



Le Lavallois

Le journal de Sainte-Brigitte-de-Laval



Wanita Daniele

1^{ère} mairesse de Sainte-Brigitte-de-Laval

Activité du 150^e

Samedi 7 décembre

Cérémonie de clôture

Ce sera l'occasion de clore les festivités du 150^e anniversaire. Madame Dorothee Berryman, notre présidente d'honneur sera présente pour l'événement. Nous rendrons hommage aux bénévoles et à tous ceux qui ont fait une différence à travers les 150 ans d'histoire de Sainte-Brigitte-de-Laval. Détails : InfoMémo p. 4a

Dimanche 8 décembre

Célébrons Noël

Arrivée du Père Noël et ateliers pour enfants. Détails : InfoMémo p. 4a



Élections municipales

p. 2 - 3 - 4 - 5

Déménagement de la pharmacie

p. 6

La bibliothèque rénovée

p. 7

Novembre 2013

Volume 31

Numéro 9

Accommodation chez Pat
 BIÈRES, VINS, VIDÉOS
 Loto-Québec
 418 825-2009
 407, ave Ste-Brigitte
 Tout pour vos besoins

Vanessa Tremblay, pharmacienne
 418 825-4646
 Livraison gratuite 415 ave Ste-Brigitte
 lun. au merc. : 9 h à 18 h samedi : 9 h à 16h
 jeudi et ven. : 9 h à 21 h dimanche : Fermé
 Membre affilié
Familiprix

restaurant
le Lavallois
 418 825-2969

Spécial à 19,85 \$ + tx
 Pizza 12 pouces garnie
 4 cannettes de Pepsi et un frite

RBQ 5645-6643-01
Éric Emond, président
 eemond@excavationevo.com
 C 418 564-1296

EXCAVATION EVO
NOS SERVICES
 • Résidentiel et commercial
 • Travaux municipaux et génie civil
 • Transport et vente de matériaux en vrac
 • Déneigement
 • Location de machinerie
 • Décontamination de sol
 47, rue des Monardes, Ste-Brigitte-de-Laval, G0A 3K0
 T 418 825-3146
 excavationevo.com

VITROPLUS
 VITRES ET ACCESSOIRES D'AUTOS
VITRO PLUS BEAUPORT
 Daniel Faucher

 Tél.: 418 667-5251 Fax: 418 663-7953
 240, Seigneuriale, Beauport (Québec) G1C 3P5

Sommaire

Actualités

La pharmacie déménagement.....	6
Nouvelle robe pour la bibliothèque.....	3

150^e Les bouteilles de lait.....	18
--	----

Élections

Résultats.....	2
Discours de la mairesse.....	3
Remerciements des candidats.....	4
Une première mairesse.....	5

La vie de chez nous

30 ans du journal.....	11
Carte de Noël régionale.....	11
Âge d'Or.....	12
.. Fermières.....	12
Soirée de lecture.....	13
Le Jour du Souvenir.....	14
la Barak.....	15
Trivent.....	19
Concours carte de Noël.....	19
Donnez Typhon Haiyan.....	19

Chroniques et annonces

Chronique de massothérapie.....	8
Chronique juridique.....	9
Garde des documents.....	9
Chronique pharmaceutique.....	20
Chronique podiatrique.....	22
Opinion du lecteur.....	16
Horticulture.....	21
Friperie CSVP.....	23
Petites annonces.....	23

Élections municipales Résultats

Candidats à la mairie

Wanita Daniele, Équipe Wanita, élue	1 214 votes	50,02 %
Pierre Vallée	558 votes	22,99 %
Francis Côté, Les partenaires	550 votes	22,66 %
Raphaël Brassard	105 votes	4,33 %

Poste de conseiller (1)

Jean-Philippe Lemieux, EW, élu	161 votes	68,22 %
M. Maxime Caron Bourque, Part.	53 votes	22,46 %
Gilbert Thomassin	22 votes	9,32 %

Poste de conseiller (4)

Alain Dufresne, EW, élu	233 votes	44,98 %
Céline Jobin, Part.	197 votes	38,03 %
Benoît Lamoureux	57 votes	11,00 %
Chantal Savard Lamontagne	31 votes	5,98 %

Poste de conseiller (2)

Christiane Auclair, EW, élue	131 votes	37,22 %
Jean Giroux, Part.	127 votes	36,08 %
Nelson Larrivée	94 votes	26,70 %

Poste de conseiller (5)

Ls-Georges Thomassin, Part. élu	285 votes	58,42 %
Laurie Thibault-Julien, EW	210 votes	41,58 %

Poste de conseiller (3)

Marie-Ève Racine, EW, élue	252 votes	65,45 %
Carl Boisvert, Part.	133 votes	34,55 %

Poste de conseiller (6)

M. Charles Durocher, EW, élu	173 votes	41,89 %
M. Carl Thomassin, Part	151 votes	36,56 %
M. Pierre Thomassin	89 votes	21,55 %



Station Service Alpin Inc.
327 Ave Ste-Brigitte
418 825-2219



Depuis 25 ans à votre service !



Heures d'affaires

Lundi au vendredi : 7 h 30 à 18 h
 Samedi : 8 h à 12 h
 Saison d'été : fermé le samedi

Mécanique générale

- Freins
- Mise au point
- Pose de pneus
- Balancement électronique
- Remplacement de pare-brise

Spécialités

- Silencieux
- Soudure
- Suspension
- Pneus de toutes marques
- Traitement antirouille

Vidange d'huile Express

Le Spécialiste est une marque de Uni-Sélect inc. Tous droits réservés

Nous utilisons seulement des pièces de qualité d'origine



Discours de la mairesse, madame Wanita Daniele



Le 3 novembre dernier, vous, Lavallois, avez écrit une page importante de notre histoire. Pour marquer les 150 ans de notre magnifique ville, pour la première fois, vous avez choisi d'élire une femme à la mairie.

Je vous suis reconnaissante d'avoir fait confiance en ma formation politique en mettant au pouvoir deux conseillères et trois conseillers de l'Équipe Wanita. Ce parti est jeune, authentique et dynamique. Il est le reflet des Lavallois.

Je tiens à vous redire que je suis la mairesse de chacun d'entre vous, peu importe votre allégeance politique et c'est la vision partagée de l'Équipe Wanita.

La volonté de changement qui a été le thème central de la campagne électorale s'exprimera à travers les bases du programme électoral. J'exigerai que toutes les décisions se prennent en gardant en tête les éléments suivants : la gestion démocratique, la gouvernance de façon transparente, le développement responsable et la préservation de la qualité de vie.

Je souhaite que toutes les Lavalloises et tous les Lavallois puissent être fiers de leur ville. Qu'ils puissent se la réapproprier et qu'ils contribuent au changement tant espéré de tous. Je crois profondément que la démocratie se vit tous les jours et c'est pour cette raison que je vous demande votre implication dans ce processus qui nous conduira vers le rayonnement de notre belle ville à travers la MRC et toute la région de la Capitale nationale.

Les gestes qui seront posés par le nouveau conseil seront basés sur l'intégrité, la transparence, le respect, l'écoute, le développement durable, la fierté et le sentiment d'appartenance.

Le lien de confiance entre les citoyens, les élus et l'administration municipale est essentiel. Pour permettre d'établir cette confiance, le nouveau conseil ouvrira les communications avec les citoyens. Je compte sur deux conseillères et trois conseillers qui seront dévoués aux résidents de leurs districts respectifs. Leur rôle aura une importance déterminante dans ce processus d'échange avec les citoyens.

De plus, des mandats spécifiques leur seront confiés.

La force d'une équipe est indéniablement sa diversité de compétences. C'est pourquoi j'ai choisi d'attribuer la responsabilité des différents dossiers à chacun d'eux de la façon suivante :

Jean-Philippe Lemieux,

conseiller district 1

- Conseil des bassins de la rivière Montmorency
- Comité du budget
- Développement commercial et industriel

Christiane Auclair,

conseillère district 2

- Représentante du Conseil au Comité consultatif d'urbanisme
- Urbanisme – développement
- Travaux publics

Marie-Ève Racine,

conseillère district 3

- Sécurité publique
- Transport collectif
- Âge d'or

Alain Dufresne,

conseiller district 4

- Sport et loisirs
- Représentant des associations sportives
- Comité du budget

Charles Durocher,

conseiller district 6

- Culture
- Représentant de la ville au conseil d'établissement École Du Trivent
- Représentant association des sentiers lavallois

Louis-Georges Thomassin,

conseiller du district 5

Je félicite monsieur Louis-Georges Thomassin élu conseiller indépendant. Il pourra compter sur l'entière collaboration de notre équipe pour mener à terme les dossiers spécifiques à son district.

Le poste de pro-maire se fera par alternance sur une base de six mois. Monsieur Jean-Philippe Lemieux aura donc l'honneur de débiter son mandat de conseiller tout en étant le premier pro-maire en poste pour les six prochains mois.

Les employés joueront un rôle primordial dans l'établissement et le maintien de saines relations avec les citoyens. Je considère qu'ils font partie intégrante de l'équipe du changement et leur collaboration, leur loyauté et leur intégrité sont essentielles.

Enfin, nous convions toute la population à une journée « portes ouvertes » à l'hôtel de ville. Ce geste revêt une grande symbolique pour Équipe Wanita. Il démontre une ouverture sur les citoyennes et citoyens de Sainte-Brigitte-de-Laval, cette ville qui prend un tournant déterminant de son histoire.

Le dimanche 1^{er} décembre, le conseil municipal ainsi que les employés de l'hôtel de ville vous recevront chez vous. Une invitation officielle et les détails suivront.

Encore une fois, merci de tout cœur.

Wanita Daniele, mairesse

Parce que ce sont des experts que vous voulez sur votre toit

- Bardeaux d'asphalte
- Tôle
- Membrane élastomère
- Échafaudage

Contactez-nous pour une expertise juste et sans frais

Québec Toits construction

Frédéric Lajoie
Ferblantier-couvreur
418.932.2767
fred.lajoie@gmail.com
RBQ 5650-9763-01

417 ave, Ste-Brigitte C.P. 838
Ste-Brigitte-de-Laval, P.Q.
G0A 3K0
TaxiBusLaval@ccapcable.com

Tel: 418.825.2344
Fax: 418.825.2754

Taxi Bus Laval
24h sur 24h
Taxi & Transport adapté
Yvan Thomassin Prop.
3 voitures pour vous servir

www.peeq.ca

Clermont Vallée
Président

Tél : 418.825.2922
peeq@peeq.ca

DEEP
CONSTRUCTION

Prévention et économie
d'énergie du Québec

Les entreprises Clermont Vallée (P.E.E.Q.) inc.
20, rue du Domaine, Sainte-Brigitte-de-Laval
(Québec) G0A 3K0 • Téléc.: 418.825.2845

LICENCE RBQ : 5303-3552-55

RENOVATION LUC LAVOIE ENR.
Cuisine - Salle de Bain - Walk in

Ste-Brigitte-de-Laval, Qc.
418 956-4271

www.renovationluclavoie.com

PIERRE CLAVET
Arpenteur-géomètre
C.P. 4346
Lac-Beauport

Bur. : 418 849-2657 Fax. : 418 849-3781

Remerciements des candidats

À tous nos concitoyens lavallois,

L'heure des choix a sonné et les citoyens de Sainte-Brigitte-de-Laval ont exprimé les leurs. Au nom des *Partenaires de Sainte-Brigitte* je tiens à remercier tous ceux et celles qui ont mis leur confiance dans notre équipe. Nous avons apprécié notre campagne et en sortons fiers et grandis. Malgré la défaite, nous continuerons de nous impliquer bénévolement dans divers organismes et événements dans notre belle ville. C'était et cela demeure encore notre motivation première.



Je tiens à féliciter tous les candidats défaits de toutes allégeances ainsi que les indépendants. Il n'est pas facile de prendre le devant de la scène, de cogner aux portes, de se buter à des opinions contraires et de recommencer encore et encore. Vous êtes des citoyens impliqués qui, pour certains, feront certainement partie de notre avenir politique, ici, chez nous. Cette campagne vous aura peut-être forgés pour le futur.

Enfin, je souhaite aux élus un mandat empli d'accomplissements en ces temps où notre ville est en pleine recherche de son identité. Vous avez récolté le fruit de votre travail et c'est en vous désormais que les Lavallois ont mis leur confiance et leurs attentes. Que les quatre années à venir sous votre gouvernance amènent notre ville à prendre la place qui lui revient et que tous et toutes nous puissions retrouver à notre façon la ville que nous avons connue ou espéré connaître en venant s'y installer.

Francis Côté,
Les Partenaires Sainte-Brigitte

Tourné vers l'avenir

Les citoyens et citoyennes de Sainte-Brigitte-de-Laval viennent de choisir les élus qui dirigeront leur ville pour les quatre prochaines années. J'ai eu le privilège de participer, à titre de candidat indépendant à la mairie, à cette campagne électorale. Ce fut, encore une fois, une belle expérience de pouvoir échanger avec mes concitoyens et concitoyennes sur l'avenir de notre ville.

J'ai toujours été fier de celle-ci et je le suis toujours. C'est d'ailleurs ce qui est ressorti dans toutes mes communications.

Tout au long de la campagne, j'ai fait valoir dans mon programme, sur mon site Web et lors d'échanges avec les citoyens, des idées, des positions et un plan d'action concret ainsi que des projets porteurs pour l'avenir de notre ville en fonction de mes valeurs. Le respect de mes adversaires faisait notamment partie de mes valeurs et je m'en félicite.



Le choix des citoyens a été différent de ce que j'espérais. Comme c'est la démocratie, nous devons l'accepter et le respecter.

Je suis très fier de ce que j'ai fait tout au long de cette campagne.

Je profite aussi de cette occasion pour dire MERCI à tous ceux et celles qui m'ont donné leur appui au cours de cette campagne électorale.

Pierre Vallée, Candidat indépendant à la mairie

À tous les Lavallois,

Je tiens à remercier tous ceux et celles qui m'ont supporté durant cette campagne électorale.



Je tiens aussi à féliciter madame Wanita Daniele et son équipe pour leur victoire. Les nouveaux élus font face à un travail énorme et devront relever de nombreux défis.

Je leur souhaite beaucoup de succès.

Raphaël Brassard,
Candidat indépendant à la mairie

Chers Lavallois,

Je remercie tout particulièrement les électeurs du **district 5** pour la confiance que vous m'avez accordée lors des élections du 3 novembre dernier.

Je tiens également à mentionner que je serai un conseiller à l'écoute, disponible et engagé à défendre tous les dossiers que vous voudrez bien me confier.

Au plaisir de vous rencontrer et merci.

Louis-Georges Thomassin,
Partenaires de Ste-Brigitte



SABLIÈRE
VALLIÈRE inc.

Rue de l'Escalade
(près de l'Île Enchanteresse)
Bureau : 418 825-2087
tél : 418 569-9501
cell : 418 932-2699
@ : sabliere.exc.valliere@ccapcable.com

Pierre de rivière tamisée de granite
décorative de toutes grosseurs
Sable A et B (remplissage)
Terre tamisée - Pierre à frayère
Enrochement de canal

VALLIÈRE EXCAVATION ENR.
RBQ 2667-8748-94

103, rue du Calvaire
Ste-Brigitte-de-Laval, G0A3K0
Bureau : 418 825-2087
cell : 418 809-2084
@ : sabliere.exc.valliere@ccapcable.com

Transport - Machinerie lourde
Nivelage - Terrassement - Drain - Égout
Entrée d'eau - Installation septique
Écoflo-Bionest et Enviro septique
Essouchage - Dénéigement

Une 1^{ère} mairesse à Ste-Brigitte-de-Laval

par Jean-François Gerardin

Une femme, **madame Wanita Daniele** vient de remporter les élections du 3 novembre 2013. Du jamais vu depuis les débuts de notre paroisse. Cette victoire s'inscrit également dans cette année où notre ville souligne son 150^e anniversaire de fondation canonique.

D'abord, félicitations à madame Daniele pour cette victoire. Ensuite, bravo à toutes celles et tous ceux qui ont été élus. J'ai, comme je l'avais déjà mentionné le lendemain de l'élection, une pensée pour toutes ces personnes que les suffrages ont écartées du pouvoir.

Je tiens à souligner qu'elles ont vécu, tout comme l'équipe au pouvoir, une campagne pour le moins très exigeante et qu'elles ont investi temps, argent et énergie de toutes les manières. Je remercie donc ces personnes qui ont travaillé afin d'être en mesure de servir la ville qui leur tient à cœur.

Ensuite, je dois signaler que cette singulière campagne était aussi de l'inédit en raison de la quantité importante de candidates et candidats qui, tous postes convoités confondus, étaient au nombre de 21.

Et cet intérêt manifeste pour cette élection peut se comprendre en tenant compte de certains enjeux majeurs qui ont défrayé une certaine presse, suscitant des reportages dans les médias écrits et électroniques. À titre d'exemples, les murs de soutènements, l'éventuelle venue d'une station d'essence à côté de la maison ancestrale, les demandes d'accès à l'information qui ont résulté en recours juridiques envers une citoyenne, un événement lors d'une réunion municipale qui a tourné

au vinaigre et amené un citoyen à quitter notre ville et enfin, le climat émotif et difficile qui a teinté les dernières rencontres publiques à la période de questions.

Et puis, faut-il le rappeler, cette croissance démographique sans précédent qu'a connue notre municipalité devenue ville en décembre 2012. La donne venait de changer et notre population a triplé avec le résultat que les besoins et les demandes se sont multipliés.

Et cette arrivée massive d'une génération plus jeune a ramené la moyenne d'âge de la population aux environs de 35 ans contrastant avec celle des natifs d'ici et créant par la dynamique actuelle une conjoncture plus ou moins favorable aux partis d'hier.

Voilà pourquoi cette campagne fut également difficile et a entraîné des frictions, des accusations, des blessures, des inexactitudes, des présomptions et toute la panoplie des dérapages nourris à l'émotion pure. Tout ne fut pas négatif, loin de là, mais j'ai assisté à certaines dérives. Le climat qui régnait dans notre communauté s'est trouvé, petit à petit, semblable à celui qu'on remarque dans une guerre de tranchées.

Mais je ne tiens pas à poursuivre dans ce commentaire. Je préfère me tourner vers la réalité actuelle et le présent qu'elle propose. Les jeux sont faits, les dés ont été jetés et les résultats sont là.

À partir de ce moment, nous avons le devoir d'apporter la richesse de notre différence pour qu'elle serve d'appui aux personnes élues le 3 novembre. C'est le

temps ou jamais de « cimenter les pierres et de boucher les fissures ». J'ajouterai que nous pouvons réalistement rêver d'une ville devenue modèle mais, selon moi, il faudra d'abord et avant tout, au-delà de nos différences légitimes, nous unir derrière ce Conseil qui représentera tous les Lavallois tout en demeurant vigilants si nous constatons qu'il y a des coups de barre à donner. La gouvernance ne peut fonctionner harmonieusement si nous ne faisons pas notre part, si petite soit-elle.

Un dernier point: je tiens à rappeler des résultats éloquentes en matière de suffrages et je résume ici. À 50,4% de participation, seulement une personne sur deux en droit de voter, s'est prévalu de son droit de vote. En ce qui me concerne, cette désertion citoyenne me désole et m'inquiète car elle témoigne d'un désengagement de la société à laquelle on appartient.

Et, trop souvent, ce sont les gens qui refusent de voter ou qui annulent leur vote de façon intentionnée qui, par la suite, sont les premiers à rouspéter et à s'indigner. Ben voyons, ils paient leurs impôts, alors? Une ville de 6 200 habitants représente tout un véhicule à conduire. Serons-nous là pour apporter notre aide et notre vigilance?

Je conclus par cette réflexion bien connue : au lieu d'attendre ce que ton gouvernement peut faire pour toi, demande-toi ce que tu peux faire pour lui...

Mes amis, apprenons la solidarité, l'ouverture et le discernement. Bonne route à l'équipe élue!



**GIGUÈRE
TRANSPORT
EXPRESS INC.**

418.802.8081

TRANSPORT SPÉCIALISÉ LOCAL/LONGUE DISTANCE



TRANSPORT GÉNÉRAL
MANUTENTION
LIVRAISON RAPIDE
PRIX COMPÉTITIFS

418.802.8081
gtexpress@live.fr

Bois de chauffage à vendre

Bois franc et sec de première qualité.
Mélange : érable, merisier, hêtre
Fendu en 16 pouces ou 8 pieds si désiré.
Prix à la corde, livraison incluse. Très bons prix
Transport en vrac (terre, gravier, sable) moins de 12 tonnes

Tél : 418 802-8081 Fax : 418 825-4604
gtexpress@live.fr

Gaétan Lavoie



Coiffure

9, Beaulé, Ste-Brigitte-de-Laval
418 825-2005



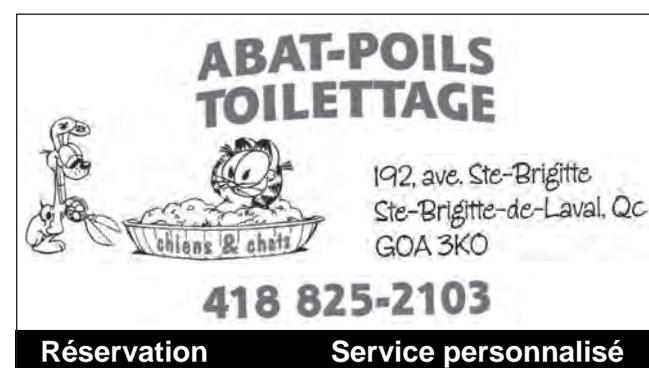
**REMBOURRAGE
Gilles Noël ENR**

Résidentiel & Commercial

ESTIMATION GRATUITE • TRAVAIL GARANTI

- Rembourrage de tous genres
- Intérieur de roulottes et motorisés
- Décapage et finition de meuble

43, rue du Centre, Ste-Brigitte-De-Laval, G0A 3K0
Tél.: 418.825.3568 / Téléc.: 418.825.3665



**ABAT-POILS
TOILETTAGE**

192, ave. Ste-Brigitte
Ste-Brigitte-de-Laval, Qc
G0A 3K0

418 825-2103

Réservation Service personnalisé



DUSSAULT GERVAIS THIVIERGE
AVOCATS S.E.N.C.R.L.

Joanne Richard, avocate
2795, boulevard Laurier, bureau 450
Québec (Québec) G1V 4M7

Tél : 418 657-2424 jrichard@dlgt.ca

Résidence Le Trèfle d'Or
25, rue St-Émile
Sainte-Brigitte-de-Laval
G0A 3K0
418 606-8606



Josée Desroches
Massothérapeute agréée

179, rue Auclair
Sainte-Brigitte-de-Laval, Qc. G0A 3K0

418 825-4399
info@massotherapie-desroches.com
www.massotherapie-desroches.com

Suédois | Sur chaise | Thérapeutique | Reiki
Pierres chaudes et froides | Femme enceinte | Métamorphique

La pharmacie déménage le 16 décembre

par Lucille Thomassin

Comme un beau cadeau, juste avant Noël, la pharmacie Familiprix ouvrira ses portes dans le nouvel édifice commercial du 224 Ave Ste-Brigitte, le bâtiment qui est en construction depuis l'été dernier.

C'est une excellente nouvelle quand on pense à l'accroissement et au vieillissement de la population.

La pharmacie refait son nid dans des locaux modernes, beaucoup plus vastes, mieux adaptés, d'une superficie de 6 000 pieds carrés avec des services à la fine pointe. « Notre but, c'est l'amélioration continue des services que nous offrons à la population » me disent Vanessa et Alexandre.

De nombreuses nouveautés vous attendent

Les heures d'ouverture seront prolongées afin de satisfaire aux demandes des travailleurs; en plus, ce sera ouvert même le dimanche.

L'horaire proposé devrait satisfaire tout le monde.

Lundi au mercredi : 9 h 30 à 18 h 30

Jeudi et vendredi : 9 h 30 à 21 h 00

Samedi et dimanche : 10 h 00 à 16 h 00

Vos dossiers

Vos dossiers déménagent avec toute l'équipe et s'installeront dans un laboratoire moderne avec deux fois

plus de personnel pour vous accueillir. Votre pharmacienne aura plus de temps pour vous écouter et vous conseiller.

Des nouveaux services

On vous offrira un espace de consultation plus adéquat et plus discret ainsi qu'un bureau de consultation privé.

Une infirmière sera présente une journée par semaine pour des consultations, des prises de sang, les soins de pieds.

Une cosméticienne vous offrira des services de maquillage et de manucure à partir des nombreux produits offerts dans la nouvelle section beauté

Des pharmaciennes compétentes.

Vanessa Tremblay, propriétaire et pharmacienne est née à St-Ambroise au Saguenay. Elle a fait ses études à l'université Laval et est tombée en amour avec Québec. Elle a donc décidé de s'y installer et c'est chez nous qu'elle a réalisé son rêve, posséder sa propre pharmacie. « J'en suis très fière, me dit-elle, car c'est l'aboutissement d'un remarquable travail exécuté en étroite collaboration avec notre administrateur Alexandre Lavoie. »



Nos deux pharmaciennes: Vanessa Tremblay et Chantale Pilote

Chantale Pilote, celle qui nous reçoit avec bonne humeur depuis plus de cinq ans est pharmacienne depuis 1990. Elle a fait ses débuts dans une pharmacie Jean Coutu et à la pharmacie du Wall Mart. C'est alors qu'on lui a proposé de venir s'installer chez nous à Ste-Brigitte. Elle est très contente. « C'est un milieu qui lui plaît, les gens sont tellement sympathiques, » me dit-elle.

D'ici Noël, une grande pharmacie et une clinique dentaire moderne ouvriront leurs portes sur la rue Ste-Brigitte, il ne nous manquera qu'un médecin.

À qui la chance ?

Martin Vallée prop. tél : 418 932-4751 téléc. 418 204-4766

Les Forages Lapointe

Creusage de puits artésiens
Hydrofracturation
Sondage
Pieux
Géothermie

Vente et installation de pompes

Service 24 h sur 24 pour tout genre de problèmes

Visitez notre site Web
<http://forageslapointe.com>

Nous forons 12 mois par année



729, rue du Bourg-Talon, Québec, Qc G1B 2T2 Lic. RBQ 8108-0939-19

Encourageons les gens de chez-nous - - - Plus de 500 clients satisfaits



Nouvelle «robe» pour la bibliothèque municipale et scolaire du *Trivent*

par Louise Côté

Le 29 octobre dernier, c'était fête à la bibliothèque du Trivent. En effet, la rénovation de la bibliothèque municipale et scolaire du Trivent, effectuée conjointement par la Ville de Ste-Brigitte-de-Laval et la Commission scolaire des Premières Seigneuries (CSDPS), était enfin terminée. Les deux paliers, la Ville et l'école Du Trivent, ont donc voulu souligner officiellement la nouvelle image de notre bibliothèque à laquelle sont abonnés plus de 1400 Lavallois et qui voit circuler quotidiennement une centaine d'enfants.



Photo: L.Côté
Monsieur le maire Gilbert Thomassin

Du côté municipal, étaient présents, le maire, monsieur Gilbert Thomassin et son épouse, des conseillers et quelques membres de l'équipe municipale. Madame Sabrina Thomassin a agi en tant qu'animatrice de cette rencontre.

Côté scolaire, nous avons rencontré madame Denise LeFrançois, directrice de l'école *Du Trivent*, monsieur Jean-Marc Laflamme, président de la CSDPS, mon-

sieur Jocelyn Bédard, gestionnaire d'établissements, madame Hélène Chabot, commissaire pour Ste-Brigitte, madame Carolyn Darveau, présidente du CE, madame Gabrielle Germain Perron, bibliothécaire responsable et conceptrice des plans, des professeurs et la secrétaire de l'école, madame Danielle St-Hilaire.

L'attaché politique de la députée madame Mycheline C.St-Laurent, monsieur Yvon Careau, était également présent ainsi que de nombreuses bénévoles.

Allocutions

Madame Denise LeFrançois était bien ravie de cette rénovation (après 30 ans d'existence). Le nouvel environnement physique encourage à la lecture, ce qui répond à une partie de son mandat: la promotion de la lecture. Elle a remercié en les nommant tous les intervenants qui ont participé activement à cette tâche (dont Sabrina Thomassin pour la décoration). Elle a terminé son allocution avec «*Poursuivons nos rêves*».

De monsieur Yvon Careau, je retiens la petite phrase suivante: «*En Afrique, une personne qui meurt est comparable à une bibliothèque qui disparaît.*»

Quant à monsieur Jean-Marc Laflamme, il a remercié la Municipalité de sa collaboration et a rappelé l'urgence de la construction de la 2^e école pour 2015. Il a ajouté que les projets en partenariat entre l'école et la municipalité rencontraient toujours un succès.



Photo: L.Côté
M. Jean-Marc Laflamme, prés. de la CSDPS

Monsieur le maire Gilbert Thomassin a remercié et félicité tous les artisans de cette rénovation. Il a souligné le service de qualité offert par les bénévoles.

Bénévoles

Au scolaire, toutes celles qui travaillent à la bibliothèque sont des bénévoles: mesdames Isabelle Bédard, Francine Belleau, Nadia Chlager, Chantal Couturier, Sophie Desbiens, Lyne Dumouchel, Carole Gagnon, Sophie Mercier, Annie Pruneau et Isabelle Serré.

Côté municipal: deux employées rémunérées, mesdames Francine Belleau et Carole Gagnon qui sont aussi bénévoles lorsqu'elles travaillent du côté scolaire. Mesdames Chantal Charbonneau, Françoise Dawson, Marie-Andrée Renaud, Doris Roy, Claudette St-Amand et Denise St-Pierre sont des bénévoles.



Vue partielle de la bibliothèque



Mme Denise LeFrançois, dir. du Trivent



Photos: L. Côté
Noëlla Lehoux, Doris Roy, Carole Gagnon, Chantal Couturier, Isabelle Serré, Francine Belleau, S. Thomassin (responsable) et Claudette St-Amand

JEUNES DE MÉRITE

6^e ÉDITION, PROGRAMME DE BOURSES 2013-2014

Catégorie CULTURE

Catégorie ACADÉMIQUE

Catégorie SPORT ÉLITE

Catégorie HUMANITAIRE

50 000 \$

EN BOURSES

INFORMATION : 418 660-3119, poste 2327
Formulaire de candidature disponible au
www.desjardins.com/caissedebeauport

Problèmes reliés au stress et efficacité de la massothérapie

Avec le début de l'automne arrivent la rentrée scolaire et le début d'activités de toutes sortes. S'installe alors, le rythme rapide de la vie quotidienne avec toutes ses exigences. Le fait d'être occupé est plutôt bon signe. Cependant, lorsque nous sommes constamment préoccupés, que notre sommeil est dérangé, que nous avons de la difficulté à digérer, à prendre le temps de bien manger, quand les maux de tête et les migraines se font sentir, que notre peau montre des signes d'irritation, que nous avons mal dans le dos, que notre système immunitaire s'affaiblit, que nous sommes anxieux, mal dans notre peau et irritables, c'est que nous vivons fort probablement un stress qui n'est pas bénéfique pour nous. Dans le cas où nous rencontrerions quelques-uns ou plusieurs de ces désagréments, la massothérapie peut

nous être d'un grand secours et nous aider à prévenir d'autres situations potentiellement dangereuses pour notre santé.

Qu'est le stress?

Le stress est tout simplement une réponse de l'organisme lorsque celui-ci est soumis à des situations agressantes, menaçantes ou ressenties comme telles. Qu'il soit de courte ou de longue durée, lorsque le stress devient malsain et que notre santé physique et mentale est en danger, il importe d'agir pour changer notre condition. Bien sûr, lorsque nous pouvons clairement identifier la ou les causes de stress, il est plus facile de trouver des solutions afin d'en diminuer ou d'en annuler l'impact. Malheureusement, il n'en est pas toujours ainsi.

La massothérapie peut aider

Parfois, nous avons besoin d'aide afin de retrouver un certain calme et permettre au corps de se détendre et de récupérer. Ainsi, les idées deviennent plus claires et la prise de décisions également. Il devient alors plus facile d'entreprendre les changements pour améliorer la qualité de notre vie, respecter nos limites, prendre soin de nous et de notre famille et se donner les moyens de réaliser nos projets et nos rêves. Dans le but de nous aider à concrétiser ce beau programme, différentes techniques en massothérapie sont offertes. En voici quelques-unes qui peuvent avoir un effet positif sur notre vie et notre santé.

Par le massage en polarité

La polarité est très efficace au niveau des problématiques reliées au stress. En effet, il existe plusieurs

séances de polarité dont certaines permettent aux principaux systèmes touchés par le stress de retrouver leur harmonie et de mieux fonctionner. Nous parlons ici des systèmes nerveux, digestif, hormonal, respiratoire, immunitaire, ainsi que des problèmes de dos ou d'articulations, et par le biais du toucher de polarité, nous retrouvons un état de mieux-être global et de santé optimale.

Par le massage Momentum

Le massage Momentum, quant à lui, est une approche douce, intuitive visant à faire vivre une expérience sensorielle unique et un pur moment de relaxation. Ses mouvements lents et enveloppants ainsi que ses bercelements invitent au lâcher-prise et permettent de profiter pleinement de l'instant présent. Il peut être un outil efficace dans une démarche vers un mieux-être en faisant prendre conscience des émotions refoulées et du stress malsain qui sont négatifs pour le corps. Il favorise la perception, la sensation, l'émotion et par conséquent l'estime de soi.

Par le massage suédois

Le massage suédois est une approche plus musculaire, physiologique. Il travaille en profondeur sur les muscles noués par le stress et douloureux. Le soulagement des tensions, la sensation de bien-être qu'il procure agit inmanquablement sur le système nerveux en calmant l'agitation, réduisant le stress et l'anxiété qui peuvent perturber notre sommeil. Le manque de sommeil peut conduire à des troubles de l'humeur, à un manque de concentration, jusqu'à l'épuisement dans certains cas.

Votre niveau de stress

Pour ceux qui souhaiteraient faire un petit test afin d'identifier dans leur quotidien certaines sources de stress, ou tout simplement évaluer leur niveau de stress, vous pouvez en faire la demande par courriel et il nous fera plaisir de vous faire parvenir un petit questionnaire à cet effet. L'adresse courriel est la suivante : massagepolaritedb24@hotmail.ca

N'hésitez pas à nous poser vos questions, il nous fera plaisir d'y répondre dès notre prochaine chronique .

*Danielle Binette,
massothérapeute agréée*

*Barbara Abadia,
massothérapeute agréée*

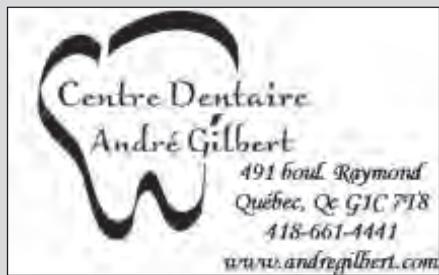
Vos gencives peuvent avoir besoin de nos services

Nouveau traitement des gencives en douceur grâce à une approche microbiologique



Depuis longtemps on sait que les maladies de gencives peuvent être traitées. Encore aujourd'hui, on utilise des traitements chirurgicaux tels que, la greffe, le curetage, l'aplanissement de racine et lambeau pour déloger les bactéries et permettre aux clients de maintenir une bonne santé buccale. Depuis longtemps on sait que les maladies de gencives peuvent être traitées.

Encore aujourd'hui, on utilise des traitements chirurgicaux tels que, la greffe, le curetage, l'aplanissement de racine et lambeau pour déloger les bactéries et permettre aux clients de maintenir une bonne santé.



Un service de dentisterie et d'implantologie à la hauteur de vos attentes



- // Terrassement
- // Déneigement
- // Transport de vrac
- // Drain de fondation
- // Excavation de tout genre
- // Entrée d'eau
- // Installation septique

RÉSIDENTIEL ET COMMERCIAL

SÉBASTIEN HUOT, propriétaire
31, du Grand Fond Ste-Brigitte-de-Laval QC G0A 3K0
418-264-5454 | Fax : 418-825-5133
shmachinerie@hotmail.com | RBQ : 5629-7039-01

La procréation assistée

Définition

Le projet parental avec assistance à la procréation existe dès qu'une personne seule ou des conjoints ont décidé, afin d'avoir un enfant, de recourir aux forces génétiques d'une personne qui n'est pas partie au projet parental. Les personnes qui ont normalement recours à la procréation assistée sont les couples stériles, les couples lesbiens et les mères monoparentales.

La filiation est le lien de parenté qui unit l'enfant à ses parents. La filiation tant maternelle que paternelle se prouve par l'acte de naissance, quelles que soient les circonstances de la naissance de l'enfant (par le sang, adoptive, procréation assistée, etc.).

Programme québécois de procréation

Le Programme québécois de procréation assistée vise à payer les frais liés aux traitements de procréation assistée pour les couples et les femmes qui souhaitent s'en prévaloir. Ce programme est en vigueur depuis le 5 août 2010.

Toutefois, malgré la gratuité des cycles de fécondation dans le réseau de la santé, il existe un phénomène particulier, l'insémination artisanale. L'insémination artificielle de manière non médicalisée ou l'insémination artisanale consiste à recueillir la matière séminale d'un donneur « hors système ». Cette pratique est plus fréquente que nous pouvons le penser. Il existe des forums Internet précisément à cet effet. Toutefois, pour des raisons de santé et des raisons juridiques, la prudence est de mise.

L'apport de forces génétiques

Habituellement, le don de sperme ne peut fonder aucun lien de filiation entre le donneur et l'enfant issu du projet parental. Toutefois, la loi prévoit que lorsque l'apport de forces génétiques se fait par relation sexuelle, un lien de filiation peut être établi à certaines conditions.

Le 1^{er} mars 2012, la Cour suprême du Canada refusa d'autoriser l'appel à l'encontre de l'arrêt de la Cour d'appel du Québec, Droit de la famille – 111729. Dans cette affaire, un donneur de sperme connu de la mère

biologique et avec qui cette dernière a eu des relations sexuelles a été reconnu père de l'enfant, car il n'a pas renoncé de façon claire à sa paternité. Les juges de la Cour supérieure et de la Cour d'appel ont conclu que le père avait compris que son rôle était celui d'un père et non d'un simple géniteur.



Afin qu'aucun lien de filiation ne soit établi entre le donneur de sperme et l'enfant, il y a trois éléments nécessaires à l'existence de ce projet parental avec assistance à la procréation : (1) une personne seule (ou des conjoints) décide(nt) d'avoir un enfant; (2) le donneur de sperme ne doit pas être partie à ce projet parental; (3) le donneur doit savoir qu'il n'agit qu'à ce titre, qu'il accepte dès lors de n'avoir que ce titre et de ne jamais être le père de l'enfant. Autrement dit, la mère biologique ou le conjoint doivent informer le géniteur du projet et celui-ci doit accepter son rôle limité.

Ce qu'il faut retenir est que l'expression de la volonté est cruciale en matière de procréation assistée. Considérant ce qui précède, ne serait-il pas plus prudent de consulter un avocat avant d'entreprendre les démarches d'un projet parental avec assistance à la procréation?

*Joanne Richard, avocate
Dussault Gervais Thivierge s.e.n.c.r.l.*

Votre enfant tient à sa doudou



Fais dodo mon petit coeur, la la la la

À quatre ou cinq ans, votre enfant se cramponne encore à sa doudou? Il semble qu'il ne voudra jamais la lâcher? Ce n'est pas si dramatique, à condition qu'il ne traîne pas sa doudou partout, à coeur de jour.

L'attachement à une doudou est très grand, très fort, et il est parfois difficile d'aider un enfant à s'en défaire. Évitez de ridiculiser l'enfant parce qu'il ne peut se mettre au lit sans elle. Respectez son rythme; il finira bien par grandir. Ne forcez pas les choses. D'ailleurs, vous pouvez mettre l'accent sur le fait qu'il grandit. Démontrez-lui, si l'occasion se présente, qu'il peut très bien passer du temps sans sa doudou.

Vous pouvez même éventuellement proposer une date à laquelle il laissera sa doudou, à Noël, par exemple. Pourquoi ne pas l'offrir au père Noël? Si ça marche, tant mieux! Sinon, continuez de récompenser son autonomie grandissante et ses efforts par des encouragements. Entre-temps, dans un petit coin de son coeur d'enfant, il a encore besoin d'être un tout-petit...

Petits mots drôles

« Quand maman est fatiguée pourquoi c'est moi qui doit aller se coucher? »

« Si j'étais un garçon, est-ce que j'aurais été dans le ventre de mon papa ? »



Entretien paysager résidentiel & commercial

<p>Tonte de pelouse Nettoyage printanier Nettoyage de muret Aération du sol Ramassage de feuilles Produits écologiques Aménagement de sentier et de rocaille</p>	<p>Déchaumage Essoucheuse Terrassement Excavation Émondage Tarière Transport</p>
--	--

Cell : 418 802-4678
Bureau : 418 825-2408
965, Ave Ste-Brigitte
Ste-Brigitte-de-Laval
Québec QC G0A 3K0
ecovert2012@gmail.com



**MASSOTHÉRAPIE
KINÉSITHÉRAPIE**

Barbara Abadia
Thérapeutique - Détente
418 208-2331
805 Ave Ste-Brigitte
Ste-Brigitte-de-Laval
abadiabarbara@gmail.com
<http://massotherapiequebec.blogspot.ca>



Danielle Binette
Massothérapeute agréée

**Polarité
Massage Momentum**

12 rue du Collège - Ste-Brigitte-de-Laval
418 956-5606

ColorPlus

COLLISION CENTRE

Genevyève Paré
Propriétaire

CARROSSIER EXPERT 2000

570, Rue Adanac, local 106 - 107
Québec, Qc, G1C 7B7

Tél: 418 664-1456
Cell: 418 805-1456 Fax: 418 664-0310
carrossierexpert@megaquebec.net



Carrossier
EXPERT • 2000

Débosselage et peinture
Redressement de châssis
Réclamation d'assurance
Estimation gratuite

À surveiller

Duff Bistro ouvrira ses portes vers la mi-décembre

Nouveau : Service de traiteur pour vos partys

Spécial Anniversaire

À l'achat d'une pizza 12" garnie au coût de 16,95 \$

2 casseaux de frites et 2 litres de Coke

vous seront offerts gratuitement pendant un mois.

15 novembre au 15 décembre 2013 inclus

Gratuit



Duff
TRAITEUR

Menu des Fêtes

Un menu " Spécial " pour le temps des fêtes!

Plats combinés froid & chaud:

- 2 choix de salade (pomme de terre, chou, macaroni, riz & fruits de mer, chinoise, du chef)
- Sandwiches aux oeufs & jambon
- Pain farci au poulet
- Oeufs farcis
- Assiette de crudités & trempette
- Assiette de hors-d'oeuvre (cornichons, oignons & olives)
- Pâté à la viande
- Pâtisseries
- Café (lait, crème & sucre)
- Assiettes, verres à café & ustensiles

Prix: 13.95\$ par personnes + taxes
12 personnes minimum

Pour de plus amples informations ou pour une réservation

COMMUNIQUEZ AU 418-801-8363

Offrez un certificat-cadeau à vos proches au **Duff resto** ou au **Duff bistro**

<p>Disponible à compter de 10 personnes</p> <p>Buffet #1 : Le Laval 11.50 \$ / pers.</p> <p>Sandwichs (5 morceaux par personne) 1 pain farci au poulet 2 choix de salades Marinades Crudités et trempette Fromage Pâtisserie choix du chef</p>		<p>Disponible à compter de 10 personnes</p> <p>Le goûter 8.00 \$ / pers.</p> <p>Sandwichs (4 morceaux par personne) 1 pain farci au poulet 1 choix de salade Marinades Crudités et trempette Pâtisserie choix du chef</p>		
<p>Buffet #2 : Le Ste-Brigitte 12.00 \$ / pers.</p> <p>Duo de sandwichs jambon et oeufs (4 morceaux par personne) 1 pain farci au poulet 2 choix de salades Oeufs farcis Marinades Fromage Crudités et trempette Pâtisserie choix du chef</p>		<p>Cocktail d'occasion 10.50 \$ / pers.</p> <p>Canapés froids (4 par personne) Terrine Saumon fumé Roulade de jambon Fromage fin et gelé d'occasion Oeufs farcis Crudités et trempettes Pâtisserie choix du chef</p>		
<p>Buffet #3 : Le DUFF 13.45 \$ / pers.</p> <p>Sandwichs (5 morceaux par personne) 1 pain farci au poulet 3 choix de salades Viandes froides Oeufs farcis Marinades Fromages et raisins Crudités et trempette Pâtisserie choix du chef</p>		<p>L'intermédiaire 14.75 \$ / pers.</p> <p>Sandwichs (5 morceaux par personne) 1 pain farci au poulet 2 choix de salades Viandes froides Oeufs farcis Marinades Crudités et trempette Pâté au poulet ou tourtière du lac Pâtisserie choix du chef</p>		
		<p>Le Gargantua 17.95 \$ / pers.</p> <p>Sandwichs (5 morceaux par personne) 1 pain farci au poulet 2 choix de salades Viandes froides Oeufs farcis Fromages et raisins Pâté à la viande Plateau de crevettes et sauce Pâtisserie choix du chef</p>		
		<p>Toute occasion est bonne, une réunion d'affaire, de famille, entre amis, ou autres, l'équipe du DUFF se fera un plaisir de vous concocter un savoureux goûter ou buffet selon vos besoins.</p>		
		<p>418 801-8363</p> <p>418 825-3833</p> <p>251, Avenue Ste-brigitte, Sainte-Brigitte-de-Laval, QC G0A 3K0</p>		

Mercredi midi, le 6 novembre 2013, madame Marie-Eve Joubert, journaliste à la CCAP, débarquait à notre local du journal le Lavalois avec ses 2 techniciens de l'image et du son.

Pour la circonstance, toute l'équipe du journal, hormis M. Claude Gravel retenu chez lui, était présente pour le tournage et l'enregistrement de cette émission spéciale destinée à souligner les 30 ans d'existence du journal communautaire Le Lavalois (1983-2013).

Ainsi, pendant près de 2 h, nous nous sommes prêtés à cet exercice un peu intimidant mais combien instructif et intéressant. Madame la présidente, Lucille Thomassin, a donné des informations sur les fondateurs du journal et l'implication des bénévoles au fil des années.

Madame Diane Clavet a expliqué comment nous sommes passés de la dactylo à l'informatique. Moi, j'ai souligné la difficulté que nous rencontrons; celle de la relève de notre équipe de bénévoles, la majorité dans la soixantaine.

Cette courte émission saura sûrement intéresser bien des citoyennes et citoyens nouvellement installés à Sainte-Brigitte-de-Laval qui ne connaissent pas l'histoire de notre journal.

Donc, à partir du 17 novembre 2013, nous vous invitons à synthoniser Ici télé au poste 01 ou encore au 601 (haute définition), dans le créneau «Vu d'ici».

Jean-François Gerardin

La carte de Noël régionale 2013



La MRC dévoile les oeuvres

La bibliothèque municipale de Saint-Gabriel-de-Valcartier vibre déjà aux couleurs de Noël alors qu'une exposition regroupant les créations colorées des nombreux participants du concours La carte de Noël régionale 2013 y est présentée, du 1^{er} au 20 novembre.

Paysages d'hiver et scènes de Noël se côtoient dans cette exposition comptant plus d'une cinquantaine d'oeuvres produites par les participants de tous âges et de tous niveaux en provenance des quatre coins de la MRC.

La population de La Jacques-Cartier est ainsi conviée à venir découvrir les talents des artistes et des artistes en devenir du milieu et à voter pour son coup de coeur.

L'oeuvre gagnante sera dévoilée lors de la soirée de remise de prix qui se tiendra le 21 novembre prochain au Complexe municipal de Saint-Gabriel-de-Valcartier. Un prix de 100 \$ sera alors remis au propriétaire de la toile.

Concours La carte de Noël régionale



Rappelons que le concours vise notamment à encourager les artistes à se produire sur le territoire de La Jacques-Cartier, à rendre la culture accessible à un plus grand nombre de personnes et à mettre en valeur les réalisations artistiques des participants.

Marie-Josée Labbé

Agente de communication
418 844-2160, poste 302
mjlabbe@mrc.lajacquescartier.qc.ca



GARDEZ VOS MEILLEURS MOMENTS AU CHAUD.

Profitez confortablement de chaque moment en choisissant des fenêtres et portes-fenêtres homologuées ENERGY STAR®. Leur haut rendement énergétique vous permet d'éviter les pertes de chaleur et d'économiser jusqu'à 10% sur vos coûts de chauffage.

www.hydroquebec.com/residentiel/fenestres






Venez partager

Club de l'Âge d'Or

Dîner de fin de mois

Notre prochain dîner de fin de mois aura lieu le mardi 26 novembre. Une messe sera célébrée à 11 h, le dîner sera servi à 11 h 45 et les activités régulières (baseball poche, cartes, Palet, bingo) débuteront vers 13 h 30. Venez nous rencontrer et partager avec nous.

Prix : 6 \$ membre et 8 \$ non-membre
Réservez votre place avant le 21 novembre.
Resp.: Jean-Marc Jennings, 825-1527

Souper et soirée des Fêtes

Notre souper et notre soirée des Fêtes auront lieu cette année, le samedi 30 novembre, au sous-sol de l'église.

À l'horaire :

Messe : 16 h 30

Cocktail : 17 h 15

Souper : 18 h

Soirée de danse

Il n'y aura pas de service de bar. Vous pouvez apporter vos consommations. Les cartes sont disponibles auprès des membres du conseil d'administration

Membre : 20 \$, non membre : 25 \$

Dîner de Noël

Nous clôturerons l'année 2013 par un dîner de Noël le mardi 10 décembre au sous-sol de l'église. Au programme : messe à 11 h, dîner à 11 h 45, et activités régulières à 13 h 30. Bienvenue à tous. Réservation nécessaire avant le 5 décembre.

Prix : 6 \$ membre, 8 \$ non-membre
Resp : Jean-Marc Jennings, 825-1527

Club fermé

Le club de l'Âge d'Or sera fermé pour le temps des Fêtes. Nous reprendrons nos activités le 7 janvier 2014, au sous-sol de l'église à 13 h.

Spectacle Noël d'autrefois

Dimanche le 8 décembre, vivez une journée toute consacrée à Noël.

Au programme : visite du Jardin Hamel et de ses décorations de Noël, spectacle Noël d'autrefois à la salle Dina Bélanger en après-midi, puis souper dans un restaurant de la ville.

Revivez un Noël d'antan suivi du grand réveillon. Venez danser, rire et chanter avec le duo France Duval et Bruno Laplante.

Prix : 75 \$ membre, 80 \$ non-membre

Ce prix comprend transport en autobus scolaire, billet d'entrée, repas et taxes.

Départ de l'église de Ste-Brigitte-de-Laval.

Réservez votre place avant le 5 décembre.

Resp : Jean-Marc Jennings, 825-1527

Pierre-Paul Giroux, 907-5167

Conseil d'administration 2013-2014

Michel Després, prés.	849-2089
Paul-Henri Fortier, v.p.	825-2031
Clémence Thomassin, sec.	825-2206
Jean-Marc Jennings, trés., rel.	825-1527
Marcel Tremblay, adm.	825-5059
Céline Falardeau, adm.	825-3408
Pierre-Paul Giroux, adm.	907-5167

Cercle de Fermières



Une force à connaître, un bouquet de connaissance toujours florissant !

Exposition annuelle

Notre exposition annuelle se tiendra au sous-sol de l'église de Ste-Brigitte, ce dimanche 17 novembre. Afin de gagner des pièces fabriquées par nos membres dont une catalogne, des billets sont en vente jusqu'au jour de notre exposition. Il y aura aussi de nombreux prix de présence.

Nous souhaitons la participation de chacun des organismes communautaires.

Nous désirons souligner qu'il est encore temps de confirmer votre participation comme exposante et de bien vous préparer pour cet événement. Nous vous attendons avec plaisir !

Recrutement :

Les nouvelles adhérentes sont les bienvenues au Cercle. La carte de membre est de 25 \$ et comprend un abonnement à la revue l'Actuelle.

P.S : Ne pas oublier que les fermières recyclent les cartouches d'encre vides d'imprimantes.

Nicole Tanguay, prés.	907-5842
Hélène Beaulieu, v. prés.	825-2518
Marie-Josée Lussier, s. trés.	825-2054
Rita Ouellet, dossiers	825-3014
Claudette Fecteau, communi.	825-6011

Sainte-Brigitte-de-Laval



Chalet situé sur le bord de la rivière Montmorency. Super site enchanteur avec vue sur la rivière et les montagnes. Terrain plat de 30 000 p² approx + un cabanon. Tranquillité et intimité assurées. À l'intérieur, cuisine, salon servant de chambre et salle de bains. Vendu avec tous les meubles et équipements. Cette vente est faite SANS GARANTIE LÉGALE. 90 000\$

Nous habitons Ste-Brigitte-de-Laval depuis plus de 20 ans

Kathy Grégoire
Courtier immobilier

Cell : (418) 951-5578
kgregoire@votreagentimmo.com



Benoit Morissette
Courtier immobilier

Cell : (418) 955-5578
bmorissette@votreagentimmo.com

www.viacapitalevendu.com



Via Capitale Sélect
Agence immobilière
Tél : 418 627-3333



Salon d'Esthétique Chantaube

Mélanie Allard

Esthéticienne

7 des Merisiers
Ste-Brigitte-de-Laval (Québec)
G0A 3K0
9418) 825-0015

melaniealard@ccapcable.com



Évaluation et fiscalité municipale

Analyse immobilière

Groupe Altus

Solutions technologiques
Géomatique

1265, boulevard Charest Ouest,
bureau 1200, Québec (Qc) G1N 2C9
T 418.628.6019 F 418.628.5200

www.groupealtus.com

MARLIN

CHEVROLET INC

GM

Canada

Yves Thomassin

Représentant

418 688-1212
2145, rue Frank-Carrel
Québec, Québec G1N 2G2
www.marlinchev.gmcanada.com

Ligne directe 418 688-1242,
poste 225
Fax: 418 688-1281
y.thomassin@marlinchev.com

Wilbrod Robert

418 661-9223

wilbrodrobert.com

1010, boulevard Raymond

Nous sommes demeurés une **entreprise familiale** qui tisse des liens serrés avec sa clientèle et la communauté. Nous soignons également, davantage qu'ailleurs, tous les détails qui font une grande différence, sans pour autant coûter plus cher.

Nous avons également des **FORFAITS** qui vous permettent d'économiser tout en simplifiant les choix à faire.

Forfait

SIMPLICITÉ

2 500 \$, qualité Wilbrod Robert incluse*

Notre **FORFAIT SIMPLICITÉ** offre une solution complète pour seulement 2 500 \$, soit le montant accordé par la Régie des rentes du Québec pour les funérailles des personnes admissibles.

Salon-chapelle pour cérémonies liturgiques et salles de réception disponibles.

*Taxes de vente en sus de tous les montants mentionnés

Soirée de lecture

Le projet auquel j'ai pensé fort cet automne consiste à inviter tous les paroissiens qui sont intéressés par le sens de la vie, qu'ils soient pratiquants ou non, à présenter un court texte à teneur spirituelle qui a été marquant pour eux ou qui les interpelle particulièrement. Par exemple: un passage du livre Sagesse, un poème de Saint-Jean-de-Lacroix, ou un extrait du livre de Tao Te King, etc.

Cette rencontre se tiendrait un soir de la semaine, peut-être à l'église même (afin de montrer que le temple de Dieu accueille tous ses enfants en quête de vérité). Les textes pourraient être lus soit par les participants eux-mêmes, soit par un lecteur choisi (j'aimerais idéalement que ce soit par un professionnel du théâtre). Cette activité fait partie de celles organisées par l'équipe d'animation locale de la paroisse.

But

- 1) Établir une relation dynamique et porteuse de germes entre les paroissiens de Ste-Brigitte qui se sentent concernés par le sens de la vie et la spiritualité, ce qui ne peut se faire sans s'écouter les uns les autres.
- 2) Susciter l'occasion de témoigner de notre propre expérience de foi dans une ambiance de confiance et de respect à travers des textes qui inspireraient non seulement notre cercle de pratiquants, mais serviraient aussi à une audience élargie.
- 3) Oser faire une course plus au large sur notre bateau d'espérance.

Invitation à tous

Mardi, le 26 novembre à 19 h à l'église.

P.S.- Afin de vérifier si les textes sont appropriés et de mieux harmoniser cette soirée dont je serai l'animateur, j'aimerais que vous me les soumettiez.

Au plaisir de se rencontrer,

Pierre Lussier,
418 825-1631

Matinées mères-enfants

Parents d'enfants d'âge préscolaire et femmes enceintes:

Vous êtes toujours les bienvenues à vous joindre à nous, les mercredis matin, au local communautaire au 4, de la Patinoire, de 9 h 30 à 11 h 30, sauf si indiqué lors d'exception. Vos enfants pourront se faire de nouveaux amis pendant que vous socialiserez avec les autres mamans. Aucun frais d'adhésion. Nous savons que ce n'est pas toujours facile de vaincre notre gêne de rencontrer de nouvelles personnes et d'entrer dans un nouveau cercle de gens, mais n'ayez crainte, vous vous sentirez à l'aise rapidement.

Voici les activités prévues :

Novembre

- 19 : Mardi, soirée sans bébé 19 h 30 au local, on se fait des sushis. Confirmez votre présence
- 20 : Atelier de Sonatine (animation en musique par les productions Tire-Bouchon)
- 27 : libre/ on joue dehors

Décembre

- 04 : Bricolage de Noël
- 11 : Libre/ on joue dehors
- 18 : Party de Noël, ouverture à 8 h 15, déjeuner et activités spéciales

Les activités peuvent changer sans préavis.

Maude Émond
Responsable des Matinées mères-enfants
matineesmeresenfants@hotmail.com
Page Facebook : Matinées mères-enfants



MARTIN ROCHETTE
Courtier immobilier

Sainte-Brigitte, JE M'EN OCCUPE



• **Faites confiance à un agent qui connaît et habite Ste-Brigitte.**

3333, du Carrefour
Beauport (Québec) G1C 5R9

418 666-5050

• **Évaluation de votre propriété sans frais et sans engagements.**

STE-BRIGITTE-DE-LAVAL



Très beau plain-pied de 28 X 36 à quelques minutes du village. Terrain de 23 000 pieds carrés avec vue impressionnante sur les montagnes, garage attaché de 18 X 30, aucun voisin arrière. 2 chambres au rez-de-chaussée, cuisine rénovée, sous-sol fini au complet. Entretien avec soin! Tranquillité assurée, libre immédiatement. 249 000\$.

STE-BRIGITTE-DE-LAVAL



BI-GÉNÉRATION! Construction 2011, terrain de 85 000 p.c. borné par la Rivière Richelieu. Cottage 28 X 32 avec garage attaché et excavé 26 X 24, 3 chambres à l'étage, bureau, grande salle de bain, combustion lente au salon et au sous-sol. Salle à manger donnant sur patio couvert avec spa intégré. Sans voisin proche, possibilité louer un logement ou idéal pour garderie. 395 000\$.

STE-BRIGITTE-DE-LAVAL



Spacieux bi-génération, peut être aussi loué (6 1/2 de 2 chambres, potentiel de 800\$/mois), au coeur du village, superbe vue sur les montagnes. 4 grandes chambres dont 3 à l'étage. Douche en céramique avec planchers chauffants. Foyer au salon, cuisine avec îlot 4 X 8. Salle familiale idéale au sous-sol. Garage 14 X 25. 2 solariums Paris. Cour à l'ouest.

STE-BRIGITTE-DE-LAVAL



Superbe et grand plain-pied de 28 X 40, sur terrain de 33 000 pieds carrés, sans voisin arrière. 4 grandes chambres dont 2 au sous-sol, cuisine idéale avec îlot, grande salle à manger avec porte patio, salle familiale au sous-sol. Finition soignée pour les plus exigeants, atelier détaché 14 X 18 chauffé. Rue cul-de-sac, parfait pour la famille! 288 500\$.

DOMAINE À STE-BRIGITTE-DE-LAVAL



Impressionnant domaine au coeur des montagnes. Limite Lac Beauport et Sainte-Brigitte, site de 760 000 pieds carrés avec lac ensemencé. Maison 30 X 34, 4 chambres, solarium côté lac, foyer au salon, cuisine haut de gamme, plafond cathédrale mezzanine. Garage 26 X 34 excavé, cinéma maison, plancher chauffant au sous-sol, maison invitée avec garage. Pour les plus exigeants!



SAINT-ÉMILE



Construction 2012, cottage 28 X 28, garantie APCHQ 2017. Façade en pierre, 3 côtés canexel, garage détaché 20 X 31, terrain de 7 500 pieds carrés. 4 chambres dont 3 à l'étage, cuisine super fonctionnelle avec îlot 5 X 3, grande salle à manger avec porte patio donnant sur la cour. Secteur en demande, faut visiter pour apprécier!

BEAUPORT



Au prix de l'évaluation! Cuisine refaite avec îlot, grande salle à manger avec foyer au bois, agrandissement pour le salon avec foyer au gaz, 2 chambres possibilité de 3, patio couvert 12 X 12 donnant sur la grande cour avec piscine hors-terre, salle familiale, atelier, remise, air climatisé, toit 2004, près de l'école primaire, clés en main. Prix demandé: 305 000\$.

STE-BRIGITTE-DE-LAVAL



Beau petit chalet au bord de la Rivière. En face de l'île Le Rossignol, habitable à l'année. 1 chambre très bien entretenue. Toit 2010. Voisins éloignés, tranquillité assurée. En prime 2e petit chalet pour vos invités. 130 000\$.

STE-BRIGITTE-DE-LAVAL



Au coeur du village. Immense plain-pied de 27 X 49, 4 côtés brique, 4 chambres dont 3 au rez-de-chaussée, cuisine super fonctionnelle. Grande salle familiale au sous-sol. 2 salles de bains, atelier. Beaucoup de rangement, piscine, remise. Possession rapide. 199 000\$.

STE-BRIGITTE-DE-LAVAL



Impeccable et chaleureux plain-pied, idéal pour la famille. 3 chambres dont 2 au rez-de-chaussée. Cuisine avec îlot très fonctionnelle. Aires ouvertes, super ensoleillé, grande salle familiale au sous-sol idéal pour cinéma maison. Terrain de 7 100 pieds carrés avec cour au sud. Possibilité d'ajouter 1 garage et 1 piscine. Possession flexible. 254 500\$.

STE-BRIGITTE-DE-LAVAL



Aucun voisin arrière. Le Golf à la porte, la paix assurée!! Grand cottage de 4 chambres, entretenu et rénové à la perfection. Grandes pièces très ensoleillées, salle familiale au sous-sol. Garage attaché. Superbe aménagement paysagé avec bassin d'eau, piscine hors-terre, solarium de Paris, remise. Aucun travaux à faire. Prix demandé: 299 500\$.

Célébration du Jour du Souvenir

par Louise Côté

Dimanche, 10 novembre, toute la population était conviée à assister à la célébration du Jour du Souvenir. D'abord une messe à 9 h 30, suivie d'un temps de recueillement sur la tombe du Souvenir au cimetière et enfin, une petite exposition organisée par la Maison de jeunes au sous-sol de l'église.

Une centaine de personnes ont assisté à la messe dite par monsieur le curé Réjean Lessard, lequel est également un padre militaire ayant servi, entre autres, en Bosnie-Herzégovine. À la fin de son homélie, il remercie tous ces anciens combattants qui ont donné leur vie pour donner espoir et paix et qui sont devenus des lumières.

Après l'élévation pendant laquelle monsieur le curé



Lessard a chanté, accompagné par la chorale de l'église, l'*Harmonie des bois*, un chant religieux sur l'air de *Amazing Grace*, madame Gisèle Girard est venue nous donner le nom de 19 anciens combattants qui résidaient à Ste-Brigitte et dont 17 sont inhumés ici. Pendant cette énumération, Laurie et Sophie, intervenantes de la MDJ, allumaient à tour de rôle un lampion pour chacun d'eux.

Voici les noms de ces valeureux soldats:

Robert Boucher	William Billy Doherty
Jean-Paul Drouin	Richard Duguay
Frank Keough	Roméo Lagacé
Welly Denechaud	Laurent Lavoie
Lorenzo Lussier	Maurice Ouellet
Georges Pelletier	Gérard Thomassin
Maurice Trudel	Gilles Vallée
Melville Dawson	Edward Berryman
René Hurley inhumé à Vimy	Suzanne Jackson
Roméo Fortier inhumé à Dieppe	

La messe terminée, un groupe de personnes se rend au cimetière. Après un moment de recueillement initié par le curé Lessard et après une lecture faite par madame Françoise Dawson, des dignitaires viennent présenter une couronne de fleurs: d'abord, madame Éline Michaud, députée fédérale, puis madame Michelyne C. St-Laurent, députée provinciale et enfin, pour sa 1^{ère} sortie officielle, madame la mairesse Wanita Daniele accompagnée par monsieur Jean-Marc Jennings, un ancien combattant.

Puis, c'est la rencontre au sous-sol de l'église. C'est Mme Armelle Ginet, coordonnatrice adjointe à la MDJ, qui a initié le projet de participation des jeunes à la cérémonie du Jour du Souvenir.

Fille d'un ancien combattant et d'origine française, elle a vu les cimetières de soldats, vu les coquelicots qui y poussent, constaté les ravages subis et réalisé que le Jour du Souvenir devrait être plus expliqué aux jeunes



Photo: L.Côté
Éline Michaud, Armelle Ginet, curé Réjean Lessard, Michelyne C. St-Laurent, Wanita Daniele, Jean-Marc Jennings

d'ici. D'où son idée d'inclure une leçon d'histoire «pratique» par la rencontre à l'école de M. Sylvain Arbour, un vétéran, pour les 5^e et 6^e années.

Puis, en participant avec l'organisation de la Fabrique pour la réalisation de cet événement, cela permettait aux ados de s'intégrer dans la vie communautaire.

N.B.- La cérémonie entière a été filmée par ICI TÉLÉ. Vous pourrez la voir pendant la semaine du 2 décembre à l'émission *Vu D'ici*.

Vous pourrez également voir d'autres photos sur mon blogue, site Web du journal: www.levalois.com



CONSTRUCTION
RICHARD CHABOT

Domaine de la Rivière Ferrée – Boischatel

www.constructionrchabot.com
418 825-1954 • 418 808-0588

TERRAINS disponibles dès MAINTENANT!

- CONSTRUCTIONS sur MESURE
- Services d'ARCHITECTURE
- Services de DESIGN

QUALITÉ HABITATION GROUPE SELECT
NOVOCLIMAT

HUSKY NEIGE
INC.

Ça donne un bon coup d'patte

Déneigement
Résidentiel
Commercial
Stationnement
Toiture
Épandage d'abrasif
Transport de neige

ESTIMATION GRATUITE
418-208-2210

Mathieu Lord et Jean Fortier
236, St-Louis - huskyneigeinc@gmail.com

Vous souffrez de
MAUX DE DOS,
de **TENSIONS**
MUSCULAIRES
ou autres ?
Appelez-nous!

clinique CHIROPRATIQUE
familiale et sportive • Sainte-Brigitte-de-Laval

Dr^e Sophie Léonard,
Chiropraticienne, D.C.
142 de Lucerne, Sainte-Brigitte-de-Laval
418.997.6443 • chirocbd.com



Maison de jeunes La Barak

Défi du Tour du Lac-Beauport , 20 octobre

Bravo à Charles Bédard qui a couru le 6 km en 27 min. et 56 sec. sous la pluie et dans le froid.

Les accompagnatrices Isabelle Gagnon et Armelle Ginet sont arrivées après Charles. On l'a laissé nous devancer...

Isabelle - 6 km en 44 min. et 37 sec. (196^e sur 242)
 Armelle - 6 km en 29 min. et 43 sec. (13^e sur 242)



Bravo Charles
T'es le meilleur!

Des sourires heureux
Armelle et Isabelle

Photo: MDJ

Halloween et le Théâtre de rue

Un sincère merci à tous les jeunes, intervenants et bénévoles qui ont participé à la préparation et à la réalisation de notre activité d'Halloween. Une petite mention spéciale aux courageux et courageuses qui ont fait de l'animation théâtrale dans le village malgré la très mauvaise température. Vous avez peut-être rencontré les Zombies, clowns, hommes en noirs, et le chapelier fou qui déambulaient pendant votre tournée au village? Sans oublier le clown à l'air peu sympathique, les jeunes filles cadavériques, et le savant fou qui vous accueillait à la MDJ et qui ont bien su mystifier nos visiteurs...

par Amélie Racette

Halloween en biscuits



Photo: MDJ

Miam, miam, des bons biscuits d'Halloween, bien sucrés,
Vive les journées pédagogiques!

La GUIGNOLÉE 2013

Un petit geste individuel pour un grand bien collectif.



La MDJ passera dans les rues de la

Montagne des eaux claires
le samedi 7 décembre entre 11 h et 14 h

D'ici là, préparez votre monnaie et/ou des denrées non périssables (elles seront acceptées).

NB : en cas de grand froid, nous serons à l'école.

Heures d'ouverture de la MDJ

Juniors (11 ans) : mercredi de 11 h 20 à 12 h 50 (midi MDJ) ; jeudi et vendredi de 15 h 30 à 18 h ;

Seniors (12 - 17 ans) : mardi, mercredi, jeudi de 18 h à 21 h ; vendredi de 18 h à 22 h ;

Pour tous : Les samedis, lors d'activités spéciales.

Tél.: 948-6769 Courriel: labarak@ccapcable.com

MSB

MÉCANIQUE

À L'ACHAT DE 4 PNEUS
OBTENEZ GRATUITEMENT *

-Entreposage des pneus
-Rotation des roues

*Hiver 2014

*Reprogrammation TPMS non incluse



REMISE POSTALE À L'ACHAT DE 4 PNEUS

Hakkapeliitta 7 / Hakkapeliitta 7 SUV Hakkapeliitta R2 / Hakkapeliitta R2 SUV WRG2-WRG3 / WRG2 SUV / WRG3 SUV	70\$
Hakkapeliitta LT2 / Rotiva AT	50\$
Norman 4 / Norman 4 SUV	40\$

Offre valide du 1 octobre au 15 décembre 2013

ENTREPOSAGE - CLIMATISATION - ALIGNEMENT - MISE AU POINT - SUSPENSION
SILENCIEUX - INJECTION - FREINS - DIRECTION - ATTACHES REMORQUE

PRÊT POUR L'HIVER ?

Inspection hivernale 49.95\$
Inspection d'alignement 29.95\$

INFORMEZ-VOUS !

MSB MÉCANIQUE

1160 BOUL. RAYMOND
QUÉBEC.
G1B 2P3

(418) 821-0775

Citoyen je suis, j'étais, et je redeviens

Chères lectrices, chers lecteurs,

Comme vous le savez tous, ces derniers mois, en mon nom et avec d'autres citoyens, je me suis beaucoup investi dans la campagne électorale municipale qui nous a amené collectivement à élire pour mairesse madame Wanita Daniele.

Sans chercher à revenir en arrière, mais tout simplement, il m'est apparu important de pouvoir m'exprimer. En ce sens, j'ai opté pour des moyens concrets d'action au regard de la pertinence de faire connaître un certain nombre de pratiques pour que tous soient au courant. Ainsi, nous nous donnions la chance, peut-être, de faire autrement.

Sans vouloir rouvrir ce qui a fait débat tout au long de ce cheminement, comme co-fondateurs de ce regroupement Alternative Citoyenne de SBDL, j'assume bien sûr ce qui fut bon et moins bon dans cette démarche, mais je tiens à dire sur cette tribune, que si certaines personnes se sont senties visées par mes ou nos propos comme regroupement, c'est le titre, le poste ou la fonction qui l'était de mon point de vue et pas l'homme ou la femme qui assume ou assumait des responsabilités. Ceci étant dit, on pourra, bien sûr, me reprocher d'avoir été trop présent, d'afficher par trop mes convictions, mes manières, etc., je comprends. Cependant

je peux dire que s'exprimer, se donner les moyens de s'investir pour dire ce que l'on pense et faire des propositions : c'est fatalement prendre le risque, aussi, de dire des choses qui dépassent parfois nos intentions, de se tromper, de réagir trop rapidement, humainement et de se faire dire, oui aussi, que ce n'est pas correct. Eh bien oui, c'est un risque et je l'ai pris en mon âme et conscience! Désolé donc si j'ai pu blesser certaines personnes car telle n'était pas mon intention.

Ce que je retire moi, de cette expérience humaine, de cet investissement personnel, c'est que parfois il faut oser se lancer, s'exprimer et dire à titre de citoyen, ce qui nous convient ou ne nous convient pas, pour se donner la chance d'être entendu à défaut d'être écouté. Mais surtout, oui surtout, le faire en présentant des propositions et en posant des actes concrets. Et puis oui, en ayant pour règle de dire ce que l'on va faire et de faire ce que l'on dit (même si, car ne nous sommes pas des machines, une marge d'erreurs acceptables doit être prévue).

Alors, un grand merci à tous ceux qui m'ont fait l'amitié de m'accompagner, voire, de s'opposer à mes idées, besoins, convictions, en usant d'arguments ou de contre-arguments, de projets autres, qui, je crois, nous ont permis d'échanger autour de nos valeurs, de nos points de vues, de nos idées à développer notre ville et nos

besoins, de telle façon, que nous avons maintenant de belles envies.

Enfin, un grand merci à vous tous, chers concitoyens qui avez le désir légitime pour notre ville d'en faire valoir les attraits et les atouts hors pair. Et, que toutes ces belles personnes qui l'habitent, puissent, sourire aux lèvres, s'enorgueillir de vivre heureux ensemble.

C'est ce que nous pouvons tous nous souhaiter.

Didier Bonaventure

Important

Consultez la **date de tombée** à l'avant-dernière page du journal. C'est la date qui vous donne la dernière journée à laquelle nous devons recevoir l'article ou la publicité que vous désirez voir paraître dans la prochaine édition. Ceci facilitera notre travail en nous donnant un laps de temps plus grand pour y travailler. Merci de votre collaboration.

Site Web : www.levalois.com
À ne pas oublier de consulter. Vous pourrez y voir des photos ou même des articles supplémentaires.

Une prothèse à la mesure de votre bouche et à la mesure de votre budget!

Sirois-Denis Denturologiste

Prothèse sur implants

- Prothèses complètes et partielles
- Réparation 1 heure
- Fabrication base molle
- Service de voiture gratuit pour personnes âgées
- Financement disponible
- Consultation gratuite
- Services à domicile
- Réclamations des prestataires de l'aide sociale acceptées

50\$ de rabais sur toute nouvelle prothèse dentaire

75\$ de rabais pour 2 nouvelles prothèses dentaires

Andrée-Anne Beaudry, D.D. Jean-Sébastien Sirois, D.D.

2364, boul. Louis-XIV, Québec **418 667-9434**

Complice de votre avenir financier!
Maxime Caron-Bourque
Conseiller autonome - Conseiller en sécurité financière
Représentant en épargne collective
418 627-4447 p. 243

maxime.caron.bourque@sfl.qc.ca
www.sfl.qc.ca/maximecaronbourque

SFL Partenaire de Desjardins Sécurité financière

SFL PLACEMENTS Cabinet de services financiers

Impliqué à 100% dans l'attente de votre MIEUX-ÊTRE FINANCIER, je me fais un devoir, en tant que conseiller en sécurité financière, de développer avec vous une stratégie judicieuse, inspirée de vos véritables besoins.

SCIAGE de béton
A. Tremblay Inc.

Sciage
Asphalte
Joints d'expansion
Murs - Planchers - Portes - Fenêtres

Forage
Trous
1 à 24 pouces de diamètre

Commercial et résidentiel
R.B.Q. : 8229-6963-28
sciage@live.ca

Alain ou Michael Tremblay
80, rue Tremblay
Ste-Brigitte-de-Laval, Qc, G0A 3K0

Bureau: 418 825-3304
Cellulaire: 418 808-6557
Télécopieur: 418 825-2948

Jimmy Doyon
info@toituresjd.com

TOITURES JD

ENTREPRENEUR GÉNÉRAL RÉNOVATION
R.B.Q.: 8339-8636-56

URGENCE 24h

RÉSIDENTIEL • COMMERCIAL
Bardeaux d'asphalte • Membrane soudée
Imperméabilisation • Déneigement

3 rue de Mélezes
Ste-Brigitte de Laval
Québec, G0A 3K0

581-888-0832
www.toituresjd.com

10 raisons de choisir un Docteur en Chiropratique

Pour la chronique du mois, je partage avec vous une affiche réalisée dernièrement par l'Ordre des chiropraticiens du Québec avec un complément d'information.

1. Notre approche est préventive

Plus souvent qu'autrement, les stress de la vie quotidienne s'accumulent et un entretien de votre colonne vertébrale s'impose avant que de vrais problèmes se déclarent.

2. Nous obtenons notre doctorat après cinq ans d'université

Les docteurs en chiropratique reçoivent leur diplôme universitaire après avoir complété leur doctorat de premier cycle. Celui-ci lui donnant ainsi droit au diagnostic au même titre que les médecins, dentistes, optométristes, vétérinaires.

3. Notre approche est sécuritaire

La formation du chiropraticien lui permet de déterminer si la condition du patient requiert des soins chiropratiques. Cette approche permet de traiter de façon sécuritaire et de référer à un autre professionnel quand la situation le nécessite.

4. Nous sommes régis par l'Ordre des chiropraticiens du Québec

Le mandat d'un ordre professionnel est la protection du public. L'ordre s'assure que ses membres sont adéquatement formés, reçoivent de la formation continue et respectent leur code de déontologie.

5. Nous contribuons à la réduction des maladies professionnelles

Avec le programme Chiropraticien en entreprise, les chiropraticiens sont en mesure d'agir sur le terrain afin de diminuer la quantité de personnes atteintes par des conditions attribuables à leur travail.

6. Nous avons plusieurs approches et techniques pour optimiser votre santé

Plusieurs chiropraticiens se dotent de techniques complémentaires ce qui permet une diversité entre les professionnels.

7. Les sportifs, les femmes enceintes, les enfants peuvent nous consulter

Chaque étape de la vie peut avoir un impact sur la colonne vertébrale. Certaines périodes de la vie créent plus de vulnérabilité aux stress; il ne faut pas les négliger!

8. Nous sommes vos conseillers en saines habitudes de vie:

Le rôle du chiropraticien n'est pas seulement de vous soulager mais aussi de vous responsabiliser: ergonomie au travail, posture, exercices.

9. Nous traitons bien plus que les maux de dos

En fait, tout ce qui touche les muscles, les nerfs et les articulations et même plus : entorse, tunnel carpien,



migraine, maux de tête, tendinite, sciatique, blessures sportives,

10. Nos résultats sont appuyés par la science

À ce sujet, une partie du site de l'Ordre des chiropraticiens s'y consacre dans la section Grand public, sous l'onglet les bienfaits prouvés.

<http://ordredeschiropraticiens.qc.ca>

Dr Julien Aubé chiropraticien, DC

beau lieu
2010 LIMITÉ
agence immobilière

Richard Dubé
COURTIER IMMOBILIER

418.667.1011
gestionricharddube@videotron.ca

LES IMPRESSIONS Stampa

445, avenue Marconi Québec (Québec) G1N 4A7

418 681-0284
418 681-1178

www.stampa.ca
info@stampa.ca

Appareils électroménagers

F. Couillard
Réparations de toutes marques

418 661-7313

Installation de lave-vaisselle

YVES LEFEBVRE
ARPENTEUR-GÉOMÈTRE

25 ans d'expérience à Ste-Brigitte-de-Laval
Résidentiel et commercial
Certificat de localisation
Lotissement de terrain
Plan topographique (RCI)
Projet d'implantation, implantation
Copropropriété, projet de développement
Piquetage et bornage de terrains et terres

1975, rue Thomas Pope
Québec, [Québec]
G2A 1X1

Courriel : ylag@qc.aira.com
Téléphone : 418-847-6093
Télécopieur : 418-847-6240

Estimation gratuite

Monsieur Bricole

- électricité
- plomberie
- céramique
- gypse, joint, peinture
- construction, rénovation
- réparation, finition
- filage électrique remorque

Francis Racine
25, rue du Calvaire
Ste-Brigitte-de-Laval
Qc. G0A 3K0

Rés : 418 606-8036
Autre : 418 664-1549
Courriel : francis.racine@steris.com

PEINTURE MONTMORENCY INC.
ENTREPRENEUR PEINTRE

Résidentiel - Commercial - Institutionnel
RBQ8286-2665-41

JOCELYN GIASSON

841, ave Ste-Brigitte, Ste-Brigitte-de-Laval, G0A 3K0
Bur: 418 825-1058 * Cell : 418 808-1724 * Fax : 418 825-1857

Coiffure Marifée
12, des Opales
Ste-Brigitte-de-Laval

Marie-Ève Meilleur
Propriétaire coiffeuse

Horaire
Mardi : 16 h à 21 h
Mercredi : 9 h à 14 h
Jeudi : 13 h à 21 h
vendredi : 9 h à 18 h
Samedi : 8 h à 14 h

418 825-1779

près du garage mun. et du terrain de soccer

Prendre rendez-vous

Plomberie

Denis Lajeunesse

Résidentiel et Commercial
1259, Boul. Raymond
Québec (Québec) G1B 1K1
418 998-3446
compagnie: 91942086

Plus de 20 ans d'expérience

Les bouteilles de lait



Photo : Diane Clavet

Bouteilles de lait en verre :
pinte (40 oz), chopine (20 oz), demiard (10 oz),
roquille (5 oz) et crémlette (1 oz)
Collection : Diane Clavet

Le lait est depuis toujours un aliment essentiel à la santé. Au début de Sainte-Brigitte-de-Laval, plusieurs fermiers possédaient au moins une vache qui leur fournissait le lait, la crème et le beurre. D'autres plus chanceux en gardaient plus d'une et vendaient leurs produits laitiers à leur entourage. On utilisait alors toutes sortes de contenants : pichet, pot de confiture, cruche, seau, bidon, etc...

En 1926, le gouvernement libéral de Louis-Alexandre Taschereau, voulant réduire les épidémies et le taux de mortalité infantile, a rendu obligatoire la pasteurisation du lait. Cette opération consiste à chauffer et réfrigérer rapidement le lait pour en détruire les bactéries et en prolonger la conservation. Cette mesure a alors provoqué une restructuration de l'industrie; des coopératives se sont formées, le métier de laitier est né et les bouteilles de lait en verre sont apparues sur les tables du Québec. Parmi les différents formats de cette époque, on retrouvait la pinte (40 oz), la chopine (20 oz), le demiard (10 oz), la roquille (5 oz) et la crémlette (1 oz). La pinte et le demiard contenaient surtout du lait tandis que les autres, plus petits, étaient utilisés pour la crème. La crémlette se retrouvait surtout sur les tables des grands restaurants.

Le laitier de cette époque était le détaillant de la chaîne industrielle du lait qui commençait à la ferme, se continuait à la laiterie pour le traitement sanitaire et l'emouteillage pour finir sur le pas des portes des maisons, riches ou pauvres.

Vers la fin des années 40 avec l'ouverture des chemins en hiver, des laitiers ont commencé à circuler dans les rues de Sainte-Brigitte. Parmi eux, deux Lavallois pure laine : Raymond Brind'Amour et Jean-Paul Thomassin.

Du début des années 1950 jusqu'au milieu des années 1960, Raymond Brind'Amour a parcouru les rues de Sainte-Brigitte pour servir ses clients. Debout à 4 h du matin, il partait à la noirceur pour se rendre à la laiterie Laval située sur la 4^e Avenue, à Limoilou où il allait charger son camion. Il commençait sa «run» aux premières lueurs du jour.

Photo : Claude Tremblay
Raymonde Tremblay et
Raymond Brind'Amour

Beau temps, mauvais temps, il livrait son lait. À la fin de sa journée, il retournait à l'usine pour y décharger ses «vides», faire ses comptes puis rentrait à la maison.

Raymond a délaissé ce métier quelques années après le décès prématuré de son épouse Raymonde Tremblay et est allé s'installer dans la région de Montréal.

De 1965 à 1975, Jean-Paul Thomassin est devenu le laitier de la paroisse. Pour sa part, il distribuait les produits Cité dont l'usine était située sur le boulevard Hamel à Québec. Selon les souvenirs de son épouse Angèle Fortier, la journée de travail de Jean-Paul commençait à 5 h du matin. Il se rendait alors à l'usine faire le plein puis débutait le porte à porte dans Sainte-Brigitte ou Orsainville jusqu'au soir. Il devait effectuer sa livraison rapidement car son camion n'était pas réfrigéré.

Jean-Paul travaillait 5 jours par semaine. Sa plus grosse journée était le samedi, jour de paye. Certains de ses clients avaient l'habitude de

Photo : Angèle Fortier
Jean-Paul Thomassin au travailPhoto : Angèle Fortier
Jean-Paul Thomassin et Angèle Fortier

laisser l'argent nécessaire dans le fond d'une bouteille sur le bord de la porte. D'autres faisaient marquer et payaient une fois par semaine ou une fois par mois. Il lui est aussi arrivé de perdre de l'argent avec certains mauvais payeurs.

Les laitiers, comme Raymond Brind'Amour et Jean-Paul Thomassin qui parcouraient notre village, étaient les témoins privilégiés de la vie lavalloise. Ils étaient au courant de tout ; des événements heureux comme malheureux, des naissances, des mariages, des décès, des accidents, de l'arrivée d'un nouveau curé, des élections, etc... Bien souvent, c'étaient eux qui répandaient la nouvelle.

Aujourd'hui, la pinte de lait en verre est disparue, elle a laissé sa place au litre de carton. Les mesures anglaises ont été remplacées par le système métrique. Le prix du lait est passé de 8 cents la pinte en 1932 à 1,90 \$ le litre actuellement. La livraison du lait à domicile se fait de plus en plus rare. Les petites laiteries ont été achetées par les grandes multinationales. Mais malgré tous ces changements, à tous les samedis, dans les rues de Sainte-Brigitte on peut encore croiser un des rares laitiers qui fait du porte à porte pour livrer les produits laitiers Natrel.

Clinique
Chiropratique *Pubé*
418 951-5836

418 Ave Sainte-Brigitte, Sainte-Brigitte-de-Laval

Depuis 1975, nous réalisons des jardins de diverses inspirations, en utilisant des matériaux naturels.

Nous créons des lieux de vie.

PLAN D'EAU
FOYER EXTÉRIEUR
TRAVAUX DE PIERRE
AMÉNAGEMENT DE SPAS ET PISCINES
ÉCLAIRAGE DE JARDIN

LES JARDINS
DE VOS RÊVES

Tél. : 418 825-1081 ■ www.lesjardinsdevosreves.com



École Du Trivent



par Louise Côté

Semaine des Vétérans

Le 6 novembre dernier, en après-midi, les classes des 5^e et 6^e années étaient rassemblées dans le gymnase. Dans le cadre de la Semaine des Vétérans, tous les élèves assistaient à une rencontre avec Messieurs Sylvain Arbour, ancien combattant du 22^e régiment des Forces armées canadiennes et Jean-Marc Jennings, vétéran dans l'aviation des Forces armées canadiennes.

La Légion Royale canadienne a mis sur pied un programme pour promouvoir le Souvenir. M. Arbour donne des conférences dans les écoles pour en expliquer la signification aux jeunes sans pour autant en raconter toutes les horreurs vécues.

Guerre et mission de paix

Sylvain Arbour a raconté en des mots simples une journée de soldat en guerre et celle d'un soldat en mission de paix. En guerre, le stress continu des batailles et en mission de paix, toujours sur le qui-vive, espérant trouver un moyen, voire un minimum (ce qui était trop souvent le cas) pour aider hommes, femmes et enfants blessés, affamés, apeurés, en manque d'eau, d'électricité, à travers les fosses communes, etc. Dans les deux cas, l'horreur était omniprésente. Il fallait exercer tous les métiers, être capable de faire face à toutes sortes de situations et toujours avec le strict minimum de ressources. M. Arbour a parlé beaucoup de son expérience en Bosnie-Herzégovine.

Beau souvenir

La joie des enfants lorsque les soldats leur remettaient des bonbons et des toutous. C'était le paradis pour ces enfants dénués de tout.

Retour difficile

M. Arbour est revenu marqué par les visions et les épreuves qu'il a partagées avec ses compagnons d'armes. Il a même été tenu en respect avec le canon d'une arme sur la tempe pendant 20 minutes car on voulait lui prendre son camion de secours qu'il refusait de remettre. Il est revenu vivant mais avec une perte de masse de 85 livres et des cheveux noirs complètement blanchis pendant les 7 mois de sa mission... et avec des cauchemars quotidiens depuis 10 ans.



Photo: L.Côté
M. Sylvain Arbour, Mme Armelle Ginet, M. Jean-Marc Jennings

Le coquelicot

Pourquoi le coquelicot est-il devenu le symbole du Souvenir? Parce qu'on a remarqué la présence d'une multitude de petites fleurs rouges autour des tombes des soldats d'abord après les guerres napoléoniennes et ensuite sa réapparition au cours du 20^e siècle sur les sols de la France et de la Belgique, sols devenus riches en calcaire à cause des décombres de la Première Guerre mondiale. En 1921, le coquelicot est adopté comme symbole du Souvenir.

Aujourd'hui, la Campagne du coquelicot constitue un des programmes importants de la Légion royale canadienne pour amasser des fonds qui permettent d'offrir une aide financière aux anciens membres des forces et de leur procurer des services dont ils ont besoin.

Les 4 groupes d'écoliers, environ 90 jeunes ont passé l'après-midi dans le gymnase (sauf lors de la période de récréation). La plupart d'entre eux démontraient de l'intérêt et quelques-uns ont posé des questions appropriées. C'était en quelque sorte un cours pratique d'histoire. C'est à la suite des démarches de Armelle Ginet, intervenante à la MDJ de Ste-Brigitte que ce genre d'entretien a pu se tenir. N'oublions pas que les élèves de 6^e ont l'âge (11 ans) de s'inscrire à la Maison de jeunes, La Barak.

Collecte de sang le 15 novembre au Trivent de 14 h à 20 h

Des jeunes de 6^e année de l'école *Du Trivent* viendront apporter leur aide. Voir l'article de décembre prochain.

Donnez au fonds Typhon Haiyan

Annoncé comme le plus violent au monde cette année, le typhon Haiyan, baptisé Yolanda sur place, frappe actuellement de plein fouet les Philippines, en causant notamment des glissements de terrain et des inondations. Des personnes qui ont été privées d'abris après le séisme ayant secoué l'archipel à la mi-octobre comptent parmi les victimes.

La Croix-Rouge philippine est en état d'alerte depuis l'annonce de l'arrivée du typhon : elle a prépositionné des fournitures, participé à l'élaboration des plans d'évacuation en plus de mettre en garde les collectivités. Aujourd'hui, la Société nationale s'emploie à répondre aux besoins des victimes.



En tant que concitoyens et concitoyennes de Sainte-Brigitte-de-Laval, je vous invite à donner généreusement pour soutenir les personnes touchées par le typhon soit en faisant un don en ligne <http://www.croixrouge.ca/faites-un-don/faites-un-don-en-ligne/donnez-au-fonds-typhon-haiyan>, en vous présentant au bureau local de la Croix-Rouge ou en composant le numéro sans frais 1-800-418-1111. Les dons doivent porter la mention « Typhon Haiyan ». Les dons recueillis serviront à soutenir les opérations de la Croix-Rouge menées dans tous les pays ravagés par la tempête.

Merci pour votre générosité.



Pascal Mathieu,
directeur Financement Croix-Rouge canadienne
et résidant de Sainte-Brigitte-de-Laval



BILODEAU vous garantit le meilleur service Maintenant concessionnaire autorisé pour l'entretien de tous véhicules SAAB

- Service de 7h30 à 21h00 du lundi au vendredi
- On va chercher votre véhicule
- Plus de 15 voitures de courtoisie
- Tarif horaire : **99⁹⁵\$**

Propriétaire d'une SAAB, n'hésitez pas à nous visiter et profiter dorénavant du service complet pour votre voiture.

Patrice Lapointe
Directeur des opérations fixes



9641, boul. Ste-Anne, Ste-Anne-de-Beaupré
418 827-3773 1-800-663-3773
www.bilodeauautos.ca

Le rhume m'a attrapé

Comment limiter la contamination?

Nous avons tous déjà ressenti les symptômes d'un rhume : mal de gorge, congestion nasale, écoulement nasal, éternuements et toux. Les virus du rhume se répandent dans l'air ambiant sous forme de gouttelettes après qu'une personne infectée tousse, éternue ou tout simplement parle. Ils se transmettent également lorsque les gens touchent des objets sur lesquels le virus s'est déposé.

La première ligne de défense

La meilleure défense demeure la prévention! Plusieurs mesures d'hygiène très simples peuvent être appliquées pour réduire l'exposition aux virus et donc réduire le risque que toute la maisonnée ne soit touchée par le rhume. En fait, le lavage des mains fréquent, mais surtout correctement, demeure le meilleur moyen afin de limiter la propagation du virus. Les produits à base d'alcool représentent une solution possible, mais sont très asséchants pour les mains surtout lorsqu'ils sont utilisés à répétition et ne sont pas aussi efficaces que le lavage des mains contre certains microbes.

Se laver les mains souvent

On devrait donc se laver les mains fréquemment, tout particulièrement après s'être mouché ou avoir éternué, après avoir été en contact direct avec une personne enrhumée, après avoir essuyé le nez d'une

autre personne ou encore après avoir manipulé des objets à risque d'être contaminés. Tousser dans le pli du coude, voici un geste simple qui permet d'éviter de se contaminer les mains.

Jeter les mouchoirs salis à la poubelle.

De plus, il est bien important de toujours jeter les mouchoirs salis à la poubelle. Les mouchoirs jetables ont souvent tendance à être remis dans les poches plutôt que d'être jetés. Voilà une bien mauvaise habitude puisque les mains sont recontaminées chaque fois qu'elles sont remises dans leurs poches.

Des mesures efficaces

Enfin, si le rhume vous a attrapé, des mesures simples comme le repos, l'augmentation de votre consommation de liquides et l'humidification de l'air ambiant peuvent aider à surmonter votre rhume. La tendance est actuellement aux médicaments de vente libre «formule totale» qui combinent plusieurs ingrédients. Même si ce type de préparation peut vous sembler très pratique en agissant sur plusieurs symptômes, il est préférable de traiter vos symptômes un par un, avec le bon produit, à la dose et pour une durée qui conviennent.

Pour vous y retrouver, venez consulter Vanessa et Chantale, ce sera pour elles un grand plaisir de vous aider !

Vanessa Tremblay, pharmacienne

14 500 \$ remis à trois jeunes Beauportaises

C'est le lundi 28 octobre dernier que la Caisse Desjardins de Beauport a reçu trois de ses jeunes membres, boursières de la Fondation Desjardins, afin de procéder à une remise officielle des bourses totalisant 14 500 \$.

- Jennifer Hains a reçu une bourse d'études de 10 000 \$. Cette bourse provinciale lui a été attribuée dans la catégorie Bourse de relève en Santé Mentale pour la poursuite de ses études au doctorat en psychologie.

- Marie-Élyse Badeau a reçu une bourse d'études de 3 000 \$. Cette bourse régionale lui a été attribuée dans la catégorie Bourse d'études universitaires 2^e cycle, pour la poursuite de ses études en interprétation musicale au conservatoire.

- Catherine Hamel a reçu une bourse d'études de 1 500 \$. Cette bourse régionale lui a été attribuée dans la catégorie Bourse d'études universitaires 1^{er} cycle, pour la poursuite de ses études en génie de la construction à l'École de Technologie Supérieure.

Le conseil d'administration de la Caisse Desjardins de Beauport se joint au personnel et à tous les membres pour offrir leurs meilleurs vœux de succès aux trois jeunes lauréates et pour les féliciter de cette distinction.

Pour plus de renseignements, consultez le site internet de la Caisse : www.desjardins.com/caissedebeauport.

Épilation au laser

Rapide,
efficace,
sans douleur!



Maintenant disponible ici!

LIGHT SHEER DUET

Promotion automne

Demi-jambe à 149 \$ + tx/par séance
ou

Aines & aisselles à 89 \$ +tx/par séance

Salon Esthétique

salon
Jo Lem



- Pédicure spécialisé
- Traitement cellulite
- Soins visage et corps
- Soins énergétique Reiki
- Électrolyse
- Épilation à la cire
- Laser Duet sans douleur
- Hygiène de l'oreille

Mardi, mercredi et jeudi : 9 h à 20 h
Vendredi : 9 h à 17 h
Samedi : sur demande 9 h à 12 h

NOUVEAUTÉ : PRODUITS VIVESCENCE

Venez nous rencontrer
au 4, rue de la Fabrique

418 825-1072

Johanne Lemay

par Jocelyne Clavet



L' aloès, facile à cultiver



On appelle habituellement l'Aloe vera tout simplement aloès, mais il existe en fait quelque 500 autres espèces d'aloès. Pour le distinguer de ses cousins, on peut l'appeler aloès médicinal, aloès vrai, aloès amer ou Aloe vera, car le nom botanique est toujours le seul nom officiel de toute plante.

Une plante médicinale au long passé

L'aloès vrai est connu comme plante médicinale depuis longtemps. Aujourd'hui, il est cultivé un peu partout dans le monde, en plein air dans les pays tropicaux et subtropicaux et à l'intérieur dans les pays froids.

La sève est surtout réputée pour sa capacité à adoucir la douleur des brûlures, des écorchures, des coupures et d'autres blessures mineures. On dit aussi qu'elle aide à la cicatrisation. De plus, on trouve abondamment les dérivés d'aloès dans les produits de beauté.

Le reconnaître

L'aloès change passablement d'apparence en mûrissant. Les jeunes plants

poussent en éventail et sont de couleur vert pomme. Les feuilles sont presque tubulaires en coupe transversale, légèrement dentées et fortement couvertes de points blancs. Ils produisent une profusion de rejets.

Une plante plus mature poussera en rosette, prendra une couleur bleu-vert et perdra les taches blanches de sa jeunesse. Les feuilles seront plus fortement épineuses et seront concaves plutôt que tubulaires. Aussi, les plantes adultes donnent peu de rejets. La floraison est occasionnelle (aux deux ou trois ans environ) et peut survenir en toute saison.

Quand on coupe une feuille, on découvre une substance gélatineuse transparente et gluante. C'est cette sève qu'on applique sur les blessures.

Le cultiver

L'aloès préfère un emplacement ensoleillé, devant une fenêtre faisant face au sud ou à l'ouest, mais peut tolérer la mi-ombre aussi. On peut le placer à l'extérieur l'été, au soleil ou à la mi-ombre, si on l'y acclimate. Au Québec, le soleil

n'est pas assez fort pour l'endommager si on l'acclimate bien.

On peut empoter les jeunes plants dans des pots de plastique en utilisant un terreau pour plantes d'intérieur, mais souvent, l'aloès adulte est si lourd qu'un terreau pour cactus (à base de sable et donc plus pesant) et un pot de terre cuite pesant sont plus appropriés.

C'est une plante qui n'exige pas des arrosages très fréquents. Arrosez abondamment, mais seulement quand le terreau est bien sec. L'hiver, si on le place dans une pièce fraîche, il peut facilement passer trois ou quatre mois sans la moindre goutte d'eau.

Des fertilisations très diluées d'engrais tout usage, de mars à octobre, suffisent à rencontrer ses faibles besoins en engrais. Il tolère l'air sec de nos maisons en hiver et toute la gamme des températures d'intérieur, tant qu'on ne l'expose pas au gel. On le multiplie en divisant la plante mère, en se rappelant qu'il vaut mieux le faire quand la plante est jeune, car les adultes produisent peu de rejets.

La croissance de l'aloès est très lente mais il vit longtemps: facilement 20 à 40 ans, voire plus. De surcroît, il est peu sujet aux insectes. L'aloès est donc vraiment une plante d'intérieur pour les nuls!

La récolte

Les feuilles se récoltent en toute saison. Il suffit d'arracher une feuille à la base de la rosette et de l'ouvrir pour atteindre la sève qu'on badigeonne alors sur la peau. Sur les plantes adultes, dont les feuilles nettement plus grosses contiennent beaucoup trop de sève pour un seul traitement, il est souvent plus facile de récolter la feuille peu à peu, prélevant 2 à 3 cm à la fois en partant de l'extrémité.

La prochaine fois que vous vous rendez en jardinerie, demandez-leur s'ils ont des aloès médicinaux. C'est une plante qui mérite un espace dans toutes les demeures!

Source: Larry Hodgson



Centre dentaire Blanchette et Associés inc.

- Approche personnalisée et humaine dans une ambiance détendue
- Accueil sécurisant et adapté pour les enfants
- Services dentaires hautement technologiques avec dentiste multidisciplinaire
- Service de prothèses dentaires

900, boulevard Raymond, Beauport
Situé en haut de Pharmaprix (complexe Racine)
Service d'ascenseur



Dre Marie-Josée Blanchette
Chirurgienne-dentiste

Notre désir... Votre sourire!

418 663-3333 | centredentaireblanchette.ca

Comment soigner l'ongle incarné

L'ongle incarné se manifeste comme une douleur sur le côté de l'ongle, souvent accompagnée d'une rougeur et inflammation légère. La douleur est exacerbée par les chaussures étroites et la pression directe. Peu à peu, une infection pourrait se développer si l'ongle incarné n'est pas traité.

À ce stade, on remarque une rougeur plus importante et un écoulement. On me rapporte souvent que la simple pression des draps la nuit peut reproduire les symptômes.

L'ongle incarné est causé par une mauvaise coupe des ongles ou le port de chaussures inadaptées. Certains facteurs héréditaires pourraient également entrer en ligne de compte. Les personnes ayant les ongles épais ou incurvés sont plus à risque.

Pour prévenir l'ongle incarné, nous recommandons de couper les ongles droits, c'est-à-dire de ne pas arrondir les coins. Il est nécessaire de porter des chaussures confortables qui ne compriment pas le devant du pied. Les personnes à risque, comme les diabétiques, devraient faire examiner leurs pieds 2 fois par année.

Le traitement de l'ongle incarné consiste à faire tremper les pieds chaque jour pendant 15 minutes dans un mélange d'eau et de sel (2 c. soupe de sel pour 1 gallon d'eau). Appliquer de l'onguent antibiotique tel que du Polysporin.

La consultation médicale est de mise lorsque ces traitements n'ont pas fonctionné après quelques jours et que l'inflammation persiste, ou s'il y a présence d'infection.

Le podiatre peut procéder à la coupe de l'ongle pour retirer la portion qui s'incarne dans la peau. Si nécessaire, une petite chirurgie sous anesthésie locale peut vous être proposée. Dans le cas de récurrence, votre podiatre peut procéder à une chirurgie qui règle le problème de façon permanente. Celle-ci consiste à retirer la partie de l'ongle qui est incurvée et brûler la racine qui y est associée afin de régler le problème de façon définitive.



À noter que les personnes diabétiques sont plus à risque de subir les complications dues à l'ongle incarné : les infections sont plus probables en raison de leur mauvaise circulation et la diminution de la sensation. C'est pourquoi nous recommandons à ces personnes de consulter dès l'apparition de douleur.

Coralie Émond, podiatre

SUDOKU

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

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

Ébénisterie

- armoires de cuisine
- vanités de salle de bain
- mobilier intégré
- meubles sur mesure



Guillaume Fortier
24, Du Domaine • Ste-Brigitte-de-Laval
Téléphone : 418 825-1093 • Télécopie : 418 825-1092



Me Chantale Bourget
Notaire et Conseiller juridique

415, ave Ste-Brigitte
Ste-Brigitte-de-Laval **Tél: 418 825-2132**

CARROSSIER C. CLAVET

Conrad Clavet
propriétaire

397, ave Ste-Brigitte
Ste-Brigitte-de-Laval
Québec G0A 3K0



Tél. : 418 825-1161 Fax. : 418 825-1594

EXCAVATION MARIO VALLÉE ENR.

- Excavation • Démolition
- Nivelage • Essouchage
- Fosse septique • Champ d'épuration
- Déneigement • Transport (gravier, sable, terre, remplissage)




70, rue de la Promenade, Ste-Brigitte-de-Laval
418 825-2011

Sablère M.J. Vallée enr.

Tamisage
Concassage
Pierre de granit
Sable • Pierre • Gravier




Coiffure Filante enr.

418 825-3877

Stéphanie Lagacé

Hommes
Femmes

Sur rendez-vous 19 rue Labranche
Au début du secteur nord de Ste-Brigitte

ateliers d'arts

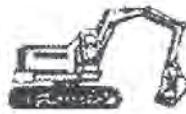
CHRISTINE BARRAS

Créations de meubles d'appoint et d'objets décoratifs
Restauration, décapage et réparation de meubles
Création et intégration de vitrail (mobilier ou lampe)
Peinture sur bois

3 rue St-Émile, Ste-Brigitte-de-Laval, Qc. G0A 3K0
T: 418 825-4177 F: 418 825-4177
cbarras@ccapcable.com



Les Entreprises GASTON CLAVET inc.




Pelle - Bulldozer - Pépine - Camions
Souffleuse - Excavation - Terrassement
Transport de sable - Gravier - Concassé
Terre noire - Fosse septique - Déneigement
Marteau hydraulique - Minipelle (location)
Réparation de pompe de puits artésien

Gaston Clavet, propriétaire

**Tél: 418 825-2391
Cell: 418 563-0922**

Cour: entreprise_clavet@ccapcable.com
102, Auclair, Ste-Brigitte-de-Laval, Qc, G0A 3K0

Petites annonces

Tombée le 4 décembre 2013
alinefortier@hotmail.com
Tél: 418 825-1182

Démarrateurs à distance - Pare-brise usagers. Installés si désiré.

825-1653

Cabane à chien, 40 \$ - Auvent complet 12,5 pi. 150 \$ - Set cuisine érable avec 2 panneaux, 150 \$.

825-1117

Set cuisine acajou fini noyer, table haute 42 x 42 po. avec 4 chaises hautes. Valeur 600 \$ pour 165 \$.

825-4233

Set d'édredons 2 places, grand format, neufs.

621-7507

Terrain 43056 p.c.. S'adresser au 144, rue Auclair.

825-1502 ou 661-0978

Exerciseur-marcheur - Fauteuil auto-souleveur bourgogne - Ventilateur de plafond 5 pales - Bain de pieds.

825-2518

Robe chic turquoise et noire avec broche, XXSmall, portée une fois, Achetée à boutique Le Château.

825-1313

SERVICES

Réparation et mise au point de souffleuse pour l'hiver.

825-1653

Dame d'expérience offre ses services pour faire entretien ménager.

825-1406, Lynda

Dame honnête et fiable ferait entretien ménager.

934-8183

Aide aux devoirs, primaire, secondaire, mathématiques ou autres.

848-9672

Bachelière anglophone offre cours d'anglais personnalisés, jour ou soir. Reçus fournis

825-4106

Cours de piano à domicile, enfants et adultes. Tous styles. Prof. Benoit.

848-9672

À LOUER

Pour janvier-fév-mars 2014. Jumelé 2 ch. meublé, chauffé, déneigé. 985 \$/mois access. inclus. Pas d'animaux.

606-8328

GARDIENNES

Jeune fille de 15 ans, gardienne avertie, garderait les soirs et fins de semaine.

825-1653

Service de garde milieu familial: trois places pour enfants de 0 à 5 ans. Secteur golf Alpin. Reçus fournis.

825-5066

Jeune fille de 12 ans, gardienne avertie, garderait les fins de semaine.

948-5421, Laury-Ann

Jeune fille de 12 1/2 ans, gardienne avertie, demeurant sur la rue du Calvaire, garderait les fins de semaine.

825-1547 Marianne

Prenez bien note

Vous devez être membre du Lavalois pour y faire paraître vos petites annonces gratuitement. La carte de membre coûte 5 \$. Cependant, vous ne pouvez annoncer gratuitement un service pour lequel quelqu'un paie une pub dans notre journal. Vous pouvez vous procurer cette carte auprès des membres de notre équipe ou lorsque vous donnez votre annonce à la préposée.

Friperie C.S.V.P.

À l'approche des Fêtes, il est temps pour ceux et celles qui ont des difficultés financières de faire la demande pour votre panier de Noël.



Un petit rappel pour nos heures d'ouverture:

Les 7 et 21 novembre, 5 décembre et 16 janvier de 18 h 30 à 20 h 30 ou sur demande pour les cas urgents. Vous y trouverez entre autres, des vêtements pour toute la famille de belles robes de fillettes pour le temps des Fêtes, cassettes, dvd, cd de musique, jouets, livres, des bottes, souliers et plus. Nous sommes toujours situés au sous-sol de l'église.

Nous tenons à remercier l'équipe Wanita et tous les gens de Sainte-Brigitte pour la collecte de denrées le 26 octobre au Bonichoix. Nous avons reçu quatre gros voyages de VUS. Un très beau geste, merci.

Pour renseignements et paniers de Noël, n'hésitez pas à m'appeler.

Marie-Claude Servant
418 825-3609

Le Lavalois

Publication officielle à l'intention de la population de Sainte-Brigitte-de-Laval

Le Lavalois

C. P. 1020

Sainte-Brigitte-de-Laval, G0A 3K0

Tél. : 418 907-7172

Courriel : lelavalois@ccapcable.com

Web : www.lelavalois.com

L'équipe du Lavalois

CONSEIL D'ADMINISTRATION

Lucille Thomassin, présidente	948-2610
Jocelyne Clavet, v.-présidente	825-2648
Claude Gravel, secrét.-trésorier	948-5491
Louise Côté, assist.-trésorière	948-8947
Aline Fortier, directrice	825-1182
Diane Clavet, directrice	825-2502
J.-Frs Gerardin, directeur	948-8947

COLLABORATEURS

Marie-Andrée Renauld, montage
François Beaulieu, site web

Calendrier du Lavalois

2013-2014

Tombée	Sortie
04 décembre	13 décembre
08 janvier	17 janvier
26 février	07 mars
02 avril	11 avril
30 avril	09 mai
04 juin	13 juin
06 août	15 août
10 septembre	19 septembre
08 octobre	17 octobre
05 novembre	14 novembre
03 décembre	12 décembre

COLLABORATEURS



Le journal Le Lavalois reçoit l'appui du ministère de la Culture, des Communications et de la Condition féminine

La Lunetterie
BEAUPORT



- Forfait 2 paires
- Examen de la vue par optométriste

ACCORD D'6 mois sans intérêts

MARC CÔTÉ
opticien

418.666.2022
www.lunetteriebeauport.com

550, rue Cambronne
Québec QC G1E 6X1

Sébastien Vallée

Résidentiel Commercial
7 rue des Galets
Ste-Brigitte-de-Laval
Bur : 418 825-0071
Cell : 418 928-8325
maconneriemvr@live.ca
RBQ : 5620-7152-01

MAÇONNERIE MVR inc.
ENTREPRENEUR GÉNÉRAL



CONSULTANT THOMASSIN inc.
ENVIRONNEMENT

Yvon Thomassin ing.

138, rue Bernier Est
Québec (Québec)
G2M 1K5

Tél. : 418 849.4916 • Téléc. : 418 849.4941
Cell. : 418 520.0493
consultanthomassin@ccapcable.com

Excavation Dave Thomassin
SPÉCIALISTE EN DÉBOISEMENT



Rés : 418 825-3930 Bur : 418 825-2344
Cell. : 418 929-3930 Fax : 418 825-2754

francyvan@ccapcable.com
417, ave Ste-Brigitte
Ste-Brigitte-de-Laval, G0A 3K0

NON RÉ-

Déboisement - Excavation -
Terre noire tamisée
Aménagement de terrain -
Location machineries lourdes
Transport terre-sable-gravier

CCAP CABLE.COM
TÉLÉVISION ♦ TÉLÉPHONIE ♦ INTERNET

Choisir la CCAP

c'est avoir tous ses services
au même endroit!

NOUVEAU!

téléphonie mobile

La CCAP propose maintenant à ses membres un comptoir où se procurer un appareil de téléphonie mobile à même ses bureaux!

**Passez nous voir à la CCAP pour
connaître toutes les offres!**

Distributeur autorisé des produits de



Krystal Guay,
Québec (NDL)

Crédit photo: France Bouchard
francebphotos.com

PROMOTION 3 SERVICES

TÉLÉVISION
+ TÉLÉPHONIE
+ INTERNET

à partir de

74,95 \$

Pour plus de détails : www.ccapcable.com



@ccap câble
@icitele.ca

418.849.7125
www.ccapcable.com

20 860, boul. Henri-Bourassa

