

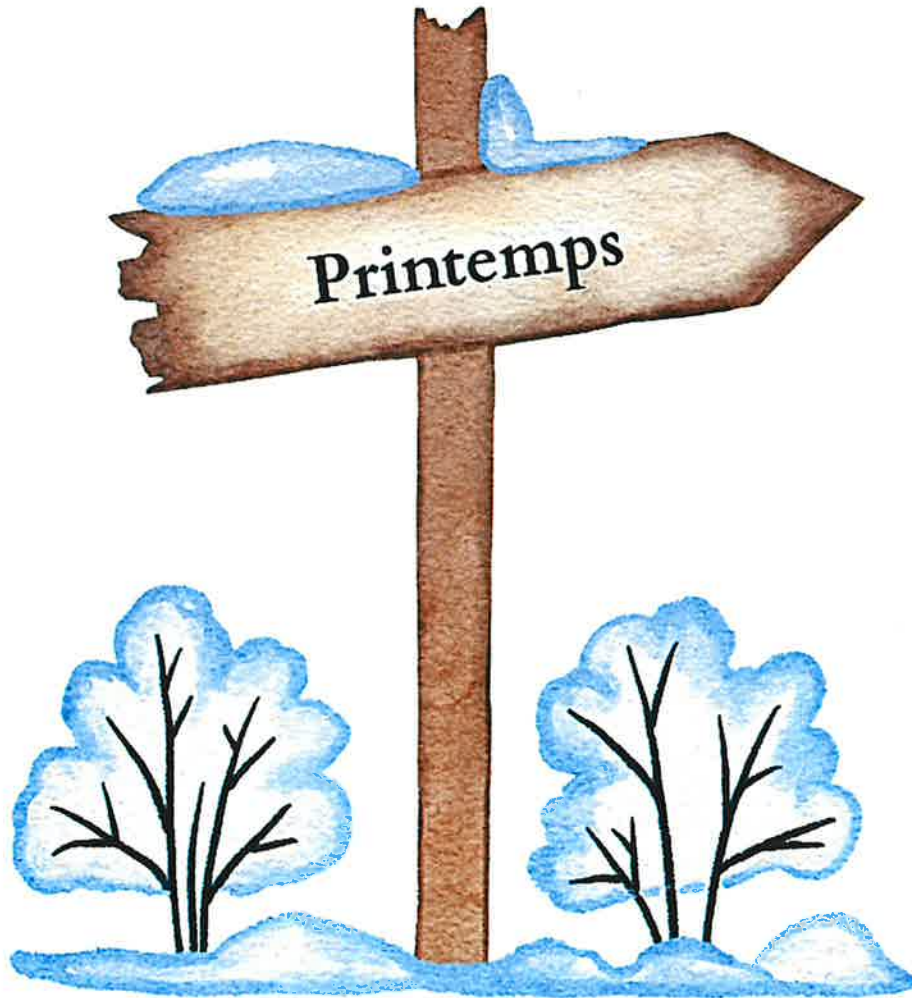


# MINI JOURNAL DU LAC

ÉDITION MARS 2026



*« Mars qui rit sous les averses, prépare en secret le Printemps »*

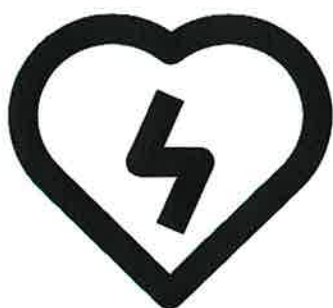


Nous sommes heureux d'informer les citoyens et citoyennes que le Centre multifonctionnel est maintenant équipé d'un défibrillateur externe automatisé (DEA) ❤️🩹

L'acquisition de cet appareil a été rendue possible grâce à l'implication et à la contribution financière de notre comité récréotouristique ARTEL, que nous remercions chaleureusement pour leur soutien à la communauté 🙏

Considérant que notre municipalité se situe à plus de 20 km des services d'urgence, cet équipement peut faire une réelle différence et contribuer à sauver des vies en cas de situation critique.

Merci au comité ARTEL pour cet investissement précieux dans la sécurité de tous ❤️



## Aux résidents du Lac Humqui

Le cercle des Fermières est fier de vous offrir un service de couture ( réparations de vêtements ) à coût modique. À tout les jeudis.

Apportez vos vêtements : au local des Fermières et laissez vos coordonnées pour que nous puissions vous joindre lorsque c'est fait.



# BINGO

**À Lac-Humqui**

**Dimanche le 22 mars 2026**

**À 14 heures**



**A la salle**

**DU CLUB DES 50 ANS ET +**

**Du centre multifonctionnel**

**Situé au 146, route 195**

**Lac-Humqui**



## Le Mot vert du mois – « Quel bac est conforme ? » - Mars 2026

Les bacs de collecte sont les principaux outils utilisés lors des collectes. Il est donc important qu'ils soient conformes afin de s'assurer que la collecte se déroule sans problème et que tous les bacs puissent être ramassés.

### 1. Bac NON peinturé

Les bacs doivent conserver leur couleur d'origine :

- Bac à déchets : Noir ou Vert
- Bac de récupération : Bleu
- Bac de compost : Brun

Par exemple, les bacs bruns ou bleus qui ont été peints en noir ou en vert ne sont plus acceptés dans la collecte depuis plus d'un an et ne seront plus ramassés.

\*Les BACS BRUNS sont de propriété municipale et les nouveaux BACS BLEUS sont la propriété d'Éco-Entreprise Québec. Il est donc interdit de les modifier d'une quelconque manière.

### 2. Deuxième bac à déchets muni d'une vignette

Lorsqu'il y a plus d'un bac à déchets dans une même entrée, chacun des bacs doit obligatoirement être muni d'une VIGNETTE, sauf un. Que vous soyez dans un bloc appartements, une entrée mitoyenne, une rue à sens unique, un cul-de-sac, des bacs regroupés en bout de rue ou tout simplement une famille ou un commerce avec plus d'un bac. Selon la situation, certaines modalités peuvent s'appliquer.

Si vous pensez être dans l'une de ces situations et que vous n'avez pas encore de vignette, vous pouvez communiquer avec nous au 1 800 631-2924.

### 3. Bac avec les bonnes matières

- Bac à déchets (noir ou vert) : Résidus domestiques (couche, litière, élastique, jouet brisé, etc.)
- Bac de récupération (bleu) : Contenants (bouteille d'huile d'olive, pot de yogourt, etc.), emballages (sac de chips, filet d'oignon, sac de pain) et imprimés (papier et carton)
- Bac de compost (brun) : Résidus alimentaires, papiers et cartons souillés, résidus de jardins

À noter, un bac avec la mauvaise matière pourrait ne pas être ramassé. Pour toute question sur le tri des matières, vous pouvez consulter notre outil d'aide au tri au [www.ecoregie.ca/collecte/aideautri](http://www.ecoregie.ca/collecte/aideautri).

### 4. Bac du bon format et en bon état

Pour être collectés, les bacs doivent avoir une capacité de 240 L ou 360 L, être munis de prises européennes et de deux roues (elles servent de « stoppeur » afin d'éviter que le bac tombe dans le camion), et peser moins de 90 kg (200 lb) au moment de la collecte. Ils doivent également être placés en respectant une distance d'environ un mètre avec tout autre objet.

En respectant ses consignes, vous vous assurez que tous vos bacs sont ramassés lors de la collecte.



JOURNÉE DE  
*La Matapédia*  
26 MAI

3<sup>E</sup> ÉDITION

# FLASHÉZ SUR LA MATAPÉDIA

## CONCOURS de photographie

THÈME :

À la découverte de la  
nature matapédienne

3 CATÉGORIES :

**PRIX**  
pour les lauréats  
des 3 catégories et  
le coup de cœur  
du public

- ▶ RÉSIDENT DE LA MATAPÉDIA • âgé de moins de 18 ans\*
- ▶ RÉSIDENT DE LA MATAPÉDIA • âgé de 18 ans et plus
- ▶ MATAPÉDIEN DE GOEUR • non-résident de tous âges

DATE LIMITE POUR PARTICIPER :  
27 mars 2026

  
MRC de  
LA MATAPÉDIA



**Municipalité Saint-Zénon-du-Lac-Humqui**  
146, route 195, Lac-Humqui, (Québec)  
G0J 1N0

---

## AVIS PUBLIC DE CONSULTATION

---

**AUX CITOYENNES ET CITOYENS DÉSIRANT S'EXPRIMER SUR LE PROJET DE RÈGLEMENT  
N° 03-2026 INTITULÉ :**

**«Règlement relatif à l'occupation et à l'entretien des bâtiments»**

1. Lors d'une séance tenue le 9 mars 2026, le conseil de la municipalité de Saint-Zénon-du-Lac-Humqui a adopté par résolution le projet de règlement nommé ci-dessus.
2. Le projet de règlement vise à s'assurer d'empêcher le dépérissement des bâtiments, de protéger les bâtiments contre les intempéries et de préserver l'intégrité de leur structure. Le tout afin de conserver un cadre bâti en bon état, salubre et fonctionnel sur le territoire de la Municipalité, notamment en ce qui concerne les bâtiments patrimoniaux, et ainsi se conformer à l'obligation de l'article 145.41 de la *Loi sur l'aménagement et l'urbanisme* (RLRQ, c. A-19.1).
3. Une assemblée publique de consultation sera tenue le 30 mars 2026, à 19 h 00 au 146 route 195, Lac-Humqui.

Au cours de cette assemblée, monsieur le maire ou un autre membre du conseil désigné par celui-ci expliquera le projet de règlement et entendra les personnes qui désirent s'exprimer.

4. Ce projet de règlement peut être consulté sur notre site internet dans la section avis public ou au bureau de la Municipalité, situé au 146 route 195, Lac-Humqui, aux heures régulières d'ouverture.

DONNÉ À SAINT-ZÉNON-DU-LAC-HUMQUI, ce 19 mars 2026

  
Karine Dechamplain, greffière-trésorière



**CARREFOUR**  
**50 + du QUÉBEC**

100-70 St-Germain Est, Rimouski, Québec, G5L 7J0  
418 722-6066 | 1 865 722-0077 | Téléc. 418 722-6077  
Courriel : informations@carrefour50.com | Site internet : www.carrefour50.com

Date : 10 MARS 2026

Club des 50 ans et plus : LAC-HUMQUI  
Adresse du Club : 146 rte 195  
Téléphone : 418-743-5691 Courriel : 50anslachumqui@gmail.com

## AVIS DE CONVOCATION

### ASSEMBLÉE GÉNÉRALE ANNUELLE DES CLUBS

Aux membres actifs et membres conjoints du Club 50+ de :

LAC-HUMQUI

Mesdames, Messieurs,

Vous êtes cordialement invités à l'Assemblée générale annuelle de votre Club des 50 ans et plus qui aura lieu :

Date : 7 avril Heure : 13.30 hrs

Endroit : Lac-Humqui 146 rte 195 centre multifonctionnel

L'Assemblée générale est ouverte à tous les membres ayant payé leur cotisation. Pour présenter votre candidature à titre de Président ou d'Administrateur, nous vous invitons à compléter le formulaire de mise en candidature au plus tard cinq jours ouvrables avant la date fixée pour l'Assemblée générale<sup>1</sup>.

Il vous est possible de vous procurer le formulaire officiel de mise en candidature au local de votre Club ou en communiquant avec le Secrétaire de votre Club.

Pour votre information, la proposition de l'Ordre du jour se trouve en pièce jointe. De plus, le procès-verbal de la dernière Assemblée générale annuelle, les états financiers 2025 ainsi que le rapport d'activités 2025 seront disponibles lors de l'Assemblée.

Lise Pronovost

Secrétaire

Téléphone : 418-743-5691 Courriel : 50anslachumqui@gmail.com  
lachumqui@jaimemonclub.ca  
lise.pronovost59@gmail.com

<sup>1</sup> Dans le calcul du « cinq jours ouvrables », les fins de semaine, les journées fériées et la journée de l'Assemblée générale annuelle ne compte pas.

## CERTIFICAT D'AUTORISATION DE RÉNOVATION

Avant d'investir du temps et de l'argent dans des travaux de rénovation, il importe de consulter le service d'urbanisme de votre municipalité afin de vous informer sur la nécessité d'obtenir un certificat d'autorisation ou non pour réaliser vos travaux.



Que ce soit pour modifier un escalier, remplacer des revêtements de plancher, des armoires de cuisine ou les appareils sanitaires de la salle de bain ou encore remplacer votre revêtement extérieur et vos fenêtres, certaines normes réglementaires à respecter peuvent s'appliquer.

Certains types de travaux nécessitent le dépôt de documents qui sont nécessaires à l'obtention de votre certificat. Lors de votre demande, assurez-vous d'avoir en main tous les documents requis afin de réduire le délai d'obtention.

**SACHEZ QU'UN FORMULAIRE DE DEMANDE DE CERTIFICAT DE TRAVAUX DE RÉNOVATION EST DISPONIBLE À VOTRE BUREAU MUNICIPAL.**

Le formulaire permet dans certains cas, de réduire le temps d'obtention du permis en plus d'indiquer clairement la méthode afin d'acheminer une demande complète à votre inspecteur en bâtiment et environnement.

Pour toutes informations supplémentaires, n'hésitez pas à contacter votre inspecteur en bâtiment et environnement, c'est avec plaisir qu'ils répondront à vos questions.

**Un message de votre municipalité**

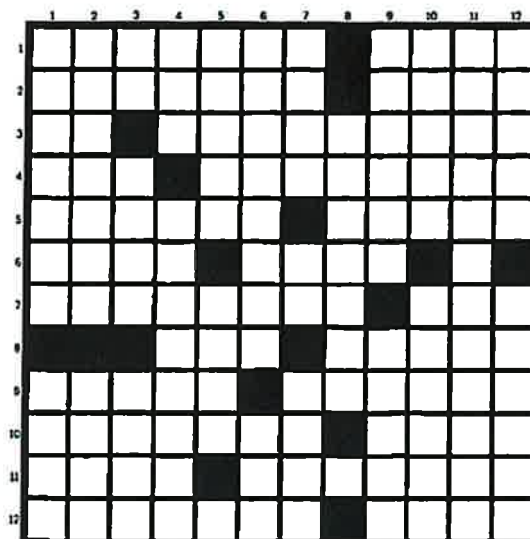


**MISE EN GARDE** Le présent document est un instrument d'information. Son contenu ne constitue aucunement une liste exhaustive des règles prévues aux règlements d'urbanisme. Il demeure la responsabilité du requérant de se référer aux règlements d'urbanisme ainsi qu'à toutes autres normes applicables, le cas échéant.



### HORIZONTALEMENT

- 1.1 (À) contresens
- 1.2 Choisit (... pour)
- 2.1 À cran
- 2.2 À l'excès
- 3.1 Scandium
- 3.2 Qui a rapport aux pierres
- 4.1 Ultra-haute température
- 4.2 Puceron portant un duvet blanc semblable à de la laine
- 5.1 Bandes
- 5.2 Gouvernés
- 6.1 Divague
- 6.2 Es informé de
- 7.1 Disent à voix haute
- 7.2 Pieu
- 8.1 Déshabillés
- 8.2 Elle a visité le Pays des merveilles
- 9.1 Action de déposer des oeufs
- 9.2 Amourettes
- 10.1 Surchargé
- 10.2 On y pétrissait le pain
- 11.1 Pour la retraite
- 11.2 Enfant
- 12.1 Ne pas empêcher
- 12.2 Devine



### VERTICALEMENT

- 1.1 Condenser
- 1.2 Met les voiles
- 2.1 Adjudication
- 2.2 Élément qui signifie « huile »
- 3.1 Danse rapide (...-bop)
- 3.2 Ankariote
- 3.3 Nuit de réveillon
- 4.1 Spécialiste du larynx
- 4.2 Liquide coloré
- 5.1 Qui a rapport au raisin
- 5.2 Étrangler
- 6.1 Défrépés
- 6.2 Titre abrégé
- 7.1 (Au) milieu (de)
- 7.2 Partie de lustre
- 7.3 Très satisfait
- 8.1 Des doigts
- 9.1 Acte terroriste (prise d'...)
- 9.2 Queues-de-rat
- 10.1 Se recueillir
- 10.2 Bandit qui pillait
- 11.1 Action de griller
- 12.1 Rapières
- 12.2 Font tort à

### • SUDOKU • GRILLE N°1 • NIVEAU FACILE •

5	2		6				7	1
7	6		1		9	3		
		3			4			8
6						7	3	
9			5		3			4
	1	7						9
8			2			5		
		6	8		5		1	7
4	5				7		8	6

www.fortismots.com

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

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

**NOUVEAU | Découvrez le tout dernier Cahier des Élus!**  
À Saint-Zénon-du-Lac-Humqui, nous sommes ravis d'annoncer la sortie d'un tout nouveau Cahier des Élus, conçu pour accompagner nos décideurs municipaux dans la gestion des enjeux liés à l'eau et à l'aménagement du territoire dans un contexte de changements climatiques.

**Pourquoi ce cahier est indispensable?**

**Des informations récentes et adaptées aux réalités municipales**  
**Des solutions concrètes pour une gestion durable de nos ressources en eau**  
**Un outil pratique pour guider la prise de décision et le développement de notre municipalité**

**Ce cahier a été réalisé par l'Organisme de bassin versant Matapédia-Restigouche, un expert incontournable en gestion de l'eau dans notre région.**

**Un pas de plus vers une municipalité plus résiliente!**  
**Nous invitons tous nos élus et citoyens à consulter ce nouvel outil et à l'utiliser dans leurs projets et décisions.**

**Disponible dès maintenant sur notre site web: [www.lachumqui.com](http://www.lachumqui.com)**

**Municipalité de  
Saint-Zénon-du-Lac-Humqui,  
Québec**

**L'eau et les changements climatiques:  
Maintenir une cohabitation durable**



**Cahier des Élus**

# Recette



## Braisé d'orignal aux champignons

Préparation 15 min    Cuisson 3 h 15 min    Portions 4

Prix par portion ①  
3,47 \$

### Ingrédients

- 1 kg (2 lb) de rôti de palette d'orignal sans os (ou autre viande à braiser)
- 30 ml (2 c. à soupe) d'huile d'olive
- 2 oignons, émincés
- 454 g (1 lb) de champignons variés au goût, tranchés
- 2 gousses d'ail, hachées
- 30 ml (2 c. à soupe) de moutarde de Dijon
- 500 ml (2 tasses) de bouillon de poulet
- 15 ml (1 c. à soupe) de sauce Worcestershire
- 250 ml (1 tasse) de persil plat, ciselé
- Sel et poivre

### Préparation

- Placer la grille au centre du four. Préchauffer le four à 150 °C (300 °F).
- Dans une grande casserole allant au four, dorer la viande dans l'huile. Saler poivrer. Réserver sur une assiette.
- Dans la même casserole, dorer les oignons et les champignons. Ajouter de l'ail au besoin. Ajouter l'ail, la moutarde et poursuivre la cuisson doucement envi minute. Remettre la viande dans la casserole et ajouter le bouillon et la sauce Porter à ébullition. Couvrir et cuire au four environ 2 h 30. Retirer le couvercle poursuivre la cuisson environ 30 minutes ou jusqu'à ce que la viande se défile à la fourchette. Ajouter le persil et rectifier l'assaisonnement.
- Servir la viande en morceaux avec des pommes de terre grelots et de la crème sure.

# SOLUTIONS

- ### HORIZONTALEMENT
- 11 (A) corosses
  - 12 Chocolat (-, pour)
  - 21 Acren
  - 22 A fœcals
  - 31 Scandium
  - 32 Qui a rapport aux pierres
  - 41 Ultra-haute température
  - 42 Puceron porteur un duvet blanc semblable à de la laine
  - 51 Bandes
  - 52 Gouvernés
  - 61 Dénigme
  - 62 Es Informé de
  - 71 Disent à voix haute
  - 72 Peur
  - 81 Ochusabiles
  - 82 Ella a vaillé le Pays des merveilles
  - 91 Action de déposer des oeufs
  - 92 Amourettes
  - 101 Surcharge
  - 102 On y pétrissait le pain
  - 111 Pour la retraite
  - 112 Ervant
  - 121 Ne pas empêcher
  - 122 Devine

R	E	B	O	U	R	S	O	P	T	E
S	C	L	A	P	I	D	A	I	R	E
U	H	T	L	A	N	I	G	E	R	E
M	E	U	T	E	S	A	I	S	F	
R	E	R	E	S	A	I	S	F		
R	E	C	I	T	E	N	T	P	A	L
P	O	N	T	E	S	A	L	I	G	E
A	L	O	U	R	D	I	M	A	I	E
R	E	E	R	R	E	J	E	T	O	N
T	O	L	E	R	E	R	S	E	N	T

- ### VERTICALEMENT
- 11 Conteneur
  - 12 Met les volans
  - 21 Adjudication
  - 22 Élément qui signifie "huile"
  - 31 Derrière rapide (-, -hop)
  - 32 Antenne
  - 33 Nuit de réveil
  - 41 Spécialiste du bryoz
  - 42 Liquide coloré
  - 51 Qui a rapport au rasoir
  - 52 Esanger
  - 61 Chiffres
  - 62 Trésorier
  - 71 (Au) malin (de)
  - 72 Purée de betterre
  - 73 Très salé:
  - 81 Oas d'olives
  - 91 Acte benoîte grisée (c.)
  - 92 Queue de rat
  - 101 Se recueillir
  - 102 Bande qui pille:
  - 111 Action de griller
  - 121 Papilles
  - 122 Font tout à

5	2	4	6	3	8	9	7	1
7	6	8	1	2	9	3	4	5
1	9	3	7	5	4	6	2	8
6	4	5	9	8	1	7	3	2
9	8	2	5	7	3	1	6	4
3	1	7	4	6	2	8	5	9
8	7	1	2	4	6	5	9	3
2	3	6	8	9	5	4	1	7
4	5	9	3	1	7	2	8	6