



Le Lavallois

Le journal de Sainte-Brigitte-de-Laval

Bonne fête des Mères

*L'amour d'une mère est un trésor
aux innombrables joyaux,
un cadeau du ciel
tout simplement sans pareil.
Que l'amour, le bonheur et la joie
illuminent le coeur
de toutes les mamans
en cette belle journée.*



Le vendredi 9 mai à 20 h, en l'église de Sainte-Brigitte de Laval, la chorale L'Écho des Montagnes présentera son concert annuel à l'occasion de la fête des Mères. Un nouveau répertoire avec trames sonores saura sûrement vous plaire. Venez les entendre.

Entrée : 10 \$ par personne et 5 \$ /pour les 12 ans et moins



Daniel Pelletier, nouveau d.g. p. 3 - 4

Les jardins de vos rêves p. 6 - 7 - 21

Co-enseignement au préscolaire p. 20

Action Sentiers Lavallois p. 11

Mai 2014

Volume 32

Numéro 4

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 224 ave Ste-Brigitte

lun. au merc. : 9 h 30 à 18 h 30 samedi : 10 h à 16 h
jeudi et ven. : 9 h 30 à 21 h dimanche : 10 h à 16 h



Familiprix

Membre affilié

restaurant

le Lavallois

418 825-2969

Voir nos spéciaux
à l'intérieur p. 14



Clinique dentaire Sainte-Brigitte

418 606-8125

224 Ave Ste-Brigitte

lundi : 13 h à 18 h - mardi : 8 h à 20 h - vendredi : 8 h à 15 h 30



Dr Serge-Alexandre Bellavance
Chirurgien-dentiste

Dentisterie générale et esthétique - Orthodontie - Endodontie -
Chirurgie dentaire - Couronnes - Ponts - Urgences

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

Nouveau d.g.....	3-4
Inauguration du IGA.....	5
Défi Montréal-New-York.....	8
Lettre au président de R.-Canada.....	9
Mot à nos députés prov.....	10
Action sentiers Lavallois.....	11
Mot de Michelyne St-Laurent.....	11
Défi têtes rasées.....	12

Entrevue

Entrevue.....	6-7
---------------	-----

La vie de chez nous

Fermières.....	13
Nouveau service à la pharmacie.....	13
Matinées mères-enfants.....	13
10 ^e anniversaire de La Barak.....	14
Offres d'emploi.....	15
Bottin 2015-2016.....	16
Âge d'Or.....	18
Vente de fleurs.....	19
Lancement groupe d'affaires.....	19
Le Trivent.....	20
Les étoiles de la Jacques-Cartier.....	20
Friperie C.S.V.P.....	23

Chroniques et annonces

Chronique juridique.....	16
Horticulture.....	17
Chronique de massothérapie.....	21
Chronique podiatrique.....	22
Chronique chiropratique.....	22
Petites annonces.....	23

Élections provinciales 2014

par Jean-François Gerardin

Le 7 avril dernier, les dés sont jetés «alea jacta est» et, dès le début de la soirée, la nouvelle tombe: un gouvernement majoritaire du parti Libéral du Québec dirigé par M. Philippe Couillard, député élu de Roberval et 31^e premier ministre du Québec gouvernera notre province pour les 4 ou 5 prochaines années. Voilà pour ce premier constat.

Toutefois, l'objectif de ce texte post-électoral ne se veut pas une analyse des tenants et aboutissants de cette campagne à basse altitude. Je laisse ce soin aux spécialistes et aux journalistes chevronnés dont c'est le mandat.

De mon côté, je m'en tiendrai à une information pondérée et factuelle quant aux résultats qui intéressent notre comté de Montmorency tout en réservant mes commentaires à une femme qui nous a tant servi pendant 18 mois et à un homme qui reprend du service auprès de notre population après une courte pause.

Voici donc les résultats et quelques commentaires personnels pour remercier Mme Michelyne C. St-Laurent et vous présenter, ou re-présenter M. Raymond Bernier, un homme de terrain passionné et toujours présent. (Voir page 10)

Tableau des résultats du comté de Montmorency

NOMS	PARTIS	VOIX	%	MAJORITÉ
Raymond Bernier	Parti Libéral du Québec	17 113	40,42	2 790
Michelyne C. Saint-Laurent	C.A.Q.	14 323	33,83	
Michel Guimont	Parti Québécois	7 242	17,11	
J. Pierre Duchesneau	Québec Solidaire	1 981	4,68	
Adrien Pouliot	Parti Conservateur	1 015	2,40	
Marielle Parent	Parti Vert	407	0,96	
Jean Bouchard	Parti Option Nationale	255	0,60	
Total		42 336	100 %	

Taux de participation : 76,52 % (476 bulletins rejetés)



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



Daniel Pelletier, nouveau directeur général

par Jean-François Gerardin

Le 23 avril 2014, j'ai eu l'occasion et le plaisir de rencontrer M. Daniel Pelletier à sa résidence de Ste-Brigitte-de-Laval. J'étais curieux de connaître un peu mieux cet homme qui sera à la barre de notre ville à titre de directeur général, en remplacement de M. Serge Demers qui en assurait l'intérim depuis quelques mois, en lieu et place de M. Gaétan Bussièrès.

D'une entrevue à une autre, je demeure toujours étonné par la nature différente des contacts que les occasions m'ont permis de nouer. Je suis toujours touché par l'humanisme et l'authenticité de toutes les personnes qui m'ont accordé leur attention et leur écoute depuis plus de 10 ans.

Une personne de rencontre

Ma rencontre avec M. Daniel Pelletier n'a pas fait exception à cet égard. J'ai découvert très vite qu'il partageait avec moi la conviction que «*nous sommes, d'abord et avant tout, des personnes de rencontre*».

Très vite, en effet, au-delà du fait que je venais interviewer le d.g. de notre ville, à quelques jours de son début de mandat, j'ai été «*accroché*» par son humanisme et son ouverture. À ce sujet, j'ai retenu, parmi les remarques dont il émaillait son propos pendant l'entrevue, la courte phrase suivante: «*Je n'éprouve pas de difficulté à communiquer avec les autres. Je n'ai pas 28 cassettes. Je n'en ai qu'une...*»

M. Daniel Pelletier

Natif de Shawinigan, notre nouveau d.g. y a vu le jour en 1963 et a partagé son enfance, son adolescence et ses études secondaires entre sa ville d'origine et celle de La Tuque.

Avant d'entreprendre ses études universitaires, M. Pelletier a opté pour une formation collégiale au Collège militaire royal de St-Jean en raison de conditions monétaires intéressantes et de la qualité reconnue de la formation offerte. Cependant, au bout d'un an, il a préféré se diriger vers le cégep de Shawinigan en administration et par la suite à l'Université du Québec à Trois-Rivières afin d'entreprendre une spécialisation qui le conduisit, de 1983 à 1986, à un bac en administration des affaires, option comptabilité. À l'issue de ces 4 années et après une formation de préparation (licence),



Daniel Pelletier devant une de ses oeuvres

Photo: Daniel Pelletier

cegep. Quant à Maxime, 20 ans, il a débuté un DEC en informatique et s'apprête à partir vers Vancouver pour découvrir l'Ouest avant de fixer ses choix. «*Les voyages forment la jeunesse*» me rappelle Daniel Pelletier dans un sourire convenu.

De Beauport à Ste-Brigitte-de-Laval

La famille résidait (près du Lac Poulin) à Beauport, avant de venir s'installer à Ste-Brigitte depuis un peu plus de 2 ans. Quittant une nature généreuse et un milieu de vie intéressant, elle est venue «*tâter l'air et les attributs de notre environnement lavallois*» pour s'y fixer. Comme le mentionne gaiement mon interlocuteur: «*On s'est fait avoir... on aime bien ça*».

Il convient de dire, à cet égard, que notre nouveau directeur général est enchanté de vivre au milieu des citoyens qu'il a choisi de servir et tout aussi content d'avoir si peu de route à parcourir pour se rendre à son travail.

il a écrit et réussi ses examens d'entrée à l'Ordre des Comptables agréés du Québec.

Puis, ce fut un stage obligatoire de 2 ans, à titre de comptable agréé chez la firme Raymond Chabot, Marton Paré aujourd'hui Raymond Chabot Grant Thornton où il travailla pendant 14 ans. Après un passage d'une dizaine d'années dans diverses entreprises, il fit son entrée dans la fonction publique provinciale à l'automne 2010.

En poste à la SAAQ depuis trois ans, il a oeuvré, au cours de la dernière année à titre de directeur de la conformité en gestion contractuelle jusqu'à aujourd'hui, avant de prendre la direction de notre ville à l'échelon le plus élevé.

Famille

M. Daniel Pelletier est marié à Josée Lessard. Son épouse, tout comme lui, est comptable professionnelle agréée et compte déjà 24 ans dans la Fonction publique au Contrôleur des Finances du Québec.

Ils ont deux grands jeunes hommes: Jean-François, 18 ans, gaillard bien bâti, à la poigne ferme, joueur de tennis et golfeur à l'occasion avec son père, étudiant au

Le professionnel et l'homme

Mon interlocuteur termine présentement son mandat à la SAAQ. Ainsi, les appels d'offres, les contrats de gré à gré et les commissions parlementaires qui en relèvent n'ont plus de secrets pour lui.

Lui qui me dit vouloir être «*au service des citoyens de Ste-Brigitte et un ambassadeur de sa Ville pour la faire rayonner*», était responsable d'une enveloppe de 125 000 000 \$ en contrats à la SAAQ. Son expérience de 14 ans au sein d'une firme comptable lui a permis de développer une expertise avec le milieu (Ste-Foy, avec Mme Boucher, Boischatel, Vanier, etc.) en tant que vérificateur: une expérience non négligeable dans sa nouvelle tâche de d.g.

Celui qui se plaît à dire qu'il est en quelque sorte le «*chef d'orchestre*» de notre ville mise sur la notion d'ÉQUIPE au sens le plus noble et le plus fort de cette appellation.

Il tient avant tout à rencontrer les fonctionnaires qui oeuvrent sur le terrain, à les écouter, à comprendre les modus vivendi et les modus operandi qui caractérisent leurs actions. Il veut connaître la perception de toute l'équipe avec laquelle le voilà appelé à travailler.

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

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

LES IMPRESSIONS
Stampa

445, avenue Marconi
 Québec (Québec) G1N 4A7

☎ 418 681-0284
 ☎ 418 681-1178

www.stampa.ca
 info@stampa.ca

Daniel Pelletier (suite)



Celui qui se distingue par sa propension à servir des causes sociales dans sa vie citoyenne (Club Kinsman, Maison d'accueil Marie-Rollet, Fondation de l'Externat St-Coeur-de-Marie, etc.), se réjouit aujourd'hui de pouvoir assumer sa mission sociale qui lui est chère en gagnant sa vie chez nous en même temps à titre de d.g.

Homme curieux de tout, dédié à la vie communautaire, il parle de développe-

ment diversifié et durable où les jeunes feront partie intégrale de l'équation.

Il veut être près des contribuables qu'il s'apprête à servir et se dit prêt à cette mission. Selon moi, son passé et son propos cautionnent cette promesse.

Personne de terrain, il ne se voit pas confiné dans son bureau et obnubilé par les papiers. Il connaît la barrière du pouvoir et les effets néfastes de cette dernière quand l'autorité qui en résulte est irrationnelle et donc non respectable.

Celui dont la porte demeurerait toujours ouverte quand il travaillait à la SAAQ se dit également disponible de la même façon et présent à toute la communauté. Sa capacité d'adaptation n'a d'égale que sa volonté de déléguer et de s'entourer de bonnes volontés.

Un homme de passion

Depuis 7 ans, Daniel Pelletier a plongé dans l'ébénisterie. Un des premiers clients de *Artebois* où Éric Thériault, citoyen et artiste de Ste-Brigitte, guide des amoureux du bois et des artisans. Il a attrapé la piqure pour cet art qui exige rigueur, ha-

bileté, patience et connaissance pointues. À cet égard, c'est à travers cette passion qu'une bonne partie de l'entretien a porté. Et c'est à travers ses réalisations et son manifeste bonheur de m'en parler que j'ai pu jauger de la force et de l'envergure de ce professionnel. Sans cette patience, entre autres, à laquelle il consacre beaucoup de temps et une grande minutie, il assure qu'il lui manquerait « *une nourriture et un ressourcement essentiel à son équilibre* ».

Ainsi, son garage est devenu son royaume où il règne avec ses outils et ses projets. Sa chambre est meublée par ses réalisations et, un peu partout, table, chaises, banc de «quêteux», armoires témoignent de sa grande habileté, de son souci du détail et du travail bien fait. Toutes ces attitudes ne peuvent que cautionner sa discipline à titre de gestionnaire voué à sa ville.

Tout comme son épouse, il touche aussi à la peinture et s'informe du *Laval'Art* et de sa vocation dont il apprend l'ouverture et la polyvalence. Qui sait, verrons-nous certains de ses meubles à cette prochaine exposition?

Valeurs

Dans ce monde actuel aux tendances lourdes en matière de collusion, de corruption et d'atteintes sévères à l'éthique, l'intégrité et à la démocratie, il tient à souligner sa volonté ferme et arrêtée de miser sur une relation de confiance et de redonner aux gens le goût de leur ville. Il ne tient pas à un climat de méfiance qui empoisonne l'essor.

Sélection au poste de d.g.

Avec quelque 60 postulants pour ce poste, M. Pelletier me confie qu'il a apprécié la qualité et la rigueur dont a fait preuve le comité chargé de la sélection (Mme la mairesse et 2 élus). Ce fut une belle expérience enrichissante et exigeante. Il était prêt, outillé et documenté pour cette tâche dont le contenu exhaus-

tif en ferait sourciller plus d'un. Pour avoir pris connaissance de toutes les responsabilités que doit assumer un d.g., je tiens à vous dire que ce poste n'est pas une sinécure et qu'il n'est pas à la portée du premier venu.

En terminant, je tiens à citer à nouveau ces paroles de Mme Daniele: «*Je suis très contente de cette nomination !*» a-t-elle lancé à l'issue de la réunion publique du conseil municipal du 14 avril dernier. Et d'ajouter «*M. Pelletier a de très belles qualités humaines et il a une très belle vision du rôle de directeur général et de ce que devrait être Ste-Brigitte dans l'avenir. À la toute fin du processus, c'est d'ailleurs quand il a présenté aux membres du conseil municipal sa vision sur ces deux points qu'il m'a convaincue qu'il était le bon choix*».

«*Le salaire de M. Pelletier devrait se situer à 95 000 \$ au regard du salaire qu'il commandait à la SAAQ et au vu de celui qui prévaut dans des municipalités comparables pour le même poste*».

Monsieur Serge Demers

M. Pelletier n'a eu que de bons mots à l'endroit de M. Serge Demers qui a accepté, au pied levé, d'assumer l'intérim à titre de d.g. depuis janvier dernier. M. Demers a assuré et rassuré M. Pelletier au regard d'une transition efficace et harmonieuse lors de son entrée en fonction, le 12 mai.

Merci à M. Serge Demers pour ces semaines de transition et le dévouement qui allait de pair.

Bienvenue à M. Daniel Pelletier et que sa présence parmi nous apporte une réciproque satisfaction.



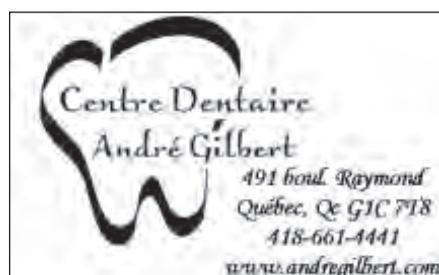
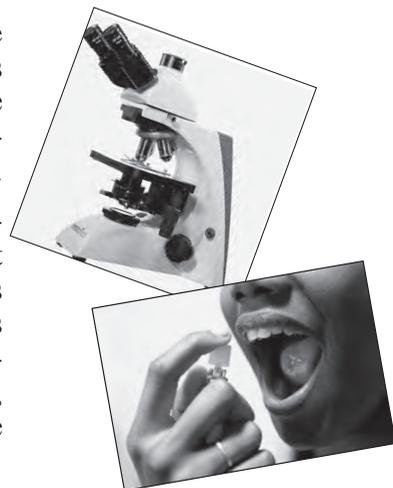
Traitement de la mauvaise haleine

Pourquoi ne pas traiter directement les causes du mal au lieu de camoufler les symptômes?

Une multitude de produits sont vendus sur le marché pour masquer la mauvaise haleine. Les personnes affligées par la mauvaise haleine persistante ou halitose chronique en ont généralement fait un usage excessif, sans résultats.

Consulter un dentiste formé à l'approche microbiologique de diagnostic et de traitement de l'halitose constitue une démarche très importante qui permet de cerner les sources de la mauvaise odeur et d'effectuer un dépistage adéquat. L'halitose est un problème réel, susceptible de causer des ravages dans la vie des personnes atteintes.

En parler et diffuser cette information peut rendre un service inestimable à quelqu'un qui vous est cher. N'hésitez pas car il est maintenant possible de soigner et de guérir la mauvaise haleine chronique. Contacter-nous pour de plus amples informations



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

REMERCIEMENTS

Nous tenons à remercier tous ceux qui nous ont témoigné des marques de sympathie lors du décès de notre mère soit par cartes, fleurs, messes, courriels, dons ou assistance aux funérailles. Veuillez considérer ces remerciements comme vous étant adressés personnellement.

*Les membres de la famille de
Simonne Thomassin Giroux*



Inauguration du nouveau magasin IGA

par Jean-François Gerardin

Le 17 avril 2014, le Supermarché IGA Famille Rousseau ouvrait ses portes au 339, avenue Sainte-Brigitte. De nombreux Lavallois se sont présentés à cette inauguration et ont profité de l'occasion pour connaître les produits offerts. Ils ont trouvé «Une épicerie variée et complète pour les résidents, un IGA Écoresponsable», tel que mentionné dans le communiqué de presse.

C'était pour M. Raymond Bernier sa 1^{ère} visite officielle à Ste-Brigitte-de-Laval en tant que nouveau député élu. La mairesse, Mme Wanita Daniele assistait également à cet événement.

Il m'est venu à l'idée qu'il serait intéressant, pour le bénéfice de nos lecteurs du Lavallois, de présenter quelques données spécifiques sur cette entité commerciale que constituent les IGA qui se comptent par milliers sur notre planète, particulièrement aux États-Unis où ils prirent racines et au Canada.

Il me semble, en effet, qu'il est bien d'en connaître davantage à propos de ce regroupement d'épiciers indépendants au Canada et de ses origines québécoises qui remontent en 1953. Ainsi, plusieurs d'entre vous qui franchissez les portes d'un IGA comme le nôtre n'étiez pas nés à cette époque. Et puis, nous sommes appelés de plus en plus à nous comporter en consommateurs avertis plutôt qu'à céder à des pulsions compulsives qui conduisent trop facilement à acheter sans réfléchir et parfois sans réel besoin.

Qu'est-ce qu'un IGA?

Cet acronyme, en bon français un sigle, signifie en langue anglaise «The Independent Grocers Alliance». En Ontario, aujourd'hui, cette appellation a été changée pour Foodland même si les produits offerts sont identiques à ceux des commerces IGA. En langue française, cette Alliance peut se traduire par Groupement des Épiciers Indépendants. Il s'agit donc d'une chaîne internationale de magasins d'alimentation présentant des caractéristiques intéressantes aux plans de l'engagement social dans leur milieu et du souci toujours plus concret de souscrire à des habitudes écologiques pour un développement plus durable.

Les IGA sont «nés» aux États-Unis, en 1926. Le siège social de cette chaîne est situé à Chicago et son p.d.g. est M. Mark Batenic. Comme je le mentionnais plus tôt, les milliers de commerces de cette chaîne se retrouvent un peu partout dans le monde, à l'instar des autres regroupements de restauration rapide par exemple. Ainsi, on retrouve ce regroupement dans 46 états américains, dans 30 pays et au sein de 5000 villes de notre planète.

Au Québec

La bannière IGA est présente au Québec depuis 1953 et compte plus de 270 marchands indépendants. À cet



M. Denis Rousseau vient de couper le ruban

Photo: Audrey Beaulieu

égard, M. Denis Rousseau, propriétaire du nouveau IGA de Sainte-Brigitte-de-Laval, est également patron de celui de Lac-Beauport.

Les grandes causes de IGA

Voici quelques missions qui, au Québec, font foi de l'implication sociale des commerçants indépendants IGA.

1. La Fondation de l'Institut de Cardiologie de Montréal recueille ce fameux 2 dollars sous le logo en forme de cœur. À titre d'exemple, du au 26 février 2014, cette «quête» effectuée dans tous les IGA de la province, a permis de recueillir 380 000\$ au profit de cette Fondation.



2. Les Mini-tours IGA, Charles Bruneau, dont l'édition 2013 a permis d'amasser 440 000 \$ pour la Fondation du Centre de Cancérologie Charles Bruneau.

Ajoutons à ces sommes importantes la contribution des bannières Sobey's qui s'est chiffrée à 615 000 \$ pour la même Fondation.

Initiatives environnementales

1. On doit à IGA Le Fonds ÉCO IGA, géré par l'organisme Jour de la Terre Québec, plus de 700 projets partout au Québec. Créé en 2008, ce fonds se veut un levier du développement durable pour les collectivités québécoises. À ce jour, il a permis de financer plus de 700 projets partout à travers la province. Cette année, un 7^e million de dollars sera octroyé pour la réalisation de diverses initiatives visant la conservation, la protection et la valorisation de l'environnement de façon durable.

2. Barils d'eau de pluie

Déjà, plus de 36 000 barils de récupération d'eau de pluie ont été mis à la disposition des gens réduisant ainsi la consommation d'eau potable en permettant de réutiliser cette eau pour divers travaux ne nécessitant pas d'eau potable et offrant à ces barils de 200 litres, (servant aux olives), une 2^e utilité.

3. De plus, un programme appelé *Zin Zen*, arrimé au *Jour de la Terre*, a alloué 100 000 \$ pour la revitalisation d'un espace oublié à Nicolet. Cette initiative s'est traduite par un aménagement créatif alliant arts, architecture et nature. L'inauguration de ce site aura lieu cet été.

Souhaits

En terminant, je souhaite que nous poursuivions nos efforts pour une consommation soucieuse d'éthique et d'équité et que M. Rousseau et son équipe d'une cinquantaine d'employé(e)s connaissent le succès.

Si vous tenez à rejoindre la direction à propos de votre nouveau magasin d'alimentation, voici deux coordonnées:

Denis Rousseau,
IGA supermarché SBDL :
418 825-3282

Laurie Fossat, Sobey's Québec
courriel : laurie.fossat@sobey's
514 324-1010, poste 2158



 **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
consultantthomassin@ccapcable.com

 **Plomberie Denis Lajeunesse**

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

Plus de 20 ans d'expérience

 **Clermont Vallée**
Président

Tél : 418.825.2922
pee@pee.ca

 **DEEQ**
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

Les Jardins de vos Rêves

Avant de vous présenter mes interlocuteurs et de vous entretenir de leur profession verte et écologique, il convient que je débute ce texte en parlant des racines d'Ancolie et de Saule Séguin.

Pierre Séguin et Sonia Mondor sont des globe-trotteurs et, à leur propos, on peut lire ce qui suit sur leur site *Les Jardins de vos Rêves*: «Grands passionnés, voyageurs, artistes et créateurs de jardins depuis 1975, Sonia Mondor et Pierre Séguin (parents d'Ancolie et de Saule) vous invitent à venir partager leur univers. Un jardin rempli de magie, de sacré, un lieu de contemplation. Un métissage des cultures. Un pont entre l'Orient et l'Occident».

J'ai pu m'entretenir avec Pierre Séguin au téléphone. Ce résidant de Saint-Ferdinand a bien voulu me parler de sa passion, passion partagée par son épouse, pour un développement durable nourri par une vision créatrice et caractérisée par des réalisations inédites sur le plan environnemental. J'ai compris alors que leurs enfants, résidents de Sainte-Brigitte-de-Laval, avaient de qui tenir en terme d'aménagement extérieur branché sur une vision globale, un souci de l'environnement considéré dans sa biodiversité et une utilisation judicieuse et réfléchie de matériaux naturels.

Tout petits, les parents ont trimbalé leurs enfants pendant la saison hivernale un peu partout sur la planète. À chacun des voyages, pendant quelques mois, Ancolie et Saule suivaient leurs parents dans leurs pérégrinations annuelles et suivaient les cours que ces derniers leur offraient. Parmi les nombreuses destinations des Séguin-Mondor, l'Asie va exercer sur eux une influence majeure quant à leur façon de voir, de penser, de concevoir et de «rêver». Ainsi, l'Indonésie, le Laos, l'Inde, la Birmanie et le Japon les ont-ils marqués par leur unicité et leur singularité. On comprend la qualité de ces

immersions et leur impact sur leurs enfants, impact qui se révèle aujourd'hui dans leur choix d'une occupation professionnelle vouée à l'esthétisme, à une nature préservée et à des aménagements en osmose avec elle.

Ici, à Sainte-Brigitte

Passons maintenant à nos jardiniers de Sainte-Brigitte-de-Laval qui ont choisi de s'ancrer chez nous et de nous offrir leur expertise et leur passion pour aménager un endroit de rêve allant de pair avec votre résidence. Ces «jardiniers» ont choisi de conserver l'appellation choisie par leurs parents pour désigner leur entreprise. En 2006, ils ont donc inscrit, eux aussi, leur raison sociale sous l'appellation *Les Jardins de vos Rêves* comme l'avaient fait aussi leurs parents en 1975. Même nom, mais entité différente.



Coin de feu

Photo: Jardins de vos rêves

Un intérieur à leur image

Nous avons rencontré Saule, Ancolie et son conjoint Simon Paquet au domicile du couple, une maison et un intérieur à leur image. L'intérieur privilégie une grande fenestration qui ouvre ses embrasures à la lumière; la



Photo: Les jardins de vos rêves

Saule Séguin, Ancolie Séguin et Simon Paquet

structure du plafond est composée de poutres équarries qui viennent d'une ancienne bergerie, le plancher est fait de larges planches de pin embouvetées.

Un mobilier «fait maison» et d'autres meubles rapportés de voyages témoignent de leur attachement pour le bois. Non seulement le bois mais aussi la pierre, car ces «architectes designers» jouent respectueusement avec la nature en accord avec ses caractéristiques et la noblesse de ses matériaux d'origine: pierres naturelles, bois, espèces végétales du milieu, vivaces en particulier et aménagement en osmose avec l'environnement.

Ainsi, ces «architectes» de l'aménagement extérieur, ces «jardiniers» dédiés au beau, au durable et à un design original se singularisent-ils par des réalisations qui privilégient l'utilisation pertinente des matériaux les plus naturels qui soient.

À partir de plans et devis, l'équipe propose des projets qui répondront à votre souci du beau, de l'original et du développement durable en harmonie avec votre résidence.

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

CCAP TV Votre TV locale!
Canaux 01 & 601
www.ccap.tv
f v

Vous d'été
En ondes
dès le 1^{er} juillet
Surveillez notre page Facebook pour connaître les événements visités par notre équipe cet été!

En collaboration avec
Desjardins
Caisse populaire de Charlesbourg



Photo: Jérôme Bourque

Une de leurs réalisations à Sainte-Brigitte

À cet égard, comme le mentionnait la journaliste du Soleil, Sophie Gall, dans le titre de son article du 7 avril 2012: «Au jardin, ne chassez pas la nature».

Ouste, dehors l'hiver...

La neige n'est pas éternelle... même cette année où les embellies se font tirer l'oreille et le temps n'est pas loin pour réaliser un «rêve» que vous caressez.

Un projet qui irait dans le sens de cette préoccupation d'une Sainte-Brigitte-de-Laval qui se démarque et se transforme en «chantier intelligent» pour le plus grand bonheur et la plus grande fierté des Lavallois(e)s. VOUS...

- Vous voulez le jardin de vos rêves;
- Vous désirez tirer parti de la nature qui vous entoure;
- Vous souhaitez respecter votre environnement im-

- médiat sans en affecter l'intégrité et la biodiversité;
- Vous songez à la durabilité, à la vision holistique et à l'action ponctuelle qui en découle;
- Vous tenez à «vivre» en harmonie avec cette Nature qui vous est prêtée et qui englobe votre bulle de vie;
- Vous entretenez secrètement le souci d'intégrer votre habitation au sein de son environnement d'origine;
- VOUS...



Photo: Jérôme Bourque

Vase débordant

Une réponse existe

Une réponse est déjà à votre disposition, une solution vous est dès lors accessible.

En effet, une formule gagnante et éprouvée s'applique à Sainte-Brigitte-de-Laval tout comme elle est pratiquée à Saint-Ferdinand, berceau des «jardiniers» installés chez nous depuis 8 et 12 ans.



Photo: Jardins de vos rêves

Une autre réalisation

Un «modus operandi», c'est-à-dire, une façon de faire unique où les concepteurs et les réalisateurs prennent en compte leur impact sur l'environnement, «cette empreinte écologique» dont il est de plus en plus question chez les gens responsables qui comprennent l'importance de la pérennité de l'ensemble qu'ils aménagent, de la portée de son esthétisme et du bien-fondé de son intégration harmonieuse avec le décor ambiant. Font également partie de la réponse, le choix et la qualité des matériaux utilisés.

Si vous tenez à entamer une démarche auprès de l'équipe *Les Jardins de vos Rêves*, demandez une estimation et une rencontre avec Ancolie, Simon ou Saule.

Nous souhaitons à l'équipe de *Les Jardins de vos Rêves* qui, hormis nos trois hôtes lors de l'entrevue, compte 3 autres employés, une saison fructueuse avec une clientèle curieuse et partie prenante de cette différence qui les caractérise. suite p. 21



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





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





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

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

Un défi de taille attend Martine Lachance

Le 29 mai, elle réalisera pour ses 35 ans le Défi Montréal New York en jogging

Le défi Montréal New York, c'est 240 coureurs avec leurs entraîneurs, 150 bénévoles, 41 véhicules motorisés, 70 heures de course en équipe, 17 semaines d'entraînement mais surtout plus de 500 000 \$ de fonds d'amassé pour la fondation Esprit de Corps.

Martine Lachance, une jeune femme de chez nous, mère de deux enfants a décidé de se lancer dans cette grande aventure.

Comment cette belle histoire a-t-elle commencé?
L'été dernier j'ai rencontré une amie qui m'a parlé de ce projet «j'ai tellement tripé» que je me suis toute suite inscrite sur une liste d'attente. J'avais envie de relever ce défi sans trop savoir dans quoi je m'embarquais. J'ai eu de la chance car il y avait une équipe de la Beauce qui était incomplète, j'ai immédiatement sauté sur l'occasion. Notre équipe se compose de 9 femmes de la région de la Beauce et de Québec âgées entre 35 et 42 ans. Nous sommes depuis l'équipe du Feu Sacré/ VR 21.

En quoi consiste ce défi?

Le défi Montréal New York, c'est courir plus de 80 km en 72 heures en relais de 10 km. C'est également un programme de préparation unique qui nous permet de tisser des liens très forts entre tous les participants. Outre l'entraînement, il faut aussi réussir à bien s'alimenter entre les relais, à conduire à notre tour le VR et à dormir quand c'est le bon moment! Sinon, on est hypothéqué pour le prochain relais. Le défi est aussi de partir ensemble et d'arriver ensemble! Le but de cette course n'est pas d'être le premier mais plutôt de ne laisser per-

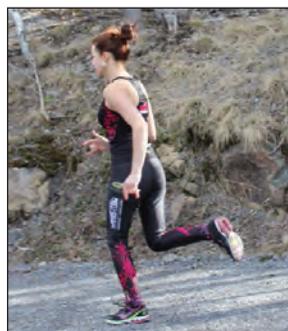
sonne derrière nous. C'est une expérience incroyablement enrichissante.

Mais qu'est ce qui te plaît tant dans ce projet ?

C'est tout ce défi!! Les entraînements de groupes qui sont rigoureux mais tellement énergisants, l'esprit d'équipe qu'on développe avec de pures inconnues, l'entraide qui devient une habitude entre nous et bien sûr, d'atteindre le défi final.

Quelle sorte d'entraînement, fais-tu?

Je m'entraîne depuis maintenant 4 mois à raison de 3 à 5 fois semaines. Oui, c'est tout un défi de courir mais il faut que je sois prête musculairement. Nous avons des entraînements personnalisés à chaque semaine. Ça prend une bonne discipline. Nos entraînements de groupe se font à Ste-Foy avec toutes les équipes de Québec. Ce sont des entraînements extérieurs qui sont faits l'hiver dans la neige, sous la pluie et dans la "gadoue".



As-tu des craintes face à ce grand défi?

Des craintes non! Je suis consciente qu'il risque d'y avoir des petits bobos qui vont sortir tout au long du défi et que je vais devoir vivre avec. Que ce soit des ampoules aux pieds, le manque de sommeil, la chaleur etc... Je suis optimiste puisqu'on nous a bien encadrées et préparées pour le défi final.



À quelle fondation apportez-vous votre aide?

À la fondation «Esprit de corps» qui vient en aide aux parents uniques. Grâce aux sommes amassées, la Fondation met sur pied différents défis. Ce qui permet à des familles monoparentales de gagner en confiance, en santé, en énergie, de resserrer leur cellule familiale et ainsi réaliser ensemble ce qu'ils croyaient impossible.

Que retires-tu de cette belle folie ?

Que c'est le plus beau cadeau que je pouvais m'offrir pour mes 35 ans. L'entraînement que je fais a un impact direct avec mon quotidien, je n'ai jamais été autant en forme qu'aujourd'hui. J'adore être une source d'inspiration pour mes enfants et leur démontrer qu'on peut relever des défis comme celui-ci. La fierté que je lis dans leurs yeux est inestimable. Le slogan de la fondation prend alors pour moi tout son sens:

+ *Loin* +*Fort Ensemble.*

Lucille Thomassin

TERRAINS DISPONIBLES: Sainte-Brigitte de Laval • Fossambault-sur-le-lac • Boischatel

CONSTRUCTION
RICHARD CHABOT

DÉVELOPPEMENT RÉSIDENTIEL
Boischatel
FAUBOURG DE LA RIVIÈRE FERRÉE

TERRAINS RÉSIDENTIELS
rue AUCLAIR
Sainte-Brigitte-de-Laval

DÉVELOPPEMENT RÉSIDENTIEL
Fossambault
SUR-LE-LAC

DÉVELOPPEMENT RÉSIDENTIEL
Sainte-Brigitte-de-Laval

V : VENDU

www.constructionrchabot.com 418 825-1954 • 418 808-0588 Suivez-nous sur

Lettre au président de Radio-Canada

Monsieur le président, nous sommes inquiets.

Vous nous connaissez très bien. Vous nous voyez et nous entendez tous les jours à la radio et la télévision publiques. Nous travaillons pour le service de l'information de Radio-Canada et nous en sommes extrêmement fiers.

Aujourd'hui, nous voulons que vous entendiez notre cri d'alarme sur les graves conséquences des dernières compressions budgétaires.

Depuis bientôt 80 ans, Radio-Canada, avec d'autres, tient à bout de bras la culture francophone en Amérique du Nord. Nous en sommes une artère vitale et lui permettons de s'épanouir dans une mer de près de 400 millions d'anglophones.

Radio-Canada a élevé très haut la barre de la qualité de l'information au pays. Les nombreux bulletins de nouvelles à la télé, à la radio ou sur Internet permettent à tous les Canadiens, d'un bout à l'autre du pays, d'avoir accès à une information fiable, complète et indépendante.

Comme artisans des services français, nous nous inquiétons de l'érosion des moyens mis à notre disposition pour assurer un service public de qualité. Compressions après compressions, Radio-Canada meurt à petit feu. Le constat est sans appel: depuis cinq ans, près de 30% du budget de l'information française a été amputé.

«La télévision d'ici est en train de devenir une affaire de commerce» disait Pierre Juneau, l'ancien président de

Radio-Canada, en 1999. Les compressions qui se succèdent posent la question de notre capacité à préserver la qualité de notre information. Cette information qui réclame de la profondeur et qui nous permet de respecter notre mandat de diffuseur public.

Au fil des ans, nous avons perfectionné et réinventé nos façons de faire pour devenir plus efficaces. Mais nous atteignons un point de rupture. Ces compressions ne se feront pas sans toucher à nos programmes et nos rendez-vous d'informations. C'est une atteinte directe à ce qui nous rend unique et nous distingue de la concurrence.

La couverture de l'information internationale, qui constituait l'une de nos forces et l'un des gages de notre ouverture au monde, est aujourd'hui menacée.

Le service des sports est en train de disparaître.

Les effectifs dédiés au secteur culturel sont largement amputés.

Depuis plusieurs années déjà, le service des nouvelles et ICI RDI composent avec un budget déclinant. Désormais, six émissions d'affaires publiques sont, elles aussi, en ligne de mire.

Une émission comme Enquête, sans laquelle la Commission Charbonneau n'aurait pas vu le jour, est l'un des exemples les plus probants de la contribution de Radio Canada à la santé démocratique de notre pays. Sans les moyens dont nous disposons, les révélations qui ont fait économiser des dizaines de millions de dollars auraient été impossibles. Les compressions affectent aussi

La facture, Découverte, La semaine verte, L'épicerie, Second regard, les émissions de la Première Chaîne et d'Espace Musique ainsi que les stations régionales.

On sacrifie aussi une génération complète de jeunes artisans et créateurs. Cette relève qu'on est en train de mettre à la porte est pourtant essentielle pour faire évoluer l'entreprise à l'heure du numérique.

Monsieur le président, Radio-Canada appartient à tous les Canadiens et nous vous demandons d'agir pour préserver ce service public que nous jugeons essentiel.

Michel C. Auger, Sébastien Bovet, Pierre Craig, Alain Crevier, Michel Désautels, Johane Despins, Anne-Marie Dussault, Gérald Fillion, Denis Gagné, Céline Galipeau, Alain Gravel, Emmanuelle Latraverse, Catherine Mercier, Pascale Nadeau, Patrice Roy, Charles Tisseyre, Marie-José Turcotte.

Les signataires sont des artisans de Radio-Canada préoccupés par l'effet des récentes compressions sur la qualité des émissions pour lesquelles ils travaillent. Ils ne représentent ni l'opinion de la direction, ni celle des syndicats de Radio-Canada mais plutôt un collectif d'employés qui ont choisi de s'exprimer sous le nom JE SUIS RADIO-CANADA. www.facebook.com/jesuis-radiocanada.



RADIO-CANADA

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

À nos députés provinciaux

par Jean-François Gerardin



Bienvenue monsieur Raymond Bernier

Pour celles et ceux qui ne résidaient pas dans notre municipalité le 9 décembre 2008 et les années qui ont suivi, je tiens d'emblée à vous indiquer une entrevue que j'ai eue avec M. Bernier et que vous pourrez retrouver dans les archives du *Lavalois*, édition de mai 2009.

J'ai relu ce texte écrit il y a cinq ans et il n'a pas pris une ride. Sa substance est toujours d'actualité et, selon ma connaissance de l'homme qui en fut l'objet, il est demeuré le même à l'égard de sa mission de politicien et de sa manière de la vivre.

L'entrevue s'intitulait *Monsieur...Raymond* et j'ouvrais mon propos avec cette phrase qu'il m'a dite alors: «...quelque chose de si intense, que c'est avec émotion que je redeviens votre député de Montmorency». Or, le contenu de cette entrevue a, selon moi, toujours la pertinence qu'elle eut en 2009.

À l'époque de cette rencontre, «*ce député de tout le monde* » comme il aimait se désigner me confiait «*qu'il aimait servir les gens, les avait à cœur; et tenait, avant tout, à bien les écouter*».

L'homme n'a pas changé, un homme de terrain reconnu par ses pairs et ses commettants, qui préfère la proximité de ces derniers à celle de ses collègues au Conseil des ministres sans que son chef ne sourcille un tant soit peu pour autant.

«*Demeurer soi-même*», en toutes circonstances fait partie de son credo humain. Celui qui fut scout garde encore en mémoire cette petite maxime bien connue de ce mouvement international: «*Scout un jour, scout toujours*» ce passage en scoutisme lui a enseigné des valeurs qu'il a fait siennes et qu'il n'a ni oubliées et encore moins reniées.

Ainsi, il s'est toujours distingué par «*sa loyauté, son altruisme, sa fidélité, sa franchise et son intégrité*».

Cet homme pugnace n'a jamais cessé d'oeuvrer pour son parti, même après les déconvenues électorales et il me confiait en 2009 à propos de ce travail ininterrompu: «*Je n'ai jamais lâché. J'ai toujours travaillé pour le comté de Montmorency et ce, dès le 26 mars 2007*».

Je termine ici par une réflexion de M. Raymond Bernier qui le décrit bien dans son mandat et sa mission auprès de tous ses commettants: «*Que va-t-il nous arriver? Pas de problème, Raymond s'en vient*».

Nous souhaitons donc pour une énième fois, la **bienvenue à monsieur ...Raymond**.

Merci madame Michelyne C. Saint-Laurent

Il m'apparaît tout à fait naturel et de circonstance de me faire le porte-parole de tous les gens de Sainte-Brigitte-de-Laval qui ont bénéficié des innombrables services que Mme Saint-Laurent nous a rendus pendant son court mandat de 18 mois.

En effet, toute notre communauté a été à même de constater l'attention particulière avec laquelle cette dame, dédiée à son comté et à notre jeune ville, a agi. Ainsi, on ne peut que souligner son souci permanent d'assister à tous nos événements (forts nombreux en cette année du 150^e qui s'est terminée en 2013). Cette politicienne engagée a consacré toutes ses énergies et toute son intelligence au bien-être de notre collectivité en plein essor.

Bien que faisant partie de la deuxième opposition, elle nous a servi comme si elle était au pouvoir et a répondu généreusement aux besoins et demandes exprimés dans notre milieu en développement majeur. Nous tenons à la remercier



pour sa fidélité, la qualité de sa présence et de ses interventions. Son dévouement ne fit aucun doute dans nos esprits.

Nous vous souhaitons bonne route sur vos itinéraires d'aujourd'hui et de demain. Sachez Mme Michelyne C. Saint-Laurent que vous serez, bien sûr, toujours accueillie avec votre mari à Sainte-Brigitte-de-Laval, une ville que vous eûtes à cœur, une communauté qui «se réinvente» et où vous avez laissé un excellent souvenir à celles et ceux que vous avez côtoyés et aidés.

Tout le monde dehors du 17 au 22 mai

Découvrez les **Journées de la nature** : une semaine d'activités gratuites en nature du 17 au 22 mai



journeesdelanature@davidsuzuki.org

Avec plus de 70 activités offertes du 17 au 22 mai partout au Québec, les Journées de la nature vous présentent une étonnante programmation vous permettant de profiter pleinement des espaces verts près de chez vous : randonnées de découverte, actions de verdissement urbain, rallyes nature, sorties en canot et plus encore!

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



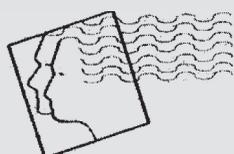
Sablière M.J. Vallée enr.

Tamisage
Concassage
Pierre de granit
Sable • Pierre • Gravier



Me Chantale Bourget
Notaire et Conseiller juridique

224, ave Ste-Brigitte, local 102
Ste-Brigitte-de-Laval **Tél: 418 825-2132**



Coiffure Filante enr.

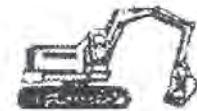
418 825-3877

Hommes
Femmes

Stéphanie Lagacé

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

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



Action Sentiers Lavallois (ASL)

Un regroupement citoyen pour protéger les sentiers de Ste-Brigitte

Êtes-vous un amateur de plein air? Ou alors peut-être êtes-vous un citoyen qui a vu le visage de Ste-Brigitte se métamorphoser au fil du temps? Peut-être avez-vous déjà entendu parler d'ASL?

Cet organisme bénévole a été fondé au printemps 2012 par un groupe de citoyens intéressés par la conservation, la mise en valeur et la démocratisation des sentiers existants sur le territoire de Ste-Brigitte-de-Laval. Formé de passionnés de plein air, l'organisme est avant tout un regroupement de citoyens conscients des richesses que la ville a à offrir, mais aussi de leur fragilité. L'organisme a une structure et une mission bien établie et les bénévoles sont des citoyens dévoués qui croient en la mission d'ASL, soit de :

- regrouper les personnes intéressées à promouvoir la randonnée en forêt et l'accès à des espaces naturels situés dans la municipalité en respect avec l'environnement et la préservation des ressources naturelles;
- protéger, restaurer et développer un réseau de sentiers pédestres sur le territoire de la municipalité de concert avec les propriétaires fonciers, les représentants de la municipalité et autres intervenants du milieu;
- recevoir des dons, legs, biens et autres contributions, en vue de réaliser les objectifs de l'organisme.



Au cours des dernières années, ASL a tenu des corvées dans les sentiers de la municipalité, l'organisme a permis le raccordement de sentiers qui avaient été fermés, d'améliorer l'aire de circulation, ainsi que la signalisation. Ces travaux ont porté sur les sentiers Le Montagnard, La Montagne à Deux-Têtes et celui des Dunes.

Nous sommes présents depuis 2012 en tant que bénévoles à la randonnée aux flambeaux lors du Carnaval des neiges. Cependant, après plus de deux ans de travail dans l'ombre, nous croyons qu'il est temps de rayonner davantage auprès de la communauté et de connaître vos intérêts, vos interrogations en matière de protection et développement de sentiers pédestres et de vous offrir davantage d'activités.

En fin d'année 2013, ASL s'est doté d'un logo. Soyez à l'affût du cercle coloré dans les prochains mois, car vous le verrez plus souvent.

Enfin, afin de souligner officiellement l'implication d'ASL au sein de la communauté de Ste-Brigitte, c'est avec un grand plaisir que nous vous offrons **la première conférence d'une série de trois, samedi le 24 mai à la bibliothèque du Trivent.**

La première conférence gratuite aura pour thème : «Une ville dans la nature». Nous profiterons de l'occasion pour vous présenter plus en détail la mission de l'organisme ASL, les membres, les sentiers et les accès ainsi que les activités à venir en 2014. Nous voulons connaître vos intérêts et vos questionnements quant à l'accessibilité des sentiers de randonnée pédestre à Ste-Brigitte.

La seconde conférence portera sur la randonnée et la chasse sur le territoire. Un prochain article dans le Lavallois paraîtra pour aborder ce thème.

Enfin, nous bouclerons l'année avec une conférence portant sur la survie en forêt en hiver. Mais d'ici là, commençons par profiter du printemps qui est à nos portes et soyez attentifs aux activités (corvées, conférences, etc.) organisées cette année par ASL, un nom à retenir.

Au plaisir de vous voir en grand nombre samedi le 24 mai.

Pour confirmer votre présence, visitez notre page Facebook : <https://www.facebook.com/groups/sentierSBDL/>

**Christiane Roy
Marie-Ève Lemieux
pour ASL**

Mot de la députée sortante de Montmorency Michelyne C. St-Laurent



Chères concitoyennes et concitoyens

Tout au long de mon mandat de 18 mois à titre de députée de Montmorency, j'ai donné le meilleur de moi-même. J'ai sincèrement mis tout mon cœur, tous mes talents, toutes mes énergies et tout mon temps afin d'être à votre service, dévouée et à l'écoute de vos besoins. Vous le méritiez et vous le méritez encore. Je vous remercie tous de la confiance que vous m'avez accordée dans le passé. Je retire une grande fierté du travail que j'ai accompli et je tiens à exprimer ma gratitude particulière envers les 14,323

personnes qui, en votant pour moi, ont reconnu la valeur de mon apport. Je remercie également tous ceux qui, au lendemain des élections m'ont manifesté de si merveilleux sentiments.

J'ai retiré un immense plaisir à être continuellement présente aux nombreuses activités du comté et à partager avec les citoyennes et les citoyens de Montmorency des valeurs aussi importantes que le respect, la solidarité, la compassion, la générosité et le dévouement envers les membres de notre communauté. Ce fut un immense privilège que d'être accueillie à titre de membre à part entière de notre grande famille de Montmorency et d'avoir pu tisser de solides liens d'amitié avec un grand nombre d'entre vous. J'aurais ardemment souhaité qu'il en soit ainsi pour les prochaines années, mais le jeu politique et parfois stratégique, en a décidé autrement.

Vous avez été ma famille et mes amis. Je ne vous oublierai jamais. Et qui sait ce que l'avenir nous réserve...

Michelyne C. St-Laurent

La santé de vos pieds c'est IMPORTANT !

S'il y a bien, une partie de notre corps que l'on a tendance à négliger, ce sont nos pieds. Ils sont pourtant essentiels à notre bien-être pour plusieurs raisons alors pour une fois, prenons le temps de les dorloter

- Durillons, cors et oeil-de-perdrix (entre deux orteils) - épaissement à la suite d'un frottement ;
- Callosités (semblables aux cors) elles apparaissent sous les talons, sur la plante des pieds et sur les orteils ;
- Crevasse, la callosité du talon se fend puisqu'elle a perdu sa souplesse et son élasticité ;
- Ongles incarnés - un bout d'ongle incrusté dans la peau provoquant une inflammation ;
- Ongles déformés.

Cors

Geneviève Binet
418 952-5810

Vous êtes diabétiques ?

Effectivement, les gens souffrant de diabète sont plus à risque de souffrir de problèmes aux pieds.

Chez les diabétiques, la circulation sanguine se fait moins bien, ce qui peut entraîner une plus lente cicatrisation des plaies et une perte de sensations aux extrémités du corps.

Il devient donc important de vérifier l'état des pieds régulièrement.

Par ailleurs, l'arthrite est une maladie qui affecte les articulations. Elle entraîne de la douleur et de l'enflure aux pieds

N'oubliez pas que des pieds en santé vous permettront de demeurer actifs !

Mycose (champignons)

Téléphonez dès maintenant

10% de rabais avec ce coupon

Geneviève Binet
Hygiéniste en soins de pieds
Membre de ANO
Reçus d'assurance disponibles

La MRC de La Jacques-Cartier prête à relever le Défi têtes rasées Leucan!

Pour une deuxième année consécutive, la MRC de La Jacques-Cartier, ainsi que les six services de sécurité incendie du territoire et la Sûreté du Québec sont fiers de relever à nouveau le Défi têtes rasées MD Leucan!

C'est le samedi 7 juin dès 10 h, à la caserne du service incendie de Sainte-Catherine-de-la-Jacques-Cartier, qu'aura lieu le populaire Défi têtes rasées MD Leucan présenté par Jean Coutu, une campagne de financement mobilisatrice unique dans la région!

L'an dernier, ce sont plus de 50 héros des casernes, de la Sûreté du Québec et du bureau de la MRC qui s'étaient fait raser en soutien aux enfants atteints de cancer qui ont perdu leurs cheveux à la suite de traitements de chimiothérapie. Ensemble, ils avaient amassé un total de 42 500 \$.

Une journée remplie d'émotions!

Le 7 juin prochain, soyez témoin de beaux moments d'émotion! Seront sur place entre autres les maires coprésidents d'honneur, M. Pierre Dolbec, maire de Sainte-Catherine-de-la-Jacques-Cartier, président et chef de direction de Dolbec International Inc., M. Jean Laliberté, maire de Fossambault-sur-le-Lac et M. Michel Croteau, maire de Lac-Saint-Joseph.

Le comité organisateur composé de membres des services incendie, de la Sûreté du Québec et de la MRC de-la-Jacques-Cartier seront également sur place. Soyez-y vous aussi!

Animation, plaisir et émotions garantis!



Date : Le samedi 7 juin 2014 heure : 10 h

Endroit : Caserne du service incendie de Sainte-Catherine-de-la-Jacques-Cartier
4251, route de Fossambault
Sainte-Catherine-de-la-Jacques-Cartier

Source : Marie-Josée Labbé
MRC de La Jacques-Cartier
418 844-2160, poste 302
mjlabbe@mrc.lajacquescartier.qc.ca

✓ L'équipe #1
✓ Club Méritas Diamant
✓ Meilleurs vendeurs
✓ Meilleurs inscripteurs

* Palmarès performance 2012 du bureau de Via Capitale Cité*

L'équipe **MJM**

CLUB MÉRITAS SUPERFORMANCE 5

viacapitale ÉLITE

Via Capitale Élite
agence immobilière

Contactez-nous!
418 **661-8000**

MÉSANGES PHASE II

Prix à partir de 174 600\$ + taxes

**** Frais de notaire Inclus ****
(sous certaines conditions)

JUMELÉS

- Construction personnalisée
- 2 modèles différents
- Pierre et vinyle
- Entrée 2 autos

Les partenaires pour votre réalisation

constructiongeld.com delteconstruction.com www.optilog.com/es

Les terrains disponibles sont indiqués en rouge

Nouveau service à la pharmacie

par Lucille Thomassin



Lucie B. Mauger, infirmière et Vanessa Tremblay, pharmacienne

Madame Lucie B. Mauger, une infirmière licenciée sera présente tous les jours de 9 h 30 à 17 h, dans le bureau 101 de la Pharmacie Familiprix.

Infirmière d'expérience, Mme Auger a travaillé pendant 20 ans en milieu hospitalier, à l'urgence d'abord et, par la suite, en soins cardio-pulmonaires. Elle a également oeuvré pour le centre de recherche Anapharm. C'est une personne compétente, empathique, qui sait écouter. Très efficace, à son dernier emploi, on la surnommait la reine de la piqûre... C'est elle qui m'a vaccinée à l'automne et j'ai pu constater que son talent est vraiment réel.

Voici donc les services qu'elle peut vous offrir :

- Prise de tension artérielle
- Prise de glycémie
- Consultation/suivi diabète et hypertension
- Injection de médicaments prescrits
- Vaccination voyage, antigrippal, tétanos, etc.
- Lavage des oreilles sur prescription du médecin
- Soins des plaies
- Prélèvements sanguins et analyse d'urine (à venir)

Pour des renseignements supplémentaires
418 825-4446

Matinées mères-enfants

14 mai : activité libre
21 mai : Sonatine vient nous rendre visite
28 mai : activité libre
4 juin : activité libre
11 juin : activité libre
18 juin : Animation de Zoom Nature au Parc Richelieu
9 h 45 à 10 h 45

Pour tout l'été, pas d'animation de prévue afin de laisser tout le monde profiter des parcs. Nous serons donc au parc Richelieu selon le même horaire, soit les mercredis de 9 h 30 à 11 h 30. S'il pleut, nous serons alors au local du 4, de la Patinoire, selon le même horaire.

Si la température est incertaine, allez sur notre page Facebook pour vous assurer de l'endroit où nous nous trouvons.

Ne vous gênez pas, venez vous joindre à nous!

Maude Émond
Responsable des Matinées mères-enfants

matineesmeresenfants@hotmail.com
Page Facebook : Matinées mères-enfants SBDL
Tél: 418 907-9800



Des nouvelles de notre cercle

Le Cercle de fermières, une force à connaître, un bouquet de connaissances toujours florissant !

La prochaine réunion se tiendra le mardi 13 mai au sous-sol de l'église de Ste-Brigitte à 19 h 30. Un café et un léger goûter vous seront servis. Si vous le désirez, vous pourrez arriver dès 19 h. Nous espérons vous voir en grand nombre.

S.V.P. vérifiez vos courriels pour le rappel de notre prochaine réunion et notre atelier de bricolage. Le prochain atelier aura lieu le 27 mai au local: 3 \$ pour les membres, 5 \$ pour les non-membres .

P.S : Notre livre Trucs et Astuces est toujours en vente au prix de 15 \$.

Ne pas oublier que le Cercle recycle les cartouches d'encre vide d'ordinateur.

Hélène Beaulieu, prés, intér.	825-2518
Marie-Josée Lussier, sec, tr.	825-2054
Rita Ouellet, cons. dossiers	825-3014
Claudette Fecteau, comm.	825-6011



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

Nouveau logo pour nos 10 ans

Cette année, la MDJ célèbre son 10^e anniversaire, c'est le moment parfait pour faire un peu de changement! Grâce à M. Jimmy Laprise de chez M Broderie, nous avons un tout nouveau logo stylé, coloré et invitant... Exactement à l'image de «*La Barak*»!



Nous vendrons désormais des T-shirts MDJ décorés de notre nouveau logo, à tous ceux qui auront envie de nous encourager et d'avoir du style cet été!

Contactez-nous pour vous le procurer.

Fête familiale du 5 avril 2014

Bravo à nos trois bénévoles de ce jour: **Raphaël Turgeon, Jacob Bergeron et Bradley Thomassin.**

Ces trois jeunes ont assuré la surveillance des jeux gonflables et la vente de collations pour la fête familiale organisée par *Matinées mères-enfants*. Leur travail a bien été apprécié. Avec Raphaël et Jacob, nous aurons une belle relève.

Souignons l'implication constante de **Bradley Thomassin** qui répond toujours présent aux activités de la MDJ depuis 5 ans.

Maison de jeunes La Barak 10^e anniversaire

Jour de la terre – Notre cadeau

Pour le 22 avril, journée spécialement dédiée à la terre, différentes actions sont entreprises. Devant le succès de la collecte de l'an dernier, la MRC de La Jacques-Cartier a choisi de reconduire l'expérience.

«*Notre cadeau pour la Terre*» a pour objectif de donner une seconde vie à des objets dont on veut se débarrasser.

De concert avec l'école *Du Trivent*, une équipe de 6 jeunes de *La Barak* (**Gabrielle, Léa-Marie, Juliane, Jacob, Raphaël, Émilie**) et leurs intervenants ont encouragé les élèves de l'école à y participer. Plusieurs enfants ont eu l'occasion d'échanger un article. C'est un concept d'échange, très apprécié des jeunes qui a été mis de l'avant.

Cette année, la collecte a permis de recueillir une centaine de petits jouets, livres et articles de sport. Tous ces articles ont été partagés entre une maison de jeunes de la MRC pour une activité de financement (MDJ de Ste-Catherine) et des organismes de charité (*Cœur ouvert* et *Cantons' active* pour les dons de vêtements).

Un gros merci aux professeur(e)s de l'école et à Mme Anne-Marie Vallée pour leur collaboration bien appréciée.

Voici les écoles et MDJ qui ont participé: école Montagnac et MDJ de Lac-Beauport; école Harfang des neiges et MDJ, Cantons' active de Stoneham, Centre famille Valcartier et école Alexander Wolf (Shannon et Courcellette); école St-Denys Garneau, école JC et MDJ de Ste-Catherine.

AGA 2014 de La Barak en juin

La *Maison de jeunes* tiendra son assemblée générale annuelle peu après la Saint-Jean. Toute l'information vous sera communiquée dans le prochain numéro du Lavallois. Profitez de cette occasion pour mieux connaître cet organisme à but non lucratif pour les jeunes de 11 ans à 17 ans.

Activités estivales

L'été approche et les vacances aussi! Afin de rendre votre été encore plus divertissant, nous vous invitons à nous faire part des activités auxquelles vous aimeriez participer avec la MDJ cet été. Soyez créatifs, nous sommes réceptifs!

Équipe de La Barak

Amélie Racette, coord. et Armelle Ginet, coord. adj.
Animation: Alex Alain, Alexandra Duguay et Gabriel Thomassin. Tél.: 418 948-6769 Facebook MDJ La Barak

Voir notre Offre d'emploi, page 15

Faites-vous remarquer!

Impressions grand format
Bannières . Enseignes . Vitrines
Déco commerciale . Roll-up
Publicité imprimée

Identification de véhicules
Wrap . Lettrage . Conception . Design
Vitrines teintées . Pare-pierre

Pro Style LETTRAGE

418-661-0505

2634, Boul. Louis XIV (coin Boul. Raymond)
www.prostylelettrage.com

<p>restaurant le Lavallois</p> <p>Nouvelles entrées</p> <p>Assiette Nachos 12,95 \$ Bruschettas garnies 6,95 \$ Soupe à l'oignon gratinée 4,95 \$</p>	<p>Spécial club sandwich</p> <p>Lundi Commandez un club sandwich, obtenez le 2^e à moitié-prix Pizza 12" garnie, frites, 4 canettes de liqueur Promo : 19,95 \$ en salle à manger seulement</p>	<p>Spécial lasagne</p> <p>Mardi Lasagne garnie servie avec salade César, 10,95 \$</p>
---	---	---

ÉCO-VERT
ENTRETIEN PAYSAGER inc.

Entretien paysager
Résidentiel & commercial :

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

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

beau lieu
2010 LIMITÉ
agence immobilière

Richard Dubé
COURTIER IMMOBILIER

418.667.1011
gestionricharddube@videotron.ca

SH MACHINERIE inc.

SÉBASTIEN HUOT
Cell.: 418-264-5454
Fax : 418-825-5133
shmachinerie@hotmail.com

RBQ : 5629-7039-01

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

CARROSSIER C. CLAVET

Conrad Clavet
propriétaire

397, ave Sainte-Brigitte
Sainte-Brigitte-de-Laval
(Québec) G0A 3K0

Tél: 418 825-1161 Fax. : 418 825-1594

Offres d'emploi



Chef cuisinière / chef cuisinier et surveillance de jour

Offre d'emploi - Annonce 4106847 - sur Emploi-Québec

Située à Sainte-Brigitte-de-Laval dans un cadre enchanteur, la vocation de la résidence Le Trèfle d'Or est d'accueillir une clientèle d'âgés de 60 ans et plus, autonomes ou en légère perte d'autonomie. Elle compte 23 logements de 3 ½ pièces répartis sur deux étages et aménagés pour accueillir les personnes à mobilité réduite. Un service de 2 repas par jour est offert en salle à manger, avec service aux tables, et ce, 365 jours/année.

Nous offrons un milieu stimulant pour une personne au titre de chef cuisinière/chef cuisinier - gestionnaire du service de cuisine et de la salle à manger aux conditions suivantes:

- Gestion de la cuisine et de la salle à manger
- Planification des menus en rotation sur plusieurs semaines
- Gestion des achats
- Planification du travail et des horaires du personnel de cuisine et de salle à manger
- Travail en cuisine pour préparation de repas (alternance avec 2 autres cuisinières pour couvrir les 7 jours/semaine)
- Surveillance de jour pendant ses jours de travail en cuisine
- **Horaire :**
40h/semaine de 8 h à 18 h
1 fin de semaine/mois (à discuter)
Possibilité d'ajustements pour conciliation travail/famille
- **Salaire :** À discuter (selon l'expérience)
- **Date d'entrée en fonction :** 19 mai 2014
- **Formation :** Cuisine, Gestionnaire MAPAQ,
Premiers secours / RCR à jour, PDSB

Vous êtes une personne responsable, capable de gérer une cuisine?
Vous avez de l'expérience en cuisine et avec la clientèle de personnes âgées?
Envoyez-nous votre CV - Nous avons un milieu stimulant à vous proposer.

Pour information et envoi de votre CV :

M. Pierre Thomassin, directeur général
Courriel : laresidencedutrefledor@ccapcable.com
<https://www.facebook.com/ResidenceLeTrefleOr>
418-606-8606, 418-825-3446

Maison de jeunes La Barak

Animateur(trice) - intervenant(e)

Principales fonctions

Être à l'écoute, évaluer et répondre aux besoins des jeunes. Planifier, organiser et animer des activités sportives, culturelles, sociales et préventives pour les adolescents(es) de 11 à 17 ans. Offrir le soutien nécessaire au développement personnel et social des jeunes. Faire respecter les règles de vie de la Maison de jeunes.

Exigence et conditions de travail

Avoir une aptitude marquée pour l'animation et l'intervention jeunesse. Avoir complété ou être en voie de compléter une formation dans le domaine social (éducation spécialisée, service social, intervention en délinquance ou psycho-éducation). Être dynamique, autonome, faire preuve de leadership, avoir le sens des responsabilités et une bonne capacité à travailler en équipe.

Horaire

Mai à fin août 2014: 10 et 15 hres/semaine.

Être disponible les jeudis de 15 h à 21 h et les vendredis de 15 h à 22 h, ainsi que quelques samedis (activités de financement, sorties, activités spéciales). Possibilité de faire du remplacement sur appel à l'automne.



Info:

Amélie Racette, 418 948-6769.
Vous pouvez venir à la *Maison de jeunes* avec votre CV ou nous l'envoyer par courriel : labarak@ccapcable.com

MDJ, 7 rue de la Patinoire

S
U
D
O
K
U

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

LICENCE RBQ : 8303-3852-55

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

Contrat d'entreprise ou de service

Il s'agit de deux types de contrats d'appellation différente, mais comportant plusieurs points en communs.

Définition

Le contrat d'entreprise, aussi appelé devis ou ouvrage, est le contrat par lequel une personne, habituellement un entrepreneur, s'engage envers le client à réaliser un ouvrage matériel ou intellectuel moyennant un prix que le client s'engage à payer.

Le contrat de service est le contrat par lequel une personne, (le prestataire ou fournisseur de services) s'engage à exécuter son activité professionnelle au profit du client en échange d'un paiement.

Dans ces deux types de contrats, nous retrouvons l'absence de lien de subordination quant à leur exécution. Aussi, l'entrepreneur ou le fournisseur de services a le libre choix des moyens d'exécution du contrat, et ce, suivant les instructions initiales du client. Toutefois, ce dernier ne peut pas imposer à l'entrepreneur ou au fournisseur de services la façon dont le travail doit être exécuté, mais bénéficie d'un droit de surveillance de la progression du travail.

Prix

Le prix de l'ouvrage ou du service est déterminé par le contrat, les usages, la loi ou la valeur des travaux effectués ou des services rendus. Toutefois, lorsque le prix est établi en fonction de la valeur des travaux exécutés, l'entrepreneur ou le fournisseur de services est tenu, si le client fait la demande, de lui rendre compte de l'état d'avancement des travaux et des dépenses déjà effectuées. Si le contrat a fait l'objet d'une estimation, l'entrepreneur ou le prestataire de services doit justi-

fier toute augmentation du prix et le client n'est tenu de payer cette augmentation que si elle résulte de travaux, de services ou de dépenses imprévisibles au moment de la conclusion du contrat. Par exemple, si le client demande des travaux supplémentaires non prévus initialement, l'entrepreneur ou le fournisseur de services peut majorer l'estimé. Lorsque le contrat est à forfait, le client doit payer le prix et ne peut bénéficier d'une diminution du prix en faisant valoir que l'ouvrage ou le service a exigé moins de travail ou a coûté moins cher. Également, l'entrepreneur ou le prestataire de services ne peut prétendre à une augmentation du prix pour un motif contraire.

Résiliation du contrat

Le client peut, à tout moment et sans raison particulière, mettre fin unilatéralement au contrat, même si les travaux sont déjà entrepris, à condition de respecter certaines exigences. Par exemple, le client ne peut pas mettre fin au contrat pour nuire à l'entrepreneur ou au fournisseur de service et doit toujours agir de bonne foi. De plus, le client devra payer l'entrepreneur ou le prestataire de services pour le travail déjà effectué, les dépenses déjà faites et les biens utilisés pour le travail ou le service.

Quand à l'entrepreneur ou au fournisseur de services, il ne peut résilier unilatéralement le contrat que pour un motif sérieux, mais jamais à contretemps et est tenu de réparer le préjudice causé au client par cette résiliation. Lors de la résiliation du contrat, l'entrepreneur ou le prestataire de services est tenu de remettre au client une partie de l'avance pour laquelle il n'a pas effectué le travail.

S'il survient un problème avec un cocontractant, n'hésitez pas à communiquer avec la soussignée pour toutes questions additionnelles.

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

Bottin téléphonique 2015-2016

Pour le prochain bottin, vous ne recevrez pas d'appel de vérification. Vous pouvez communiquer avec nous pour tout changement de nom, d'adresse ou de numéro de téléphone. Si vous prévoyez déménager à l'extérieur, veuillez aussi nous en avvertir afin que nous supprimions votre nom du bottin. Nous avons déjà pris en note certaines corrections qui nous ont été signalées.

Pour les nouveaux arrivants ou ceux qui ne sont pas sur notre liste et qui désireraient en faire partie, veuillez aussi communiquer avec nous. Pour les publicitaires, nous communiquerons avec vous. C'est très important pour nous tous que ce bottin soit le plus exact possible

Merci de votre compréhension,

*Jocelyne Clavet 825-2648
Diane Clavet 825-2502
Lucille Thomassin 948-2610*

Fossambault-sur-le-lac



Roulotte Glendette 1987, 33 pieds au Domaine de la rivière aux Pins. 2 actions de terrains pour une superficie de 3 177pi². À quelques pas du Lac, idéal pour se construire un chalet. Possibilité allant jusqu'à une superficie de 840pi² et peut même avoir un 2e étage. Un vrai petit coin de paradis et beaucoup de potentiel à peu de frais. 82 000\$

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

www.helenelauzier.com

Kathy Grégoire
Courtier immobilier
Cell : (418) 951-5578
kgregoire@votreagentimmo.com

Benoit Morissette
Courtier immobilier
Cell : (418) 955-5578
bmorissette@votreagentimmo.com



Hélène Lauzier inc.
AGENCE IMMOBILIÈRE

Salon d'Esthétique Chantaube

Mélanie Allard
Esthéticienne
7 des Merisiers
Ste-Brigitte-de-Laval (Québec)
GOA 3K0
418 825-0015
melanieallard@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



Yves Thomassin
Représentant

418 688-1212 Ligne directe 418 688-1242,
2145, rue Frank-Carrel poste 225
Québec, Québec G1N 2G2 Fax: 418 688-1281
www.marlinchev.gmcanada.com y.thomassin@marlinchev.com

WR 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

Les Exceptionnelles 2014?

par Jocelyne Clavet

Le programme Les Exceptionnelles est un concours de grande envergure qui a lieu au Jardin Daniel A. Séguin de Saint-Hyacinthe tous les étés. On y expose, dans de vastes plates-bandes, les nouveautés horticoles parmi les plantes annuelles qui seront introduites l'été suivant. Pour déterminer les gagnantes, on demande à chaque visiteur au Jardin de choisir la plus belle de ces introductions et, à la fin de l'été, une compilation de ces choix déterminera les plantes préférées du grand public, plantes qui deviendront les Exceptionnelles de l'année suivante. Donc, les Exceptionnelles 2014 sont tout simplement les meilleures nouvelles annuelles de l'année 2014 pour la culture en pot et en plate-bande. Notez bien les noms, ils seront sûrement présents dans une jardinerie près de chez vous.

Mandevilla Sun Parasol «Garden Crimson»



Wow! Quelle couleur flamboyante ! Le rouge sombre velouté des fleurs en trompette de ce mandevilla attirera à la fois l'oeil et les colibris et il est mis en valeur par un feuillage vert tendre, coriace et lustré. Ce gagnant est une plante grimpante au port naturellement compact qui pourrait monter sur un court

treillis ou retomber gracieusement d'un balcon ou d'un panier suspendu. Même sans support aucun, «Garden Crimson» s'étale joliment sur le sol pour former un tapis de 20 à 30 cm de hauteur par 50 à 70 cm de diamètre. Il s'est montré résistant à la chaleur intense, mais aussi parfaitement capable de supporter un été frais et, de

surcroît, est très résistant à la sécheresse. Utilisez-le au plein soleil ou à la mi-ombre dans un sol riche et bien drainé. À l'automne, rentrez votre mandevilla à l'intérieur où il passera facilement l'hiver sur un rebord de fenêtre ensoleillée.

Colocase Royal Hawaiian® «Hawaiian Punch» (Colocasia esculenta Royal Hawaiian® «Hawaiian Punch»)

Les colocases, ou oreilles d'éléphant, gagnent de plus en plus de popularité tous les ans au Québec et «Hawaiian Punch» est une variété encore plus intéressante que ce qu'on a vu jusqu'à ici, notamment à cause de ses épais pétioles rouge sanguin qui mettent en valeur les grandes feuilles vertes lustrées en forme de tête de flèche. En plus, les nervures des feuilles sont de la même teinte rouge que les feuilles. La plante atteint 80 à 120 cm en hauteur et en largeur et peut être cultivée en pot ou en pleine terre. Cultivez-le au soleil ou à la mi-ombre dans un sol riche et meuble, toujours un peu humide. Même, on peut le cultiver avec son pot placé dans un jardin d'eau, car elle s'adapte aussi à une vie semi-aquatique. Les fleurs, s'il y en a, sont sans attrait et siphonnent l'énergie de la plante : mieux vaut les supprimer. À l'automne, rentrez la plante et cultivez-la sur un rebord de fenêtre ensoleillée, laissant le pot tremper dans une soucoupe d'eau en tout temps.

Canna «South Pacific Scarlet» (Canna x generalis «South Pacific Scarlet»)

Voici un double gagnant ! L'an dernier, la canna «South Pacific Scarlet» a remporté un prix Sélections All-America en tant qu'annuelle à cultiver à partir de semences. Cet été, il sera offert sous forme de plante déjà bien partie, assurant une floraison encore plus hâtive. Avec son feuillage qui rappelle un bananier et ses fleurs rouge vif à gorge jaune, cette plante assurera une allure tropicale à votre aménagement estival. Pour une floraison

spectaculaire, placez cette plante au plein soleil dans un sol riche et dans un emplacement protégé du vent. Elle tolère aussi la mi-ombre. Tenez le sol constamment un peu humide. Vous pourriez même cultiver cette plante avec ses racines immergées dans l'eau. Plus il fera chaud, plus ce canna fleurira.

À l'automne, récupérez le rhizome qui s'est formé sous le sol et conservez-le au sec à la température de maison pendant l'hiver. Ainsi vous pourriez le faire reflorir d'année en année!

Scaevole Scampi™ Blue «Scaevola aemula Scampi™ Blue»



Originaire de la lointaine Australie, le scaevole a réussi à gagner le coeur des jardiniers québécois par sa performance

hors pair, sa floraison abondante et sans arrêt et ses petites fleurs en forme d'éventail. On l'a surtout utilisé en panier suspendu jusqu'ici. Maintenant arrive un cultivar encore plus compact et florifère qui saura remplir votre aménagement de fleurs bleu violet du début de l'été jusqu'au gel. Il n'atteint que 25 à 35 cm de hauteur et 30 à 40 cm, formant un dôme arrondi lorsqu'on le cultive en pleine terre et débordant joliment du pot quand on l'utilise en panier ou en boîte à fleurs. On le cultive seul ou en mélange avec d'autres annuelles en plein soleil ou à la mi-ombre. Il tolère relativement bien la sécheresse, mais il ne faut pas exagérer. À l'automne, rentrez une bouture ou deux pour assurer la survie de votre plante jusqu'à l'été prochain.

Bon jardinage !

Les séries c'est au **Duff** que ça se passe

* Un verre de bière gratuit après une victoire du 

Détails sur place, 18 ans et plus. 251 Av. Ste-Brigitte - Ste-Brigitte-de-Laval 418-825-3833

GRATUIT*





La Caisse Desjardins de Beauport
plus accessible que jamais
POUR LES LAVALOIS

 MINIBUS

Afin de faciliter les transactions financières des Lavallois, le jour du dépôt de la régie des rentes, la Caisse Desjardins de Beauport vous offre le transport jusqu'à son siège social.

Prochaines journées de TRANSPORT :

VENDREDI	30 mai
LUNDI	30 juin
JEUDI	31 juillet

 MINIBUS

RENSEIGNEMENTS et RÉSERVATIONS :

418 660-3119 poste 4851

 **Desjardins**
Caisse de Beauport



Assemblée générale

Club de l'Âge d'Or de Sainte-Brigitte-de-Laval



Assemblée générale et élections

L'assemblée générale annuelle aura lieu le mardi 27 mai, après notre dîner mensuel. Cette assemblée est l'occasion pour vous de poser des questions et d'élire les personnes que vous aimeriez compter au sein du conseil d'administration. Cette année, trois (3) postes sont à combler. Si vous êtes intéressé à faire partie d'une équipe dynamique et à vous impliquer davantage dans le club, donnez notre nom au responsable des élections. Après les élections, nous poursuivrons nos activités jusqu'à 16 h.

Gala de danse FADOQ

Le samedi 7 juin à 18 h, au Patro Roc-Amadour, se tiendra la prochaine édition du gala de danse organisé par la FADOQ, région Québec et Chaudière-Appalaches. Plusieurs membres représenteront le Club de l'Âge d'or de Ste-Brigitte-de-Laval et danseront avec le groupe du Secteur Orléans. Venez les voir danser. Coût de la soirée incluant un lunch 22 \$ par personne en prévente 25 \$ par personne le soir du gala Réservation avant le 15 mai.

Resp. : Michel Després, 849-2089

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

clinique CHIROPATRIQUE
famille et sportive • Sainte-Brigitte-de-Laval



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

Souper et soirée de fin de saison

Plus d'une centaine de personnes ont participé à notre souper et soirée de fin de saison du 26 avril dernier. Pour l'aide apportée à cet événement, nous remercions Mme Éline Michaud, députée fédérale de Portneuf-Jacques-Cartier, M. Raymond Bernier, député de Montmo-

rency, la ville de Sainte-Brigitte-de-Laval, la Caisse Desjardins de Beauport, le restaurant Le Lavallois, le salon Coiffure Filante, le salon de coiffure et bronzage Johanne, le marché Bonichoix, la quincaillerie Home Hardware, la pharmacie Familiprix, la station de service Alpin Inc., le Club des bois, l'entreprise Extrême Machine, le restaurant Le Montagnais et les Bijoux Pauline Després.

Tournoi de cartes

Notre prochain tournoi de cartes (kaiser, politaine et palet) se tiendra le mardi 13 mai à 12 h 45, au sous-sol de l'église. Les équipes seront formées au hasard. L'argent recueilli sera remis en bourse et le club ajoutera 40 \$. Nous ferons également le tirage de prix de présence. Insc: 2 \$ membre, 5 \$ non-membre Resp : Lilianne Lacroix, 825-1527

Déjeuner restaurant Le Lavallois

Le mardi 13 mai, à 9 h, venez prendre votre déjeuner avec nous au restaurant Le Lavallois Coût : 6 \$ membre, 8 \$ non-membre Réservez votre place avant le 8 mai auprès de : Pierre-Paul Giroux : 907-5167 Jean-Marc Jennings : 825-1527

Tournoi de quilles

Le jeudi 15 mai, à 13 h, à la salle de quilles St-Pascal (La Canardière), cinq équipes de notre club participeront au tournoi régional organisé par FADOQ Québec Chaudière-Appalaches. Venez les encourager.

Fête Champêtre

Le samedi 14 juin à 13 h à la salle Ulric-Turcotte (Courville), vous êtes invités à participer à la fête champêtre de la FADOQ/ Secteur Orléans. Au programme : - quilles, cartes, palets, pétanque - repas chaud à 17 h - soirée dansante Coût : 15 \$ membre, 20 \$ non-membre Pour plus d'information, contactez: Jean-Marc Jennings, 825-1527



Nicole Vallée

Petites quilles

Félicitations à Nicole Vallée et Denis Grenier qui ont réalisé leur première partie parfaite (300) à la salle de quilles St-Pascal.



Yvon Lamarre et Denis Grenier

Souper au restaurant Le Lavallois

Le mercredi 4 juin prochain, au restaurant Le Lavallois, un souper sera servi à 18 h pour les amis du club de l'Âge d'Or. Une table d'hôte est offerte avec 4 choix de menus, taxes et service inclus Prix : 13 \$ membre, 20 \$ non-membre Une réservation est requise car les places sont limitées. Resp : Pierre-Paul Giroux, 907-5167 Jean-Marc Jennings, 825-1527

Cabane à sucre

Le 2 avril dernier, quarante-cinq personnes se sont sucré le bec, lors de notre sortie à la cabane à sucre Chez Létourneau de l'Île d'Orléans. Nous remercions l'ex-députée de Montmorency, madame Micheline C. St-Laurent pour l'aide financière apportée à cette activité

Pétanque au Parc Richelieu

Durant la période estivale, deux soirs par semaine, votre club de l'Âge d'Or organise des soirées de pétanque au Parc Richelieu. L'activité débutera le mardi 3 juin à 18 h 45 et le jeudi 5 juin à 18 h 45. Bienvenue à tous Responsables du mardi : Clémence Thomassin, 825-2206 Céline Falardeau, 825-3408 Responsable du jeudi : Paul-Henri Fortier, 825-2031

NB. Notre club fermera son local à compter du 27 mai.

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

Jimmy Doyon
info@toituresjd.com R.B.O. 8339-8636-56

TOITURES JD

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

URGENCE 24h (581) 888-0832
www.toituresjd.com

SIROIS
DENTUROLOGISTES

Fabrication et réparation de prothèse dentaire complète, partielle et sur implants

418.667.9434

siroidenturologistes.com

437 rue Seigneuriale, Québec, Qc G1C 3R2



Vente de fleurs

Votre centre jardin d'un jour

N'oubliez pas de venir acheter vos fleurs annuelles, vivaces, jardinières, légumes, arbres et arbustes d'une qualité exceptionnelle. Comme l'an passé, plusieurs variétés de tomates vous seront offertes et ceci de la grosse à la mini. Cette vente bénéfique se tiendra le samedi 31 mai, de 8 h à 15 h, beau temps, mauvais temps, au stationnement de l'église de Ste-Brigitte-de-Laval.

N'oubliez pas aussi que vous pouvez nous contacter avant la vente si vous avez des besoins particuliers pour des fleurs (annuelles ou vivaces) ou des arbustes et arbres que ce soit pour la variété ou la quantité. Nous ferons tout notre possible pour vous les procurer.

Lors de cette journée, vous pourrez profiter des précieux conseils de nos passionnés de l'horticulture qui seront sur place pour vous répondre. Des prix de participation offerts par de généreux commanditaires seront tirés parmi les clients de la journée.

Cette année encore, lors de votre paiement, un coupon-rabais de 10% vous sera remis pour effectuer vos achats chez

notre quincailler local Home Hardware les 31 mai et 1er juin 2014. Ce rabais sera applicable, à ces dates, sur les articles de jardinerie seulement (voir détails en magasin). Merci de faire vos achats à notre vente et ainsi encourager les organismes de chez nous.

Une équipe d'étudiants de la Maison de Jeunes sera sur place pour vous aider à transporter vos achats à votre voiture. Notez que vous pouvez stationner votre voiture dans la cour de l'école (près du cimetière) s'il n'y a pas de places disponibles sur le stationnement.

Nous comptons sur vous tous pour nous encourager et nous vous rappelons que tous les bénéfices de cette vente seront remis à des organismes à but non lucratif de notre magnifique ville de Ste-Brigitte-de-Laval. C'est donc un rendez-vous, nous vous attendons en grand nombre. Espérons que le soleil sera avec nous lors de cette journée.

Rachel Kirouac, 825-3100
Jocelyne Calvet 825-2648
Pierrette Auclair 825-2218
Sylvie Champagne 825-3125

Lancement du Groupe d'affaires de SBDL (GAS)

Communiqué : Sainte-Brigitte-de-Laval, 30 avril 2014

Le lancement du Groupe d'affaires de Sainte-Brigitte-de-Laval aura lieu le lundi 26 mai 2014 au Duff Resto Bar, de 19 h à 21 h. Tous les entrepreneurs et acteurs économiques de la ville sont invités à y participer.

Un intérêt réel a été démontré pour un tel regroupement lors de la séance d'information du 11 février dernier. Un grand nombre de propriétaires d'entreprise étaient présents et d'autres, qui ne pouvaient y assister, ont souligné leur approbation pour la mise sur pied d'une communauté entrepreneuriale.

C'est pourquoi Marie-Eve Turgeon, porteuse du projet, a décidé de concrétiser cette idée d'avenir.

Cette soirée de lancement a pour objectif de présenter le nom choisi, soit

Groupe d'affaires de Sainte-Brigitte-de-Laval (GAS),

l'identité visuelle du nouveau regroupement, la structure privilégiée, les détails de fonctionnement et la programmation des activités 2014-2015.

La présentation sera suivie d'une période de réseautage dont tous pourront profiter pour faire connaissance et commencer à tisser des liens d'affaires durables et enrichissants.

RSVP avant le 21 mai 2014 à Marie-Eve Turgeon :

marie@etesvousswag.com
 418 825-SWAG ou 418 999-3597

Veuillez prendre note que le journal Le Lavalois fera relâche en juillet. Donc, si vous avez des annonces importantes, n'oubliez pas de nous les faire parvenir pour l'édition de juin

MSB

MECANIQUE

1160 boul. Raymond

www.msbmecanique.com

(418)821-0775

Centre de

MÉCANIQUE ET ENTRETIEN

Confiez les réparations ou l'entretien de votre véhicule à nos mécaniciens d'expérience.



- PROMOTIONS
 - AVANTAGES
 - CONSEILS
 - COMMUNICATIONS
 - INFORMATIONS

Suivez-nous sur Facebook!

PROMOTION REMISE POSTALE
 À l'achat de 4 pneus

du 15 mars au 18 mai 2014

NOKIAN TYRES

REMISE POSTALE À L'ACHAT DE 4 PNEUS

50\$

14 pouces et 15 pouces

70\$

16 pouces à 22 pouces

• ENTYRE • Z LINE • LINE • ROTIIVA • Z SUV • WRG3 • WRG3 SUV •

- Couverture hasard de route.
- Bande de roulement asymétrique
- Indicateur d'usure
- Concept de rainures silencieuses
- Stabilité et adhérence supérieures sur pavé mouillé
- Résistance au roulement diminuée
- Fabriqué avec des huiles écologiques

NOKIAN eNTYRE





par Louise Côté

École Du Trivent

Préscolaire 2014-2015 Excellente nouvelle!

La rencontre du 23 avril dernier concernant l'organisation scolaire pour l'année 2014-2015 a connu un vrai succès. En effet, 71 familles qui auront des enfants au préscolaire pour la prochaine année scolaire étaient représentées.

Afin d'éviter les transferts prévisibles d'enfants dans d'autres écoles de la CSDPS, les enseignants du préscolaire, après plusieurs rencontres préliminaires, et entente avec les autres professeurs de l'école et la Direction, ont proposé aux parents le plan de co-enseignement auquel ils avaient songé.

Co-enseignement au préscolaire

Cette approche innovatrice, telle que proposée, n'existe pas encore ailleurs. C'est du jamais vu. Les 6 groupes prévus d'élèves au préscolaire occuperont 3 locaux comptant chacun 2 enseignants pour environ 35 jeunes.

Après la présentation et les discussions inhérentes au projet, les parents ont choisi d'adopter ce plan. Ainsi, au soulagement de tous, près de 60 transferts d'élèves seront évités pour l'an prochain. Aucun au préscolaire n'est prévu et peut-être quelques-uns seulement au primaire au lieu des 60 cas prévisibles.

L'école Du Trivent comptera alors quelques 474 élèves pour 2014-2015 et les 22 groupes prévus occuperont 19 locaux. Qui dit mieux? Quel soulagement pour tous!

Merci aux enseignants créateurs de cette approche, à la Direction et à tout le personnel de l'école qui appuient cette formule de co-enseignement de même qu'aux parents qui ont bien voulu accepter de donner vie à cette initiative.

Dès septembre 2015, il y aura 600 places dans la nouvelle école, rue Saint-Paul et 300 places disponibles au Trivent (dans des locaux réguliers). L'école Du Trivent retrouvera tous ses locaux. La Municipalité pourra donc offrir plus de plages horaires pour les loisirs dans les locaux communautaires.

Course du 3 km au Trivent

Dans les rues avoisinantes de l'école, le 16 mai, en après-midi (dès l'arrivée des élèves), tous les jeunes de l'école participeront à cette course de 3 km. Des représentants de la Sécurité publique seront présents pour assurer le bon déroulement de l'exercice. Vous pouvez tous venir voir courir vos jeunes.

S'il pleut, la course est reportée au 11 juin.

Course du 4 km de la CSDPS

Ce seront les «grands» des 5^e et 6^e qui représenteront l'école Du Trivent le vendredi 30 mai prochain. Allez les encourager!

Départ : près de l'école primaire de la Primerose (155 rue Bessette, près du IGA Extra de Beauport).

Plus de 3 000 élèves du 3^e cycle du primaire se préparent dès maintenant pour la 24^e course de la Commission scolaire... un événement sportif unique, qui provoque des émotions fortes!

Depuis 2013, les parents sont invités à courir avec leurs enfants. Tous porteront une puce électronique calculant le temps de course réalisé.

Le parcours balisé, sécuritaire et hautement animé, dans les rues autour de l'école, sera sous la surveillance d'une centaine de bénévoles.

«Les jeunes s'entraînent dès maintenant pour être prêts. C'est un événement très attendu. Pour plusieurs enfants, franchir la ligne d'arrivée est un grand défi et une première réussite sportive... peut-être pas la dernière!», explique Jean-François Poirier, membre du comité d'enseignants d'éducation physique et à la santé qui coordonne chaque année la course.

(Tiré du site Web de la CSDPS)

Spectacle annuel de musique

Le 3 juin, 13 h : les 3^e à 6^e années

Le 4 juin, 8 h 30 : pré-scolaire, 1^{re} et 2^e

M. Maxime Beaulieu, enseignant en musique, présente tous ses élèves dans un spectacle musical. Quelques prestations de danse seront aussi portées à votre attention.

Les parents qui désirent assister aux prouesses de leur progéniture sont tous invités. Vous ferez sans aucun doute un grand plaisir à vos enfants.

Exposition d'oeuvres artistiques pour les classes de 5^e année

Le 4 juin à 18 h 30

Comme ce sont les travaux des jeunes des 5^e année qui seront exposés, l'invitation s'adresse uniquement aux parents de ces écoliers. Votre enfant aura des coupons à vous offrir.

Masques, dessins, peintures seront exposés et un petit spectacle vous sera présenté avec grand plaisir. Une autre soirée bien remplie et qui laissera à tous de merveilleux souvenirs.

Gala Reconnaissance de La Jacques-Cartier

Étoiles de la Jacques-Cartier dévoilées !

Le ciel de La Jacques-Cartier brillait de tous ses feux le 1^{er} mai dernier alors que les Étoiles de La Jacques-Cartier étaient dévoilées au Centre communautaire de Saint-Gabriel-de-Valcartier.

Près de 200 personnes s'étaient déplacées pour célébrer les Étoiles de La Jacques-Cartier, cette toute première édition du gala reconnaissance de la MRC et du CLD de La Jacques-Cartier, sous la présidence d'honneur de M. Daniel Gauvin, propriétaire du restaurant Le Batifol.



Voici les treize récipiendaires reconnus pour leur contribution exceptionnelle au développement et au rayonnement de La Jacques-Cartier.

- Village Vacances Valcartier – catégorie Attraction ou entreprise touristique iFX Productions;
- Ambioner – catégorie Industrie et commerce SADC;
- Jeux d'Archets Suzuki – catégorie Mise en valeur de la culture;
- Corporation de la chapelle Saint-Joseph-du-Lac – catégorie Mise en valeur du patrimoine culturel;
- Recycell – catégorie Nouvelle entreprise;
- Cité Joie – catégorie Organisme à but non lucratif CRÉ de la Capitale-Nationale;
- Championnats du monde FIS de surf des neiges 2013 – catégorie Événement de l'année OTQ;
- Mélanie Grenier – catégorie Personnalité culturelle;
- Denis Savard – catégorie Personnalité d'affaires;
- Francis Vallée – catégorie Personnalité sportive;
- Brent Montgomery – catégorie Distinction municipale;
- Kim Lamarre – catégorie Personnalité féminine de l'année;
- Denis Savard – catégorie Personnalité masculine de l'année.

Source : Marie-Josée Labbé
Agente de communication

(418) 844-2160, poste 302

mjlabbe@mrc.lajacquescartier.qc.ca

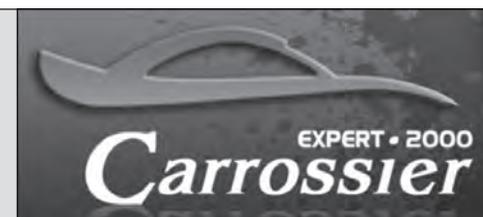


Genevyève Paré
Propriétaire

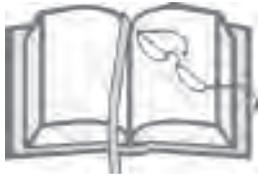
CARROSSIER EXPERT 2000

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



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



Voici enfin le printemps...

Voici, enfin, le printemps,
Obéissant au soleil et à sa chaleur,
Irradiant les pousses et les bourgeons dormeurs
Cadenassés par la froidure beaucoup trop longtemps:
Il est venu le moment de la renaissance, des éclosions

Et des eaux vives qui rugissent dans les bois.
Nos peaux éburnéennes offertes aux brûlants rayons,
Fidèles comme des tournesols qui suivent leurs lois.
Il est dès lors révolu ce long hivernage:
Nuits longues et jours trop courts,

Le solstice d'été s'approche, lumineux passage,
Étirant les secondes, les heures et les mois d'amours...



Pervenches, jonquilles, lilas, crocus et bientôt rouges
épervières,
Roses des sables, pensées délicates, pivoines cramoi-
sies et roses trémières
Iris d'eau, mauves, marguerites, orchidées et hirsutes
monardes,
Néflier, nicotine, muguet et oeillets de poète qui
tardent...
Tous les parfums, tous les effluves, toutes les fra-
grances
Exhaleront singulières odeurs, parfois épicées.
Mésanges à tête noire, merles moqueurs, grives musi-
ciennes et pics dorés
Picossant l'écorce ou chantant la fin des dormances,
Saluant la force et la vigueur de la Vie qui nous offre
sa romance.

par Jean-François Gerardin, 25 avril 2014.

N.B. Au moment où j'écris ces lignes de réveil de la
nature, la neige vient de cesser...

La massothérapie chez les personnes plus âgées, 2^e partie

Dans ce volet, j'aimerais aborder les bienfaits de la massothérapie sur nos aînés d'un point de vue physiologique et notamment par l'intervention du massage suédois et de la kinésithérapie (thérapie par le mouvement).



Le massage suédois est une approche corporelle biomécanique qui agit sur le système locomoteur de notre corps: les muscles, fascias, ligaments, tendons. Il a donc un impact direct sur les articulations auxquelles ils se rattachent.

Le thérapeute utilise des manœuvres successives qui ont pour but d'assouplir la musculature, dénouer les nœuds, les tensions, activer la circulation sanguine pour une meilleure oxygénation des tissus, drainer les toxines.

L'utilisation de quelques mobilisations douces ciblées, telles que des petites tractions cervicales et lombaires, les étirements musculaires et les mouvements articulaires vont compléter le massage et permettre de ressentir immédiatement un sentiment de bien-être, plus de souplesse et une meilleure mobilité.

Les douleurs physiques que ressentent les personnes d'un âge avancé sont bien souvent dues à l'usure des cartilages (l'arthrose) des maladies inflammatoires (arthrite), des suites d'une chute (fracture, entorse) ou tout simplement à la sédentarité pour ne citer qu'elles. La raideur articulaire et les mouvements douloureux amènent la personne à s'auto-protéger et à restreindre ses mouvements.

Il faut savoir que le mouvement c'est la vie. Quand on arrête de marcher, de faire travailler ses muscles par des exercices, travaux ou gestes de la vie quotidienne, ceux-ci s'atrophient, se raccourcissent, génèrent des tensions. Les articulations ne sont plus lubrifiées, il est alors de plus en plus difficile de se mouvoir et cela conduit peu à peu à la perte d'autonomie.

Le massage, par son effet calmant mais également régénérateur, soulage efficacement des maux de dos, de cou, d'épaules ou autres. Associé à des conseils sur la posture, à de petits exercices simples de déverrouillage, il va permettre à la personne en perte d'autonomie de retrouver la conscience de son corps et lui faire confiance à nouveau.

Barbara Abadia, massothérapeute - kinésithérapeute

Jardins de vos rêves suite de la page 7

Voici des coordonnées qui vous seront utiles si vous voulez vous engager dans un projet qui répond aux valeurs et à la vision entretenues par cette entreprise lavalloise.

Téléphone : 418 825-1081

Site Web :

www.lesjardinsdevosreves.com

Si vous tenez à vous immerger dans toutes les contrées où Sonia, Pierre et leurs enfants ont baigné, et les suivre à la trace lors de leurs périples, consultez deux de leurs livres à la bibliothèque du Trivent : *Tableaux du monde* et *Les Jardins de vos Rêves*.

Et, cet été, passez donc à Saint-Ferdinand pour visiter ces fameux «Jardins de vos Rêves».

Je termine ce compte-rendu en ajoutant un poème acrostiche qui, selon ma vision, brosse fidèlement la philosophie qui est à la base des aménagements pay-sagers proposés par Ancolie, Saule et Simon, à l'instar de cette autre entité *Les Jardins de vos Rêves* tenus par Sonia Mondor et Pierre Séguin.

LE MONDE d'OR des MONDORS

Le monde d'Or des Mondors,
Epoque «rêvée», menu vert à votre portée;

Monde d'Or dynamisé par des «jardiniers» inspirés,
Obsédés par la Nature, attentifs à son sort,
Nature...llement portés à préserver sa biodiversité
Dédiés à mettre en valeur sa primitive beauté,
Epris d'aménagement et de développement durable.

De Saint-Ferdinand à Sainte-Brigitte-de-Laval, une
équipe remarquable,

Obéissant instinctivement à des principes sages,
Résolue à des réalisations toujours à la page...

Demandez à Jardins de vos Rêves une estimation
En vous adressant à Saule, Ancolie ou Simon,
Soucieux de vos desiderata et aptes à vous guider,

Maniant des matériaux nobles et férus de vivaces;
Offrant plans et devis «maison» à votre curiosité;
Néanmoins décidés à soigner vos espaces:
Durabilité, esthétique, insertion harmonieuse;
Occasion rare de cautionner une «autre vision»;
Rcherche d'intégration juste à une nature riieuse,
Servie par une équipe chevronnée et porteuse d'horizons.

par Jean-François Gerardin

**ABAT-POILS
TOILETTAGE**

 chiens & chats

192, ave. Ste-Brigitte
Ste-Brigitte-de-Laval, Qc
GOA 3KO

418 825-2103

Réservation Service personnalisé

**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
Méditation et Créativité

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

Les douleurs au travail

Vous ressentez de la gêne ou des douleurs spécifiques au travail? Les gestes répétitifs vous font souffrir? Vous avez de plus en plus d'inconfort à effectuer vos tâches quotidiennes professionnelles? Peut-être souffrez-vous de troubles musculo-squelettiques, qui représentent plus de 70% des maladies professionnelles reconnues.

Les TMS en bref

Tendinites aux épaules, syndrome du tunnel carpien, maladies du coude, lombalgies... Les troubles musculo-squelettiques, appelés TMS, recouvrent une quinzaine de pathologies professionnelles. Ces troubles figurent parmi les problèmes de santé au travail les plus répandus. Les TMS atteignent les muscles, les tendons et les nerfs des membres supérieurs et inférieurs de votre corps. Un travailleur sur dix serait affecté par ces douleurs, causées par la répétition des mouvements quotidiens. Les articulations touchées sont nombreuses: la main, les doigts, le poignet, le coude, l'épaule, le genou, la cheville et le pied. Ce vaste éventail de pathologies concerne particulièrement les pays industrialisés, qui en payent le prix par un taux croissant d'absentéisme au travail.

Les causes

Les activités professionnelles qui impliquent des mouvements fréquents et répétitifs ou ceux qui imposent au corps une posture non naturelle peuvent être responsables de vos douleurs. L'augmentation des TMS résulte d'une combinaison de facteurs. Les facteurs biomécaniques sont dus à la répétition des gestes, les efforts excessifs, les postures non naturelles, les angles articulaires extrêmes, l'exposition au froid ou encore aux vibrations. Les facteurs psychosociaux font référence à la perception que vous avez de votre travail. En effet, le degré d'insatisfaction, de tension et le manque de reconnaissance peuvent avoir des répercussions négatives sur votre corps.

Parmi les mouvements répétitifs les plus à risque, on retrouve :

- Les postures fixes ou contraintes;
- La répétition permanente des gestes;

- La concentration de la force sur de petites parties de votre corps (mains, doigts, poignets);
- Le manque de récupération efficace après l'effort;
- La chaleur, le froid, les vibrations.

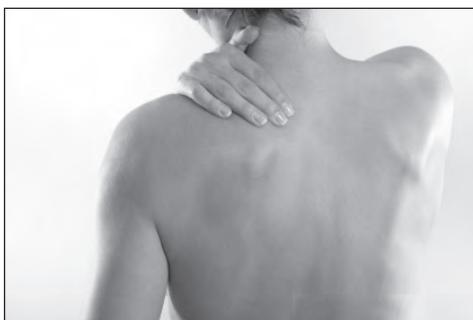
Les traitements

La diminution des mouvements qui créent les lésions et les douleurs musculo-squelettiques demeure la solution la plus efficace. Par la douleur, votre corps vous manifeste une incapacité à pouvoir répondre aux efforts constants. Il est donc recommandé de restreindre ces gestes qui vous blessent. Il est également possible de porter une attelle afin de limiter ou mobiliser l'articulation douloureuse. L'application du froid ou encore des exercices spécifiques permettent de réduire la douleur et l'inflammation que les lésions provoquent. Les exercices d'assouplissement sont souvent nécessaires, car ils stimulent la circulation sanguine et réduisent par le fait même la tension musculaire.

En cas d'apparition de TMS, n'hésitez pas à consulter un docteur en chiropratique pour bénéficier de soins efficaces et personnalisés à votre problème, ainsi que pour en savoir plus sur les programmes d'exercices bénéfiques pour votre santé. Un TMS mal soigné peut s'aggraver, ce qui allonge la durée du traitement et de convalescence, et peut développer des complications d'ordre neurologique beaucoup plus graves. Prenez soin de votre corps et il prendra soin de vous!

Dr Julien Aubé

Source: ACQ - Association des chiropraticiens du Québec - ACQ



La face cachée des «flip flop»



L'été arrive à grands pas, croyez-le ou non! Et les sandales de plages feront leur apparition. Notez que les gougounes sont bel et bien des sandales «de plage» et ne devraient donc pas être portées pour de grandes marches.

Voici les impacts de ces flip flop sur vos pieds :

Cheville: Les sandales de plage ne contiennent pas d'attache pour soutenir la cheville. Les entorses de cheville peuvent alors survenir plus facilement.

Douleur au talon: L'été est une période très propice pour avoir une douleur au talon et cela s'explique en grande partie par le port de sandales. Comme elles n'offrent pas un bon support, les ligaments et tendons sont constamment sous tension.

Les douleurs aux talons sont de plus en plus présentes pour le groupe d'âge «15-25 ans», une tranche d'âge pour laquelle les douleurs aux pieds sont plutôt rares normalement. Les experts croient que de porter des sandales de plage quotidiennement pourrait en être la cause principale.

Orteils: Comme la sandale ne tient pas le pied comme il se doit, les études montrent que les gens qui en portent doivent crisper des orteils pour les maintenir dans leurs pieds. Cela pourrait mener à des problèmes tels que des orteils marteaux.

Bien des douleurs pourraient être évitées par le port de bonnes chaussures, sans nécessairement devoir opter pour des traitements plus poussés.

Dre Coralie Emond, podiatre



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
Copropriété, projet de développement
Piquetage et bornage de terrains et terres

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

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

Appareils électroménagers



F. Couillard
Réparations
de toutes marques

418 661-7313

Installation de lave-vaisselle

24, du Domaine
Ste-Brigitte-de-Laval
(Québec) G0A 3K0

T 418 825-1093
F 418 825-1092
ebenisterie2003@live.com



Cuisine, salle de bain et mobilier



SCIAGE de béton

A. Tremblay Inc.

<p>Sciage Asphalte Joints d'expansion Murs - Planchers - Portes - Fenêtres</p>	<p>Commercial et résidentiel R.B.Q. : 8229-6963-28 sciage@live.ca</p>	<p>Forage Trous 1 à 24 pouces de diamètre</p>
<p>Alain ou Michael Tremblay 80, rue Tremblay Ste-Brigitte-de-Laval, Qc, G0A 3K0</p>	<p>Bureau: 418 825-3304 Cellulaire: 418 808-6557 Télécopieur: 418 825-2948</p>	

Petites annonces

Tombée le 4 juin 2014
alinegfortier@hotmail.com
Tél: 418 825-1182

Douche neuve 38 x 38 po. en verre, avec porte, base, etc. 250 \$.

825-1188

Maison 3 chambres, sous-sol fini, garage. Se présenter au

32, rue Richelieu.

Réfrigérateur Amana inox, 2 portes, congélateur en bas. Lave-vaisselle inox Frigidaire. Très propres.

825-2326

Pneus 4 saisons: 2 de gr. 175 70R14 à 15 \$ ch. - 4 de gr. 185 65R14.

825-2803

Terrain 43056 pi.c. S'adresser au no 144, rue Auclair.

825-1502 ou 661-0978

Attache pour remorquer une roulotte, (10 000 lbs), *anti-swing*, barres de torsion, 325 \$.

626-3249

Roulotte 1994, 35 pi. 2 ch. toilette, douche, rallonge escam. cuisinette, (9 pers) très bon état. à Ste-Brigitte.

948-5491

Vente de fermeture de maison les 24 et 25 mai ou avant sur appel.

825-1424, cell:261-1264

4 pneus été Toyo 205-65R15. Prix à discuter.

825-3236

Trailer avec 2 essieux, 4 X 8, 1 900 \$ négociable.

825-2566

À LOUER

Maison rue Saint-Louis, vue sur les montagnes, à louer à bon prix.

825-1188

SERVICES

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

825-1406 ou 255-0125

Pitou, Minou, Toutou, dame garderait votre animal de compagnie. Bons soins assurés.

825-2453

Nettoyage printanier, tonte de pelouse, rénovations int. et ext, et plus.

907-5714

Mise au point et réparation tondeuses et mini-moteurs, aussi, réparation de pare-brise.

825-1653

Infirmière retraitée offre ses services préposée aux personnes âgées ou handicapées, entretien ménager, le tout à temps partiel.

265-0834

Dame fiable et honnête ferait entretien ménager.

934-8183

Homme à tout faire, préretraité, en forme, disponible pour tous types de travaux (j'ai construit ma maison et mon chalet).

825-1495

GARDIENNES

Nouvelle garderie: ouverture fin septembre pour enfants 6 mois à 5 ans à 30 \$ par jour.

825-5091

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

825-1653

Friperie C.S.V.P.

Avec le printemps qui tarde mais qui arrivera sûrement, vous êtes probablement dans le ménage de vos vêtements et ceux de vos enfants. Vous voulez également vous départir de jouets, de livres, de cassettes et de DVD.

Pourquoi ne pas nous encourager en nous les donnant ? Apportez-les au local de la Friperie les jours où nous sommes ouverts ou téléphonez-moi au 825-3609, pour un autre moment de votre choix. Merci à tous et à toutes.

Les heures d'ouverture de la Friperie C.S.C.P., au sous-sol de l'église, sont les suivantes:

1^{er} et 15 mai, 5 et 19 juin de 18 h 30 à 20 h

Vous pouvez aussi venir acheter, à prix modique, des vêtements d'été et d'hiver, des souliers, des bottes, des vêtements de maternité, des livres, des cassettes, des DVD, des CD, des jouets et bien d'autres choses encore.

Nous serons fermés en juillet et août mais nous serons toujours disponibles si vous avez des demandes ou des choses à offrir.

Bienvenue à tous.
Pour de l'aide ou de l'information:

Marie-Claude Servant prés.
418 825-3609



Le Lavallois

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

Le Lavallois

C. P. 1020

Sainte-Brigitte-de-Laval, G0A 3K0

Tél. : 418 907-7172

Courriel : lelavallois@ccapcable.com

Web : www.lelavallois.com

L'équipe du Lavallois

CONSEIL D'ADMINISTRATION

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

COLLABORATEURS

Marie-Andrée Renaud, montage
Rita Boucher, montage
François Beaulieu, site web

Calendrier du Lavallois

2014

Tombée	Sortie
04 juin	13 juin
06 août	15 août
10 septembre	19 septembre
08 octobre	17 octobre
05 novembre	14 novembre
03 décembre	12 décembre

Prenez bien note

Vous devez être membre du Lavallois 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.

Merci de votre collaboration

COLLABORATEURS



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

ANNE-MARIE LUNEAU
MASSOTHÉRAPEUTE

TECHNIQUE AMMA
REÇU D'ASSURANCE

Lundi au vendredi : 9 h à 21 h
Samedi de 10 h à 13 h

172, Ave Ste-Brigitte, Ste-Brigitte-de-Laval
Tél : 1-418-809-8892 Facebook Massothérapeute
Pranaluna offre spéciale 90 min. 55\$



Mardi : 9 h à 21h / mercredi et jeudi soir de 19 h à 21h
Massages Thérapeutiques • Relaxation • Lâcher-prise
Santé et Énergie



Nicole Ador
Naturopathe & Massothérapeute spécialisée
418-922-5940

L'expérience à votre service!
Membre A.N.Q. et R.M.Q.

<http://everyoneweb.fr/nicoleador>

Jin Shin Do, Réflexologie des Pieds, Massage de tête



Estimation gratuite

Monsieur Bricole

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



Francis Racine Rés : 418 606-8036
25, rue du Calvaire Autre : 581 990-9959
Ste-Brigitte-de-Laval Courriel :
Qc. G0A 3K0 francisracine2@gmail.com

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

Gaétan Lavoie



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



REMBOURRAGE
Gilles Noël ENR
Résidentiel & Commercial

ESTIMATION GRATUITE • TRAVAIL GARANTI

- Remboursement 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



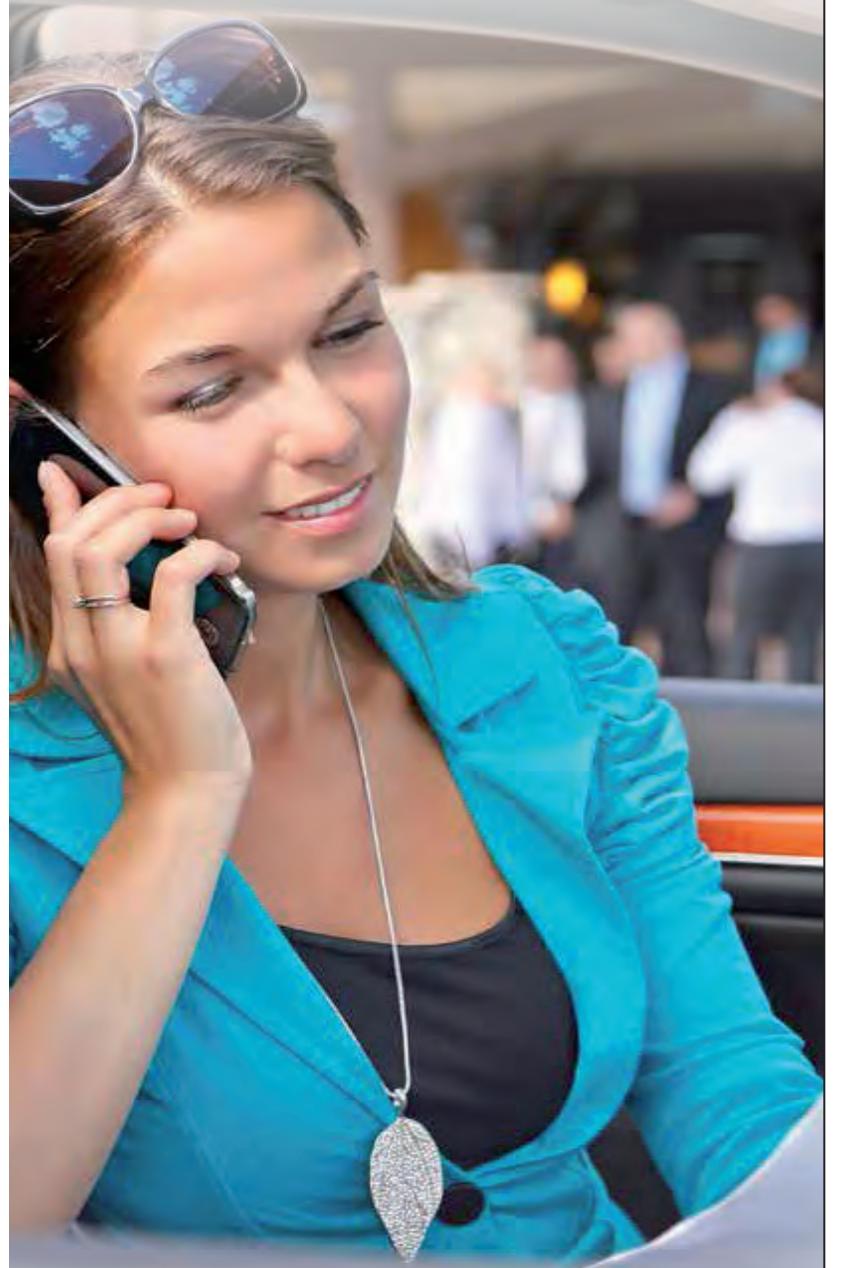
TÉLÉVISION + TÉLÉPHONIE + INTERNET

ET
MAINTENANT
téléphonie mobile

Claude Carré
Lac-Beauport



Julie Rodrigue
Québec



Martine Lachance
Ste-Brigitte-de-Laval

PROMOTION 3 SERVICES



TÉLÉVISION
+ TÉLÉPHONIE
+ INTERNET

à partir de
74,95 \$
/MOIS

Pour plus de détails : www.ccapcable.com

Choisir la CCAP

parce que c'est fait pour vous!

À la CCAP, c'est le service avant tout!

Quelle que soit votre réalité, nous offrons à nos membres un service personnalisé adapté à leur style de vie.

Contactez nous pour savoir comment vous pouvez vous aussi bénéficier de ce service!

418.849.7125
www.ccapcable.com

20 860, boul. Henri-Bourassa



@ ccap cable
@ CCAP.TV