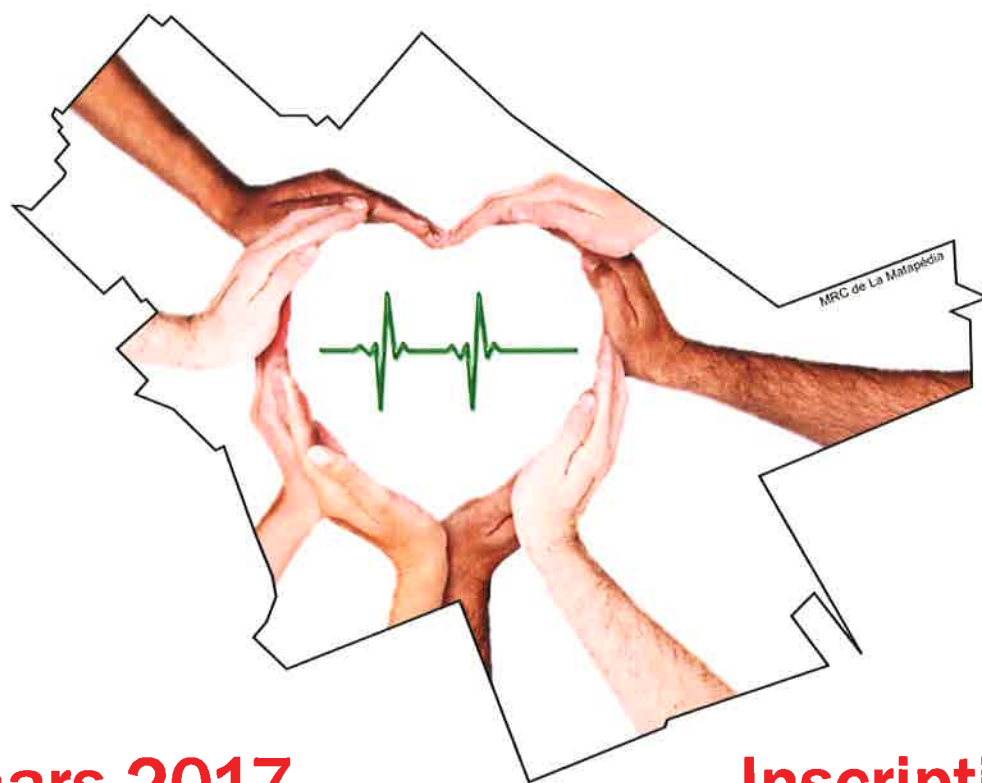
Du Centre multifonctionnel situé au 146,
Route 195, entrée latérale



BIENVENUE À TOUS!

Forum citoyen **sur l'avenir des** **soins de santé** **dans La Matapédia**

Organisé par le Comité de citoyens vigie santé matapédien



18 mars 2017

École secondaire
Armand-Saint-Onge
Amqui

Inscription 15 \$

avant le 3 mars 2017

En ligne:

www.ecoterritoirehabite.ca

Par téléphone:

418 629-2053, p. 1101

Tournoi de dards à Lac-Humqui

Samedi, le 25 février 2017 au local du Club
des 50 ans et +

de Lac-Humqui

Équipes de 4x4 à la pige

Inscriptions :

de 11h30 à 12h30

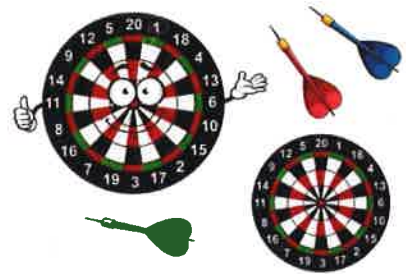
Coût : 5\$ par personne

Pour information ;

418-743-5218, Michel St-Pierre

418-743-5391, Yvette Blais

418-743-1310, Anne-Marie Painchaud



Message important de la fabrique

Les membres du conseil de la fabrique désirent informer les paroissiens sur les coûts de différents services que l'Église rend à la population, la fréquentation diminue et les frais augmentent.

Voici une liste des coûts qui reviennent à l'Église pour maintenir ses services :

- Le déplacement des prêtres. (\$100)
- Les remises au fédéral et provincial. (\$300)
- Salaire. (\$2400)
- Le per-capita et caisse de retraite (envoi au Diocèse de Rimouski). (\$930)
- Culte et pastorale. (\$1900)
- Coût pour le secteur.(salaires des prêtres, agentes de pastorale et autres frais)(\$5000)
- Téléphone. (\$850)
- Divers frais.(Assurance, entretien, frais de bureau) (\$2200)

Total des frais : environ \$14 000

Et maintenant les frais qui reviennent aux paroissiens pour les services que l'Église rend à la population, funérailles, baptêmes, mariages, messes et autres : frais servant aux paiements des factures.

- Messes... \$15 chacune.
- Lampe du sanctuaire... \$8.
- Lampions... à \$5, \$2 et 50¢.
- Baptême... \$30.
- Mariage... \$250.
- Funérailles... \$300 et chorale aux frais de la famille.
- Banc... \$25
- Capitation(dîme)... \$50 chacun ou \$100 par famille.
- Certificat de baptême... \$20

Nos autres moyens de financements sont les suivants :

- Quêtes, ventes de lots du cimetière et dons.
- Activités diverses : festival, bingos, déjeuners, tirage et autres.

Nos revenus ne suffiront plus bientôt pour couvrir toutes nos dépenses et pour que nous puissions continuer encore d'offrir ici les services à la communauté (baptêmes, messes, funérailles), il serait grandement apprécié que tous ceux qui profitent des services que rend l'Église à la population paient leur juste part quand ils en ont les moyens. Ce ne sont pas des frais si exorbitants, nos loisirs aujourd'hui nous en coûtent bien davantage.

Merci !

Les membres du conseil de la Fabrique.

Le Mot vert du mois – « Hiver et bac brun : Guide de survie » - Février 2017

Bonjour à toutes et tous,

C'est dans le mois le plus court que l'hiver est le plus long ! Dans ce Mot **vert** de février, nous parlerons de la gestion du bac brun en conditions hivernales. D'abord, un rappel des matières acceptées :

- **Résidus alimentaires** : Fruits et légumes, viandes et os, poissons et fruits de mer, œufs et coquilles, produits laitiers, graisses animales et végétales, pâtes, pain et céréales, gâteaux, biscuits, confitures, café et filtres à café;
- **Résidus verts** : Résidus du jardin et du désherbage;
- **Papiers et cartons souillés** : Papier journal, sacs en papier, boîtes de pizza, essuie-tout et serviettes de table.

Voici comment faire pour que votre bac brun survive à l'hiver, que vos résidus ne collent pas aux parois du bac et pour assurer une vidange optimale :

- Évitez de mettre des résidus liquides dans votre bac brun ;
- Enveloppez vos résidus dans du papier journal ou dans un sac de papier ;
- Vous pouvez congeler vos aliments dans un plat au congélateur avant d'en disposer dans votre bac brun ;
- Tapissez le fond de votre bac brun de papier journal ou d'un morceau de carton afin d'absorber l'humidité et favoriser le décollage lors de la levée ;
- Les collectes du bac brun sont moins fréquentes l'hiver. Assurez-vous que votre bac brun soit au chemin à chaque collecte pour éviter un poids trop élevé qui risquerait d'endommager votre bac ou votre dos ! ;
- N'oubliez pas qu'aucun sac de plastique ne doit être déposé dans le bac brun même s'ils portent la mention biodégradable ou compostable.

Cendres

En raison des risques d'incendie, il est important de **ne pas mettre les cendres chaudes directement dans le bac**. Puisque les cendres peuvent rester chaudes plusieurs jours, même lorsqu'elles paraissent entièrement éteintes, il est recommandé de les entreposer dans un contenant métallique, muni d'un couvercle et à l'extérieur de la maison jusqu'à ce qu'elles soient **complètement refroidies avant d'en disposer convenablement dans le bac à déchets**.

Souvenez-vous que vos cendres (de bois non-traité/peint) peuvent être utilisées comme fertilisant pour vos plantes et qu'il existe sur Internet diverses recettes afin d'en faire du savon à lessive, du dégraissant ou du nettoyant à vitre !

D'ici le prochain Mot **vert**, restez au chaud, portez-vous bien et n'hésitez pas à me contacter si vous avez des questions !

Vincent Dufour, coordonnateur
Régie intermunicipale de traitement des matières résiduelles
des MRC de La Matapédia et de La Mitis
Tél. : 418-629-2053, poste 1138
Courriel: matresi@mrcmatapedia.qc.ca

LE SITE AccèsD DE DESJARDINS DANS LA MIRE DE PIRATES RUSSES UNE NOUVELLE FRAUDE PAR MESSAGERIE TEXTE AU QUÉBEC



Une nouvelle tentative de fraude par messagerie texte ou SMiSHING (hameçonnage par SMS) circule au Québec. Le portail AccèsD du Mouvement

Desjardins est ciblé. Des pirates informatiques russes sont dans le coup, a appris Le Journal. «Depuis quelques jours, on observe une nouvelle attaque assez impressionnante qui cible directement les utilisateurs de téléphone cellulaire», a confirmé au Journal le président de la firme de sécurité Sirco, Claude Sarrazin. Selon ce dernier, la reproduction frauduleuse saisissante de pirates russes tente de tromper les utilisateurs de plusieurs institutions bancaires au pays, dont ceux du Mouvement Desjardins et son populaire portail AccèsD. Dans le cas présent, le message texte qui provient du supposé service de sécurité de Desjardins fait allusion à une tentative de fraude. On demande de cliquer rapidement sur un lien pour se diriger sur le portail AccèsD. Au cours des derniers jours, un Montréalais s'est d'ailleurs fait prendre au piège. «Son compte de banque s'est fait vider en moins de 10 minutes. La perte s'élève à 450 000 \$», a signalé M. Sarrazin.

Desjardins surveille Chez Desjardins, on dit être aux aguets. «C'est une situation que l'on prend très au sérieux», a fait valoir la porte-parole Valérie Lamarre. Desjardins demande à ses membres de se tenir sur leurs gardes, surtout lorsqu'on leur demande d'agir rapidement en raison d'une situation d'urgence. «Ne répondez pas à ce courriel, ne cliquez pas sur les liens affichés et n'ouvrez pas les pièces jointes liées au message. Signalez ces messages à votre institution», rappelle M. Sarrazin. 156 millions de messages par jour Selon le centre antifraude de la Gendarmerie royale du Canada (GRC), 71 % des attaques d'hameçonnage utilisent le nom et les couleurs des institutions financières afin d'obtenir de l'information personnelle. Chaque jour, plus de 156 millions de messages d'hameçonnage sont envoyés dans le monde. L'an dernier, les fraudeurs en ligne ont réussi à soutirer plus de 40 millions \$ à 8000 victimes au pays, d'après la GRC. «Source: Pierre Couture , Journal de Québec»



Selon Isabelle Paquin, directrice des communications et vie coopérative de Desjardins Caisse Vallée de la Matapédia, lorsque l'on reçoit ce type de message peu importe le mode de communication, il ne faut pas prendre de chance et valider immédiatement avec l'institution: «D'abord, que ce soit par courriel ou par texte, l'hameçonnage n'est pas une nouvelle technique de fraude. Il s'agit d'un stratagème bien connu qui consiste à envoyer massivement des courriels ou des textos qui semblent provenir d'une institution financière ou d'une entreprise et qui vous incitent à cliquer sur des liens vers de faux sites ou à ouvrir des fichiers joints. Les fraudeurs utilisent cette tactique pour tenter de soutirer des renseignements personnels qui leur serviront à voler une identité pour commettre des fraudes ou à installer un logiciel malveillant sur un ordinateur, par exemple. La vigilance et la

reconnaissance de ce type de message demeurent les meilleures façons de se protéger contre la fraude et ses conséquences qui peuvent s'avérer importantes. Comment reconnaître un courriel ou un texto d'hameçonnage? • Le message est non sollicité et mentionne un problème avec un compte. Le numéro de l'expéditeur du texto vous est inconnu. • On invite à valider de l'information ou un compte en suivant un lien. Attention, ce dernier mène vers un faux site qui copie la page d'accueil d'AccèsD, par exemple. • On crée un sentiment d'urgence pour vous inciter à cliquer sur le lien, on fait miroiter un gain inattendu de provenance inconnue. Quoi faire lorsqu'on reçoit un courriel ou un texto frauduleux? • Ne pas répondre et surtout, ne pas cliquer sur les liens affichés ou télécharger de fichiers. • Si possible, transférer le courriel ou une capture d'écran du texto à protection@desjardins.com. Cela permet à nos équipes de faire fermer les faux sites. • Finalement, le supprimer. Quoi qu'il en soit, parler de fraude demeure une des meilleures façons de mieux la reconnaître et de l'éviter. Alors pour plus de renseignements, consultez la section Sécurité de notre site internet au www.desjardins.com/securite. »

**LES MRC DE LA MATAPÉDIA ET DE LA MITIS INFORMENT QUE
LE PLASTIQUE 6 RIGIDE EST ACCEPTÉ DANS LA RÉCUPÉRATION**

Amqui, le 23 janvier 2017. La Régie intermunicipale de traitement des matières résiduelles des MRC de La Matapédia et de La Mitis informe les citoyens de ces deux MRC que la récupération du plastique 6 rigide, appelé polystyrène rigide, est acceptée dans le bac bleu. À noter que le plastique 6 expansé, communément appelé styromousse ou *styrofoam*, est toujours refusé dans cette collecte.

Dans le quotidien, le plastique 6 rigide, qu'on appelle également non-expansé, est principalement utilisé pour les contenants alimentaires. Il est reconnaissable par l'impression sur le produit du triangle de la récupération avec en son centre le chiffre 6. Ce symbole est parfois accompagné des lettres « PS » pour polystyrène. Afin de s'assurer qu'il s'agit du bon type de plastique numéroté 6, si par une simple pression un ongle réussi à pénétrer la matière, il s'agit de styromousse et cette matière va dans le bac à déchet.

Il est important de vider et rincer vos contenants souillés avant d'en disposer à la récupération dans le bac bleu afin d'éviter toute contamination. Ne pas oublier que chaque matière doit être séparée (ex. : retirer le couvercle en plastique d'un verre en carton).

Le plastique 6 rigide est récupéré par le Groupe Bouffard, dont le centre de tri est localisé à Mont-Joli, puis est acheminé vers un acheteur québécois afin d'être transformé en de nouveaux produits. Cette nouveauté permettra de réduire les quantités de ce plastique envoyées à l'enfouissement.

Un rappel qu'une bonne participation à la collecte sélective représente des économies puisqu'il en coûte aux municipalités beaucoup moins cher de traiter les matières recyclables convenablement dans le bac bleu comparativement au bac à déchets.

Voici quelques exemples de ces plastiques 6 acceptés ou refusés dans la collecte :

Acceptés – Plastique 6 rigide	Refusés – Plastique 6 expansé
<ul style="list-style-type: none">• Couvercles de verres de café à emporter.• Contenants à couvercle rabattable pour fruits et légumes• Contenants pour portion individuelle de yogourt• Emballages à dôme transparent et base noire pour pâtisseries et prêts à manger• Petit contenant de lait, de crème et de beurre à usage unique• Assiettes, bols et ustensiles rigides à utilisation unique• Verres et dômes transparents pour boissons	<ul style="list-style-type: none">• Emballages de protection pour appareils électroniques ou ménagers• Barquettes alimentaire pour viandes, poissons et volailles• Emballages pour œufs en styromousse• Assiettes et bols en styromousse• Verres à café et boissons chaudes en styromousse• Panneaux d'isolation

- 30 -

Source :

Vincent Dufour, coordonnateur en gestion des matières résiduelles
Régie intermunicipale de traitement des matières résiduelles des MRC de La Matapédia et de La Mitis

Pour la MRC de La Matapédia :

418 629-2053, poste 1138

matresi@mrcmatapedia.qc.ca

Pour la MRC de La Mitis :

418-775-8445, poste 1138

matresi@mitis.qc.ca

Hugo Desjardins, directeur des ventes et achats

Groupe Bouffard

418 562-5116

