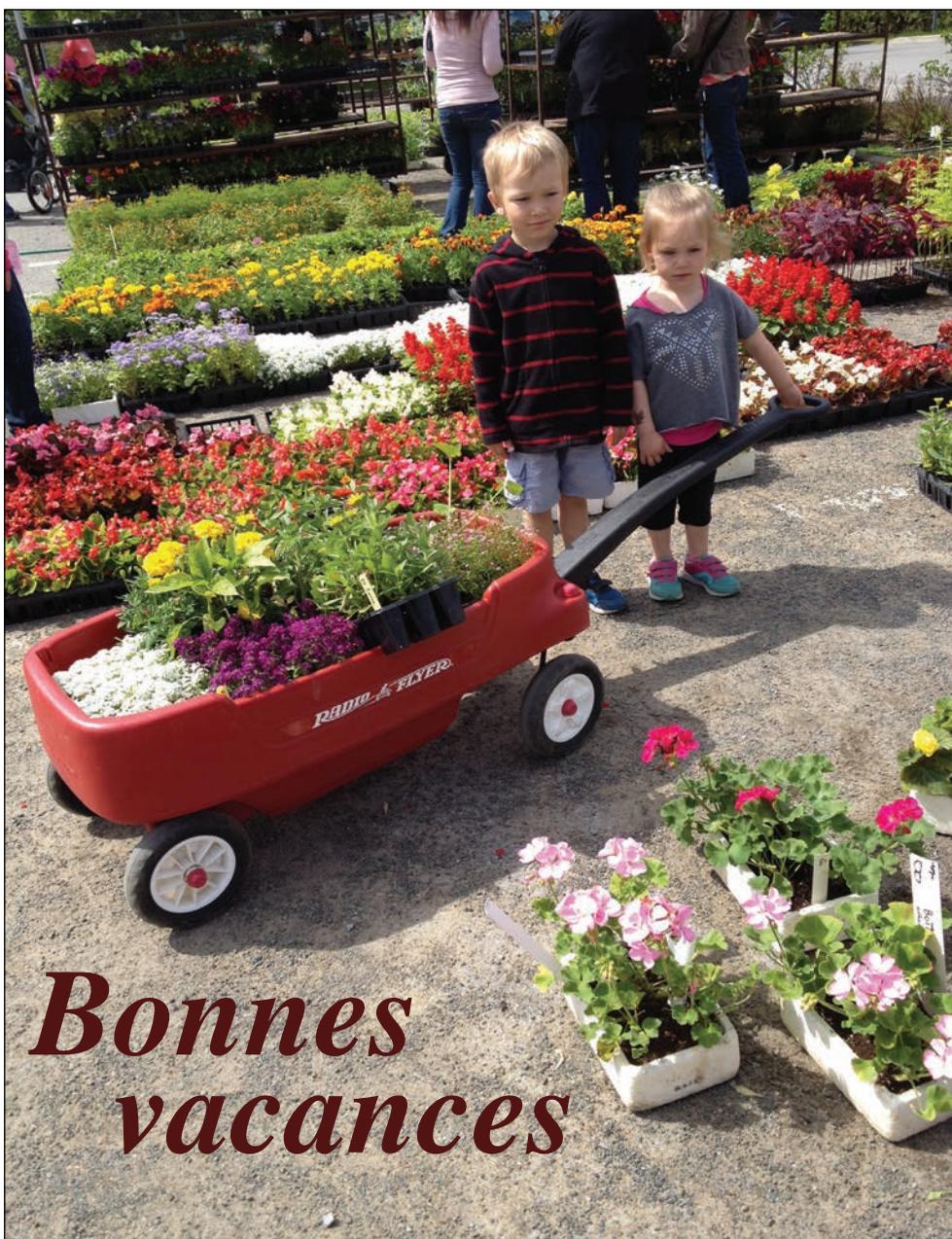




# Le Lavallois

*Le journal de Sainte-Brigitte-de-Laval*



## Bonnes vacances



### Bonne fête des pères

*Je l'aime*

*Il m'aime*

*C'est mon idole*

*Il est comme un oiseau qui vole*

*Toujours de bonne humeur*

*Content de mon bonheur*

*Il m'offre de l'amour*

*Et n'exige rien en retour*

*Devinez qui c'est ?*

*C'est mon papa bien aimé.*



### À lire

*Recycell p. 4*

*Les gens d'affaires s'organisent p. 6*

*Le Trivent bouillonne de talents*

*p. 5 - 12 - 14 - 17*

Jun 2014

Volume 32

Numéro 5

### Accommodation chez Pat

BIÈRES, VINS, VIDÉOS  
Loto-Québec

418 825-2009

407, ave Ste-Brigitte

Tout pour vos besoins



**VANESSA TREMBLAY**

224, avenue Sainte-Brigitte, local 102  
418 825-4646

**HEURES D'OUVERTURE**  
Lundi : 9h30 à 18h30  
Mardi au vendredi : 9h30 à 21h  
Samedi et dimanche : 10h à 16h

- Service d'infirmière
  - Service de livraison gratuit
- Détails en succursale

restaurant

## le Lavallois

418 825-2969

Voir nos spéciaux  
à l'intérieur p. 14

Dre Julie Linteau



### Clinique dentaire Sainte-Brigitte

224, Ave Ste-Brigitte

418 606-8125

Lundi - mardi - jeudi - vendredi + deux soirs semaine

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

Dr S.A. Bellavance



## 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

CCAP a 30 ans.....	2
Événement Découverte.....	3
Transport collectif.....	3
Groupe d'affaires SBDL.....	6

## Entrevue

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

## La vie de chez nous

Textes élèves de 6 <sup>e</sup> .....	5
Nouvelle dentiste.....	8
Chorale.....	8
Fête des voisins.....	8
Aux végétaliens.....	9
Course 4 CSDPS.....	9
Lettres ouvertes.....	10-21
Course 3 km Trivent.....	12
Vente de fleurs.....	13
Spectacle musical Trivent.....	14
La Barak.....	15
Matinée mères-enfants.....	15
Trèfle d'Or.....	16
Créa-show 5 <sup>e</sup> Trivent.....	17
Âge d'Or.....	19
Fermières.....	21
VU D'ÉTÉ, CCAP.....	23
Friperie.....	23

## Chroniques et annonces

Ici et maintenant.....	4
Horticulture.....	18
Chronique de massothérapie.....	20
Chronique juridique.....	22
Chronique chiropratique.....	22
Petites annonces.....	23



La Coopérative de câblodistribution de l'arrière-pays (CCAP) est fière de célébrer ses 30 ans d'existence en 2014. Afin de souligner l'évolution de la Coopérative depuis sa création et remercier ses membres, plusieurs activités seront organisées de juillet à novembre.

Dans le cadre du concours 30 prix pour les 30 ans, la CCAP attribuera plus de 11 000 \$ en prix dont des paires de billets pour le Festival d'été de Québec, des cartes-cadeaux de 100 \$ dans divers restaurants, des enregistreurs numériques, des billets de saison de ski et finalement, un crédit voyage d'une valeur de 5 000 \$!

Les tirages auront lieu à tous les mois, de juillet à novembre. Pour participer, les membres de la CCAP peuvent s'inscrire de quatre façons: en aimant la page Facebook de la CCAP, en s'inscrivant sur [www.ccapcable.com](http://www.ccapcable.com) et en complétant le bulletin participation lors de la Journée porte ou-

verte du 6 septembre. La Journée porte ouverte se veut un événement festif, familial et rassembleur.

Pour plus de détails sur le concours, sur l'événement porte ouverte et sur tous les autres projets en lien avec les 30 ans de la CCAP, les citoyens sont invités à consulter le site de la CCAP au [www.ccapcable.com](http://www.ccapcable.com).

Depuis maintenant trois décennies, la CCAP dessert les clients de la partie nord de la ville de Québec pour leurs besoins en télédistribution. Elle compte maintenant plus de 16 500 membres actifs à qui elle offre un service de haute qualité et des produits compétitifs.

Source: Maryna Carré

Responsable communication / marketing  
(418) 849-7125 x7114  
[mcarre@ccapcable.com](mailto:mcarre@ccapcable.com)



**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**





# L'Événement Découverte

## Une 7e édition haute en couleurs!



C'est le samedi 23 août prochain que tous les citoyens sont invités à fêter La Jacques-Cartier. Cette année, rendez-vous à Lac-Beauport pour la 7e édition de l'Événement Découverte. Pour célébrer sa belle et vaste région, la MRC de La Jacques-Cartier prépare toute une journée; jeux gonflables, spectacles pour toute la famille et soirée enlevante, gracieuseté du Mercedes Band et de Pépé et sa guitare!

Une panoplie d'activités attend les résidents et visiteurs à cet événement visant à faire découvrir et célébrer La Jacques-Cartier. Pour les petits, des tours de poney, du maquillage, des jeux gonflables, ainsi que des spectacles pour toute la famille les divertiront à coup sûr. Quant aux adultes, ils auront le loisir de visiter une vingtaine d'exposants du territoire qui mettront en évidence leur talent et leurs idées. De plus, ils pourront aussi prendre part aux trois circuits exploratoires permettant de découvrir les charmes et la beauté de la municipalité hôte, Lac-Beauport; randonnées en bateau et visite d'ateliers d'artistes sont entre autres au programme.

### Souper champêtre

Après une journée d'activités bien remplie, la MRC réserve à 350 chanceux un délicieux souper champêtre. Pour aussi peu que 20 \$ plus taxes pour les adultes et 10 \$ plus taxes pour les enfants, les visiteurs auront droit à un souper trois services servi aux tables, accompagné d'un verre de vin, en plus d'avoir aussi accès aux spectacles du Mercedes Band et de Pépé et sa guitare. Une nouveauté cette année; il sera désormais possible de réserver une table au coût de 180 \$ plus taxes.

Des billets pour assister aux spectacles du Mercedes Band et de Pépé et sa guitare sont également disponibles au coût de 10 \$ plus taxes. Réservez votre place dès le 16 juin au (418) 844-2160 ou par courriel au [mrc@mrc.lajacquescartier.qc.ca](mailto:mrc@mrc.lajacquescartier.qc.ca)

### Plaisir et souvenirs assurés!

En soirée, venez-vous déhancher au son du Mercedes Band! Soulevant les foules depuis près de 20 ans, le

Mercedes Band propose un spectacle explosif où le rock de plusieurs groupes mythiques des années 70 et 80 sera à l'honneur. Suivra ensuite le spectacle de Pépé et sa guitare. Fort de ses cinq albums et de plus d'un millier de spectacles derrière le micro, Pépé transportera son auditoire à coup sûr avec son énergie scénique explosive et ses chansons parfois puériles, parfois profondes, mais toujours accrocheuses. Plaisir et fourmis dans les jambes garantis!

**Le 23 août prochain,  
c'est un rendez-vous!  
Lac-Beauport sera en fête!**

*Source : Marie-Josée Labbé  
Agente de communication  
(418) 844-2160, poste 302  
[mjlabbe@mrc.lajacquescartier.qc.ca](mailto:mjlabbe@mrc.lajacquescartier.qc.ca)*



## Coût du laissez-passer mensuel

C'est à partir du 1er juillet prochain que le coût du laissez-passer mensuel du Transport collectif de La Jacques-Cartier (TCJC) augmentera légèrement.

Le coût d'un passage simple demeure à 4\$. Le laissez-passer mensuel général passera toutefois à 81\$ alors que les laissez-passer mensuels étudiants et aînés s'élèveront désormais à 58,50\$. Cette hausse de 2,5% permet non seulement au TCJC de s'arrimer au tarif en vigueur des services de transports collectifs voisins, mais aussi de suivre l'augmentation des coûts et de soutenir le développement de son service.

Pour plus d'informations, consultez le [www.tcjacquescartier.com](http://www.tcjacquescartier.com) ou contactez-nous au 418 844-2160.

Pour suivre et tout savoir, retrouvez le TCJC sur Facebook et Twitter!

## Le transport collectif à l'écoute de ses usagers

### Importants changements à l'offre de services

Les usagers du Transport Collectif de La Jacques-Cartier (TCJC) ont toujours été au cœur des décisions. Ils seront heureux d'apprendre, qu'une fois de plus, le TCJC a été à l'écoute de leurs besoins et réalité. À la suite d'un sondage sur les besoins de sa clientèle et de l'analyse des statistiques d'utilisation des différents circuits proposés, d'importants changements à l'offre de service entreront en vigueur dès le 1er juillet 2014.

À Sainte-Brigitte-de-Laval, le parcours 42 qui terminait sa course au Terminus RTC Beauport sera converti en nouvel horaire du parcours 41. Par ailleurs, ces deux circuits seront prolongés et se rendront jusqu'au Cégep de Sainte-Foy en passant par l'Université Laval via le boul. René-Lévesque.

### Des petits pas constants

Au cours des dernières années, le TCJC avait pris l'orientation de développer tout service additionnel vers les terminus RTC afin de permettre une plus grande fréquence. Devant le peu d'intérêt de la clientèle pour ces

parcours, le TCJC réajuste le tir pour offrir aux usagers des parcours complets. Le TCJC espère ainsi que les nouveaux horaires proposés permettront de recruter de nouveaux adeptes.

### Le service

Pour tout l'été, des supports à vélos sont disponibles sur les véhicules pour permettre à la clientèle de combiner transport collectif et actif. Rappelons également l'accès WiFi gratuit disponible en tout temps, sans oublier la qualité des autobus, lesquels sont confortables, spacieux et munis de l'air climatisé.

Visitez le [tcjacquescartier.com](http://tcjacquescartier.com) pour consulter les nouveaux horaires ou encore surveillez le nouveau guide horaire dans votre courrier!

*Source : Marie-Josée Labbé Information :  
Agente de communication  
(418) 844-2160, poste 320*



**ABAT-POILS  
TOILETTAGE**

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](mailto: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**



par Jean-François Gerardin

# Communication

De façon générale, l'être humain, le bipède doté d'un néocortex, demeure un être grégaire depuis la nuit des temps. Tout comme la majorité des animaux qui vivent en troupeau, en meute, en horde, en essaim, en bande et j'en passe.

En effet, l'homme a besoin de ses congénères pour se définir, pour construire son identité et pour apprendre; même si cet apprentissage est difficile dans maints contextes socioculturels où exprimer et vivre sa différence exigent de l'audace et du courage. L'homme a besoin de l'autre car la peur primale de la solitude habite l'humanité.

Être accepté de l'autre, des autres, est essentiel à qui veut rompre les chaînes de la solitude. Mais la société a manifestement changé, et ce, en profondeur. Les paradigmes d'hier ne sont plus appropriés pour aujourd'hui. La collectivité, voire la communauté familiale, s'est clivée fortement et les gadgets modernes ont largement contribué à transformer les échanges formels et nombreux en conversations virtuelles qui semblent rassembler mais qui, selon moi, isolent, petit à petit, les individus des rencontres significatives et nourricières.

Avec ce préambule, abordons le sentiment d'appartenance qui vient normalement quand des communautés humaines se créent et se développent. Mais, il convient ici de distinguer entre ce premier sentiment d'appartenance inhérent à un groupe constitué naturellement et ce sentiment d'appartenance plus évolué qui requiert de la part de la majorité d'une collectivité une adhésion significative au bien-être des individus et à l'essor en commun.

Or, pouvons-nous dire aujourd'hui que le ciment de la solidarité, de l'appartenance et de la cohésion sociale nous a fusionné à Sainte-Brigitte-de-Laval?

Pouvons-nous dire, actuellement que nous échangeons régulièrement entre nous, que nous avons accès à des lieux propices pour des échanges humains et une meilleure compréhension sociale.

Partageons-nous nos connaissances, nos richesses, notre originalité, notre précieuse différence où vivons-nous plus que jamais en serre, en vases clos ou en silos séparés?

Autant de questions qui me trottent depuis longtemps dans la caboche et dont je me demande si elles trouveront une quelconque réponse. Hier, les rencontres informelles se tenaient pour beaucoup, sur le parvis de l'église ou lors des fêtes qui rassemblaient la plupart des habitant(e)s. D'autres circonstances contribuaient également à maintenir la communauté solidaire. Mais aujourd'hui, que pouvons-nous nous offrir pour susciter et favoriser des occasions de rassembler, dans un même lieu, le plus grand nombre et s'enrichir collectivement?

Dans cette immense cour de récréation faite de rivières, d'épinettes et de sapins, est-il utopique de croire à des lieux dédiés aux grands rassemblements quelle que soit la période de l'année? Existe-t-il de la place pour des jardins communautaires qui favorisent le voisinage? Des initiatives vertes, durables et mobilisatrices pour toute notre collectivité?

Où sommes-nous condamnés, à brève échéance, à

maintenir béants les fossés qui nous séparent déjà trop? Sommes-nous en passe de devenir une ville dortoir où chacune et chacun s'occupe de ses petites affaires derrière des rideaux tirés et des portes verrouillées? L'avenir nous le dira: à court ou à long terme. Si vous avez des idées, des projets ou des suggestions destinées à améliorer la vie sociale de notre jeune ville, faites signe à Mme Sabrina Thomassin ou encore à M. Charles Duchrocher au 418 825-2515 à la ville de Ste-Brigitte.

On ne sait jamais, il existe suffisamment de comités bénévoles pour accueillir du neuf.

## De belles vacances pour Éva Prévost



Dans le cadre de la promotion de la Caisse scolaire «Mes parents et MOI, toute une équipe!», Éva Prévost, jeune membre de la Caisse Desjardins de Beauport et élève à l'école Le Trivent, a remporté un forfait vacances d'une valeur de 700 \$.

### Saint-Augustin



Jolie maison très bien entretenue, près de tout. Très lumineuse avec sa verrière et chaleureuse avec son foyer au gaz au salon. 3 chambres à l'étage et salle de bain en granite. Une cour arrière intime clôturée et un aménagement paysagé qui vous donneront l'impression d'habiter la campagne en ville! Une visite suffit pour que vous soyez charmés! 333 000 \$

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

[www.helenelauzier.com](http://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



### Salon d'Esthétique Chantaube

Mélanie Allard

Esthéticienne

7 des Merisiers  
Ste-Brigitte-de-Laval (Québec)  
G0A 3K0  
418 825-0015

[melanieallard@ccapcable.com](mailto:melanieallard@ccapcable.com)



**Groupe Altus**

Évaluation et fiscalité municipale  
Analyse immobilière  
Solutions technologiques  
Géomatique

1265, boulevard Charest Ouest,  
bureau 1200, Québec (Qc) G1N 2C9  
T 418.628.6019 F 418.628.5200  
[www.groupealtus.com](http://www.groupealtus.com)

**MARLIN**  
CHEVROLET INC

**Yves Thomassin**  
Représentant

418 688-1212  
2145, rue Frank-Carrel  
Québec, Québec G1N 2G2  
[www.marlinchev.gmcanada.com](http://www.marlinchev.gmcanada.com)

Ligne directe 418 688-1242,  
poste 225  
Fax: 418 688-1281  
[y.thomassin@marlinchev.com](mailto:y.thomassin@marlinchev.com)



**Wilbrod Robert**

418 661-9223

[wilbrodrobert.com](http://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

# Plus tard, j'aimerais être...

## Textes composés par des élèves de 6<sup>e</sup> année

### Remorqueur



Quand je serai grand, je serai un remorqueur. Selon moi, remorqueur c'est amusant parce que quand on voit le client satisfait, on est content. Je rêve de ce métier depuis que je suis haut comme trois pommes. Ça fait trois ans que j'aide mon beau-père dans ce domaine.

La personne qui m'a incité à travailler dans ce domaine est mon beau-père. Le travail consiste à aider les gens en panne, dans les accidents, etc. Pour exercer ce métier, il faut être un bon travailleur, être poli, souriant et être prêt pour les défis. J'ai ces qualités!

Les choses qui me fascinent dans ce métier, c'est comment fonctionnent le camion et la plate-forme, comment attacher les voitures pour ne pas se faire arrêter par les contrôleurs routiers. Autrement, ils nous donnent une contravention. Pour réaliser ce rêve, il faut un permis de conduire. Mon résumé est que j'adore ce métier qui me fascine depuis ma douce enfance. Si ce rêve se réalise, je serai heureux et je créerai ma propre compagnie.

**Kevin Paquet**

### Médecin



J'aimerais devenir médecin parce que j'adore rendre service aux gens, les aider. Je veux faire ce métier depuis que je suis jeune. En fait, depuis le jour où je suis allée travailler à l'hôpital avec ma mamie. Elle est infirmière.

Je ne connais pas vraiment de gens qui font ce métier, mais ma mère et ma mamie sont infirmières. Par contre, ma mamie est à la retraite. Cette profession consiste à prendre soin des gens, les rassurer et les guérir. Dans cet emploi, tu dois être patient, sérieux, esprit d'équipe et plus.

Ce que j'aime de ce métier est de prendre soin des gens et de les voir heureux de repartir chez eux en santé. Pour réaliser ce métier, je dois aller au cégep et à l'université.

Plus tard je veux être médecin. Si j'atteignais mon but je serais fière de moi.

**Florence Garceau**

### Géologue

Je voudrais être géologue, car j'aime explorer de nouvelles choses. Je voulais travailler dans ce métier lorsque j'avais 8 ans.

Ce travail consiste à chercher des pierres rares. Pour être bon dans ce domaine, tu dois être débrouillard et minutieux afin de survivre si tu te perds.

Dans cette profession, il y a une chose qui me fascine: la découverte! Pour y arriver, je dois aller à l'université.

Voilà pourquoi je veux travailler dans cette profession. Si je parvenais à être géologue j'irais chercher mon chapeau!

**Adam Sebti**



### Agronome



Je m'appelle Jacob Bergeron et j'ai 11 ans. Quand je serai adulte, j'aimerais être agronome. J'aimerais faire ce métier, car j'adore les animaux, les plantes, la nature et l'agriculture. Je rêve d'être agronome depuis l'âge de sept ans. Je me suis beaucoup inspiré de mon

grand-père Hubert, qui est fermier. Je l'aide parfois à faire ses tâches à la ferme.

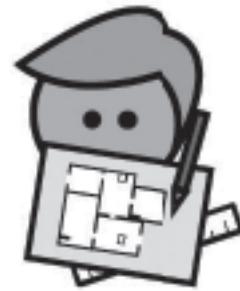
L'agronome est un ingénieur en agriculture. Il fait des études et des prélèvements de terre pour savoir quelle plante pourrait pousser dans une sorte de terre donnée. Il crée aussi de nouveaux croisements d'animaux. Pour être bon dans cette profession, il faut être autonome, positif, calme et déterminé. Ce que j'aime le plus dans ce métier, c'est le fait de travailler avec tout ce qui est vivant. J'aime aussi le fait de créer du nouveau dans le monde de l'agriculture. Cela me rendrait fier. Pour réaliser ce rêve, je devrai faire des études universitaires, améliorer mon autonomie et faire en sorte de ne jamais lâcher. Quand j'aurai terminé mes études, je déménagerai à la campagne.

En conclusion, plus tard, je serai agronome, j'aurai une ferme et plusieurs animaux! De plus, quand j'aurai réalisé mon rêve, je serai fier et heureux car j'aurai fait les nombreux efforts pour atteindre mon objectif, mon rêve. J'aime déjà mon futur métier. Qui sait, peut-être que j'aurai aussi une compagnie?

**Jacob Bergeron**

### Architecte

Je m'appelle Corinne Chabot et j'ai 11 ans. Plus tard, je voudrais être architecte. Je veux faire ce métier pour suivre les traces de mon papa, Martin Chabot et de ma tante Manon Chabot. Je rêve de faire cette profession depuis que j'ai réalisé que je dessine vraiment bien.



Ma tante m'inspire beaucoup car elle est architecte. Mon papa m'inspire autant car il est entrepreneur. Ils pourraient même faire affaire ensemble s'ils le voulaient. Pour faire ce métier, il faut être dynamique, persévérant et patient. Je possède toutes ces qualités. Lorsque je dessine, je continue même si ça ne fonctionne pas. Et c'est la même chose pour les arts plastiques ou les projets scolaires et personnels.

En plus, dans ce métier, il y aura toujours plein de gens qui vont m'entourer et c'est ça que j'aime puisque je suis sociable. Maintenant, la partie moins amusante est que je devrai étudier longtemps. Pour exercer cette profession, il faut être bonne en mathématique pour bien compter et mesurer.

Si jamais je réussis à réaliser mon rêve, je serai fière de moi, confiante et je marcherai la tête haute en tout temps!

**Corinne Chabot**

### Archéologue

Moi, plus tard, ce que j'aimerais être, ce serait archéologue. J'aimerais faire ce métier parce que j'ai toujours voulu chercher des trésors et aussi, pour aller dans les cavernes et plein d'autres endroits.

Je rêve de faire cette profession depuis que j'ai vu les films d'Indiana Jones. Je ne connais personne qui exerce ce métier. Ce métier consiste à trouver des trésors. Je crois que j'ai les qualités requises parce que je suis minutieux et courageux. Ce qui me fascine dans ce métier, c'est de chercher des trésors cachés.

Ensuite, ce que je dois faire pour réaliser ce rêve, c'est d'avoir de meilleurs résultats. J'espère vraiment y arriver!

**Antoine Turgeon**



**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

# Lancement du Groupe d'affaires de Ste-Brigitte-de-Laval

Le lancement du Groupe d'Affaires de Sainte-Brigitte-de-Laval a eu lieu le lundi 26 mai 2014, au Duff Bistrot. Une quarantaine de participants se sont réunis pour l'occasion, incluant la mairesse de Sainte-Brigitte-de-Laval, le représentant du député provincial Raymond Bernier, le représentant de la députée fédérale Éline Michaud et les représentants du CLD de la Jacques-Cartier.



Photos: Marie-Ève Turgeon  
Marie-Ève Turgeon lors de sa présentation

Mme Marie-Ève Turgeon de l'Agence SWAG, porteuse du projet, a présenté la structure adoptée pour le nouveau regroupement, les résultats du sondage d'intérêt et de fonctionnement, ainsi qu'une grille de programmation des activités 2014-2015.

## Initiative propice à l'essor

Les gens ont considéré, à l'unanimité, que l'initiative

était de bon augure et tout à fait propice au développement économique de la municipalité. Réjouis de la mise sur pied aussi bien orchestrée d'un tel groupe d'affaires, ils ont acquiescé à la plupart des modalités proposées. Plusieurs d'entre eux ont d'ailleurs adhéré, le soir même, au Groupe d'affaires de Sainte-Brigitte-de-Laval (GAS).

Le GAS offre un espace de réseautage unique, de collaboration avec le territoire et de visibilité pour les entreprises de chez nous. De plus, les différentes plateformes publicitaires mises à la disposition des membres sont une valeur ajoutée du regroupement.

## Programmation du GA

La programmation variée a également plu à tous. Elle comprend des rencontres mensuelles des groupes, en formule déjeuner ou 5 à 7, diverses activités sociales, une infolettre, un blogue, de l'aide entrepreneuriale, etc. Le GAS proposera également des conférences et des formations, un salon public, un tournoi de golf, de la publicité conjointe, etc.

## Contribution annuelle

Le membership débute à 150 \$ annuellement, la publicité à 10 \$ et les commandites à 500 \$, le tout afin de permettre à tous de bénéficier de cette belle opportunité de développement des affaires. Pour en connaître plus ou pour vous joindre au GAS, vous êtes invités à communiquer avec Mme Marie-Ève Turgeon au 418 825-1924 ou à [marie@etesvousswag.com](mailto:marie@etesvousswag.com).



## Prochaine rencontre le 17 juin

Vous pourrez aussi vous joindre aux membres actuels et autres participants au 5 à 7 spécialement organisé par et pour le GAS le 17 juin prochain, au Duff Resto Bar. Le coût sera de 15 \$ pour les non-membres incluant les taxes. Possibilité d'adhérer au groupe directement sur place et de participer à la soirée gratuitement.

La personne, accompagnée du plus grand nombre de gens d'affaires résidents ou non-résidents intéressés par le GAS pourra profiter de 50% de rabais sur le coût de son adhésion. Tirage et activité sont aussi au programme.

Ce sera le moment de venir prendre le pouls de cette opération entrepreneuriale à Sainte-Brigitte-de-Laval.

par Marie-Ève Turgeon  
418 825-7924, [marie@groupedaffairesbdl.com](mailto:marie@groupedaffairesbdl.com)  
Groupe d'affaires de Sainte-Brigitte-de-Laval (GAS)

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

**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

**CONSTRUCTION**  
**RICHARD CHABOT**

[www.constructionrchabot.com](http://www.constructionrchabot.com)    418 825-1954 • 418 808-0588    Suivez-nous sur

# Recycell: une entreprise de chez nous

par Jean-François Gerardin

Le premier mai dernier, le *Gala Reconnaissance*, la toute première édition des ÉTOILES DE LA JACQUES-CARTIER, soulignait la contribution particulière de citoyen(ne)s et d'entrepreneur(e)s de la région qui «contribuent à faire de notre territoire commun un milieu de vie stimulant, dynamique et prospère».

## Recycell

Parmi toutes les personnes présentes dont on soulignait le travail accompli et reconnu, le nom de Mélissa Bourque est apparu. En effet, cette jeune entrepreneure, résidante de Sainte-Brigitte-de-Laval depuis 5 ans maintenant, a fondé il y a un an, une entreprise «innovatrice, unique et originale qui allie écologie et technologie: *Recycell*».

Cette nouvelle compagnie, déjà en essor, achète et vend des cellulaires de seconde main en très bon état. Ces ventes s'effectuent au niveau pan canadien mais aussi ailleurs aux États-Unis, au Mexique, etc.

Madame Bourque a donc reçu cette marque de reconnaissance appelée *Étoile de la Jacques-Cartier*. Un fleuron de plus pour notre jeune ville et pour la MRC de la Jacques-Cartier.

## Mélissa Bourque

Une de mes collègues du journal, madame Diane Clavet, ayant attiré mon attention sur cette entrepreneure, j'ai pu rencontrer cette dernière à notre local du journal *Le Lavallois*. Native de Baie-Comeau, en mai 1984, mon interlocutrice se révèle d'emblée une personne curieuse de tout et dotée d'une grande énergie. À trente ans, elle vient déjà de fonder sa première entreprise qui, de cela j'en suis sûr, ne sera pas la dernière.

## La femme derrière l'entrepreneuriat

Voyons un peu de quel bois se chauffe cette femme souriante et pétillante. J'ai devant moi une personne ponctuelle, respectueuse et authentique qui me dit être très sensible au sort de l'humanité. Elle ajoute aussi: «*Je fais quelque chose parce que j'aime ça*».

Et, dans tout ce qu'elle entreprend et ce qu'elle envisage d'effectuer (sa palette semble on ne peut plus large), elle tient avant tout à se respecter. *Recycell*, «*c'est mon bébé*», me dit cette maman d'un jeune enfant prénommé Alexandre.

## Une P.M.E. de plus à Sainte-Brigitte-de-Laval

*Recycell* répond à un besoin essentiel. En effet, avec

l'essor formidable d'Internet et la prolifération exponentielle des appareils de communication ultra sophistiqués et toujours en évolution, ce besoin se fait plus que jamais sentir au regard de l'habitude d'acheter et de jeter, plus souvent qu'autrement frénétique, voire compulsive, afin d'acquérir le plus tôt possible les appareils high tech plus performants, laisse-t-on croire, ou dont la présentation extérieure séduit le ou la cliente branché(e).

Mais alors, où aboutissent ces milliers d'appareils jugés obsolètes, inefficaces, trop usés ou encore défectueux?

*Recycell* ne fait pas affaire avec les individus. Sa niche d'intervention relève plutôt d'une entente conclue avec de grosses boîtes qui font partie de son réseautage faisant ainsi affaire avec Pommerleau, Roche groupe Construction, Béton Provincial, Alithya Consultations, etc.

Elle achète ainsi des lots de cellulaires de 10, 50, voire 300 unités dont elle fait l'inventaire, le tri, la réparation pour certains de ces appareils, etc. Et pour réaliser ce travail de moniale, Mélissa dispose de deux pièces qui lui servent d'ateliers où sont installés ordinateurs et tablettes (I Pad).

Son protocole de travail (modus operandi) exige discipline, sens de l'organisation et rigueur car les opérations que Mélissa effectuent sur les appareils jugés intéressants sont fastidieuses et requièrent aussi minutie et connaissances pointues. Elle s'est également associée à un technicien pour certains aspects de son travail.

## Ventes pour les pièces

Entre autres, madame Bourque vend pour des pièces. J'imagine tous ces appareils qu'elle doit investiguer et trier, dont elle doit vider les téléphones, les mots de passe, etc... afin de leur redonner l'anonymat pour une vie nouvelle. Je comprends qu'elle soit très occupée d'autant qu'elle fait aussi de la route pour ce même travail.

## Une «bombe d'énergie»

Mais, à 30 ans tout juste, cette «bombe d'énergie» est ouverte à tous les horizons et demeure attentive aux occasions de développement professionnel ou personnel qui pourraient surgir.

Depuis 10 ans déjà, cette entrepreneure dans la fleur de l'âge pratique le yoga. Et si au CEGEP, elle s'intéressait beaucoup à la littérature et était férue de lecture, elle demeure entichée par des domaines comme la massothérapie qui fait partie de son arsenal santé. Et

déjà, son imagination s'envole et elle rêve à haute voix d'ouvrir un jour une clinique. De plus, Mélissa Bourque est sportive et le ski alpin et la raquette font partie de ses activités hivernales.

## Réseau de ventes

Ce dernier, comme je le spécifiais d'emblée, est presque mondial, et outre le Canada, les États-Unis et le Mexique, elle commerce avec l'Europe et l'Afrique et dispose d'une bonne clientèle.

Parmi les marques d'appareils qu'elle privilégie, elle me signale les suivantes: I phone, Black Berry (USA), Samsung et Galaxie entre autres. On retrouve les produits *Recycell* sur les boutiques E Bay.

Grâce à un contact québécois qui réside en France, Mélissa a pu faire installer un site Internet transactionnel innovateur reposant sur un concept très simple.

Elle s'est également associée à la *Fondation Mira* à qui elle verse des montants qui sont issus du recyclage de cartouches d'encre: de l'argent qui va à une bonne cause.

## Aide au démarrage d'entreprise

N'eut été du CLD de la Jacques-Cartier et surtout de madame Lee Griffin travaillant au Centre Local de Développement qui a cru en elle, elle n'aurait pas bénéficié d'une bourse de soutien substantielle pour démarrer à titre de travailleuse autonome. Mais heureusement pour elle, les astres étaient alignés et le Comité d'Investissement pour Jeunes Entrepreneurs lui a permis d'obtenir 5 000 \$. Ce fut une excellente nouvelle.

Enfin, avant de démarrer sa P.M.E., madame Bourque a profité du service de Sage Mentorat d'Affaires.

En conclusion, on ne peut que souhaiter à madame Bourque une réussite professionnelle et personnelle dans tout ce qu'elle entreprend et entreprendra dans le futur.

Bonne route Mélissa!



**Crèmerie**

# Duff

Suivez nous sur: [duffresto](#)

au 2<sup>e</sup> étage

## Maintenant ouvert

### Crèmes glacées

Bonbons d'Antan

251 Av. Ste-Brigitte - Ste-Brigitte-de-Laval

## L'Écho des montagnes



Des choristes heureux et fiers de chanter

Notre concert du 8 mai dernier fut encore un beau succès. Plus de 250 personnes ont répondu à notre invitation. Un sincère merci à tous ceux et celles qui se sont déplacés pour venir nous entendre.

En février dernier, nous avons fait tout un virage musical: nos chansons sont maintenant accompagnées de trames sonores. Nous avons dû mettre du temps supplémentaire pour s'habituer à cette nouvelle technologie et nous sommes très fiers du résultat.

À l'occasion de la fête des Mères, lors d'un tirage, nous avons élu la Maman de la soirée. Mme Wanita Daniele, mairesse de Ste-Brigitte, s'est vue offrir une gerbe de fleurs gracieuseté du restaurant Le Lavallois. Félicitations à madame Daniele.

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

**clinique CHIROPATRIQUE**  
familiale et sportive • Sainte-Brigitte-de-Laval

**D<sup>re</sup> Sophie Léonard,**  
Chiropraticienne, D.C.  
142 de Lucerne, Sainte-Brigitte-de-Laval  
418.997.6443 • [chirosgbd.com](http://chirosgbd.com)

«Bravo à toi, Ariane Nantel, notre chef de chœur, qui nous as accompagnés dans ce nouveau défi. Bravo aux choristes pour votre joie de vivre, votre persévérance et votre amitié. Nous sommes un groupe formidable et c'est pourquoi nous souhaitons vous revoir tous et toutes en septembre prochain».

Jocelyne Clavet

## Une fête des voisins réussie !

Samedi le 7 juin à partir de midi a débuté notre première fête des voisins dans la rue des Matricaires. Dès que Alexandre a lancé la musique sous le chapiteau de la pharmacie Familiprix Vanessa Tremblay, les voisins sont venus partager un petit plat, un breuvage ou une danse en faisant connaissance, et ce, tout le long de la journée! Les enfants ont profité de cette superbe journée estivale en participant à de nombreux jeux, courses, et batailles d'eau. Différentes belles activités ont eu un grand succès: les magnifiques maquillages de Virginie, un colleux avec la mascotte Panachou, une visite dans le camion avec les pompiers du Service de la sécurité publique, une part d'un splendide gâteau aux couleurs de Sainte-Brigitte offert généreusement par la municipalité. Le feu d'artifice commandité par Home Hardware a terminé cette journée en beauté.



Des enfants heureux de fêter avec les voisins

Un gros merci à la municipalité de Sainte-Brigitte-de-Laval, à Sabrina Thomassin, coordonnatrice à la vie communautaire, à Wanita Daniele, mairesse, Marie-Ève Racine et Alain Dufresne, cons.

Nous remercions très chaleureusement tous les commanditaires qui nous ont soutenus: la pharmacie Familiprix Vanessa Tremblay avec Alexandre et Vanessa pour l'animation musicale et les rafraîchissements, le Duff pour les prix gourmands qui ont animé nos jeux, le Bonichoix pour des bouteilles d'eau et Home Hardware Tho Val Trem pour le feu d'artifices!

Laurence Hurson Lavaud

## L'équipe de la clinique dentaire s'agrandit



Dre Julie Linteau

Notre clinique dentaire vient d'avoir six mois. Pour répondre aux besoins toujours grandissants de la clientèle, le Dr Bellavance s'est adjoint les services d'une dentiste d'expérience: la Dre Julie Linteau.

Originaire de Rimouski, Julie a pratiqué la dentisterie à Québec pendant plus de 7 ans. Par des contacts, elle a entendu parler de Ste-Brigitte-de-Laval. Comme elle avait envie de pratiquer dans une plus petite clinique, d'être plus près des gens, de créer des liens plus facilement, elle a donc décidé de se joindre à l'équipe actuelle. «Je suis bien contente d'être ici, on sent que les gens sont fiers de leur clinique», dit-elle.

Sa nature calme et posée, son sourire amical et son professionnalisme sont remarquables. Sportive à ses heures, elle pratique la course à pied, le vélo et l'entraînement en salle l'hiver.

Son petit côté artistique se manifeste surtout dans son métier. «J'ai un petit penchant pour l'esthétique, les petits gestes qui demandent beaucoup de précision et de minutie, la prévention m'attire également, surtout auprès des enfants».

Et d'ajouter: «J'aimerais dire aux gens qu'il est primordial pour moi de les mettre en confiance pour les aider à vivre une expérience agréable lors de leurs traitements. Je veux les traiter comme s'ils faisaient partie de ma famille». Je te souhaite d'être heureuse dans notre coin Julie.

À partir de maintenant, la clinique sera ouverte les lundi, mardi, jeudi et vendredi plus deux soirs semaine

Lucille Thomassin

**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](mailto:huskyneigeinc@gmail.com)

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

**TOITURES JD**

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

URGENCE 24h (581) 888-0832  
[www.toituresjd.com](http://www.toituresjd.com)

**SIROIS**  
DENTUROLOGISTES

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

**418.667.9434**

**[siroidenturologistes.com](http://siroidenturologistes.com)**

437 rue Seigneuriale, Québec, Qc G1C 3R2

## La course du 4 kilomètres

La Course du 4 km de la Commission scolaire des Premières-Seigneuries a eu lieu le 30 mai dernier, près de l'école primaire de la Prime-rose, dans l'arrondissement de Beauport.

Écoles qui ont réalisé les meilleurs temps

1. École primaire du Harfang-de-Neiges
2. École primaire aux Quatre-Vents
3. École primaire de Saint-Michel (gagnant de l'an dernier)

La presque totalité des élèves de 3e cycle du primaire de notre commission scolaire, soit 3 000 jeunes, ont réalisé la course. Le parcours balisé et sécuritaire, dans les rues autour de l'école et sur la piste cyclable, était sous la surveillance d'une centaine de bénévoles, de policiers et d'ambulanciers. Animateur de foule, mascottes et Drumline de l'école secondaire des Sentiers ont ajouté leurs couleurs à l'événement.

Depuis 2013, les parents sont invités à courir avec leurs enfants. Tous portent une puce électronique calculant le temps de course réalisé, comme dans les événements professionnels. Par ailleurs, l'événement a lieu dans le cadre du Mois de l'éducation physique et du sport étudiant.

**Jean-François Poirier,**  
enseignant en éducation physique et à la santé  
École primaire aux Quatre-Vents



## Aux végétaliens et à tous...

Maman de deux enfants de 9 et 10 ans, j'ai le plaisir d'habiter dans le bois de Sainte-Brigitte, depuis un an. Voici quelques mois, j'y ai lancé une activité de traiteur végétalien: **Au Sain Gourmet** ([www.ausaingourmet.com](http://www.ausaingourmet.com)). Je suis moi-même végétalienne. En plus de ne pas manger d'animaux (viande ou poisson) comme les végétaRiens, les végétaLIens ne consomment non plus aucun produit issu de l'utilisation de l'animal : lait (fromage, crème, beurre), œuf, miel. Les produits que je confectionne et que je vends sont donc entièrement à base de végétaux.

### Pourquoi le végétalisme?

J'ai fait ce choix après avoir lu beaucoup d'informations sur la condition animale dans l'industrie alimentaire, et après m'être longuement documentée au sujet des retombées de ce régime alimentaire sur la santé. Au fil de mes lectures, j'ai appris que manger de la viande était source de nombreuses maladies chez l'Homme moderne (maladies cardiovasculaires, cancer, diabète).

En ce qui concerne le lait, les molécules qui le composent sont très différentes d'une espèce animale à l'autre: il est spécifiquement conçu pour les nourrissons de la même espèce. Pour cela, il n'est pas adapté aux autres espèces de mammifères et peut là encore faire beaucoup de dégâts sur la santé.

### Expérience de recettes

Pendant des mois, je me suis essayée à répertorier et expérimenter des recettes pour cette nouvelle façon de m'alimenter. J'ai souhaité partager mes trouvailles: on peut s'alimenter avec plaisir et santé sans avoir besoin d'aucun produit animal. L'éthique, (ou «*la recherche du mieux agir envers les autres espèces et l'environnement*»), est très importante pour moi. Aussi, en plus de ne pas utiliser de produits animaux, je confectionne mes recettes à partir d'ingrédients principalement biologiques. Pour obtenir un résultat toujours plus sain, je n'utilise que des cuissons douces et évite donc les fritures.



### Proposition de plats

Ainsi, je propose des plats à base de soya (tofu à la mangue, tofu tandoori, tzaziki), de pois chiches (houmous, falafels, terrines), de légumineuses (terrines), de noix (fromages et crèmes dessert). Je fais également des pizzas, des baguettes de pain au sésame, du pain aux olives.

Pour les gourmands, je fais aussi toute une gamme de desserts sucrés sans aucun produits laitiers: gaufres moelleuses, cookies, muffins, spécialités sucrées étrangères (canelés de Bordeaux, mantécaos). Une grande partie de mes produits est également sans gluten.

### Livraison

Chaque fin de semaine, je livre à domicile les commandes passées avant le mercredi soir.

### Dégustation

Pour la saison estivale, vous pourrez venir déguster mes spécialités chaque mercredi après-midi au marché de Stoneham, le samedi 5 juillet, au marché du Lac-St-Charles et fin septembre au *Laval'Art* de Ste Brigitte.

par **Laurie JAY**

[www.ausaingourmet.com](http://www.ausaingourmet.com)

### POSSIBILITÉ DE MASSAGES EN TANDEM

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  
Prannaluna offre spéciale 90 min. 55\$



MASSOTHÉRAPEUTE Acupression TAOïste  
NATUROTHÉRAPEUTE RÉFLEXOLOGIE

<http://everyoneweb.fr/nicoleador>  
Membre RMQ et ANQ

(418) 922-5940  
Nicole Ador

Depuis 2004...L'EXPÉRIENCE À VOTRE SERVICE.!



**Coiffure**  
*Passion Beauté*

Marie-Ève Durette  
Coiffeuse-Styliste  
Pour Elle et Lui, sur rendez-vous  
Tél. : 418 606-8238

76, rue des Monardes, Sainte-Brigitte-de-Laval (Qc) G0A 3K0

**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](mailto:jrichard@dlgt.ca)

Gaétan Lavoie

**Coiffure**

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



**REMBOURRAGE**  
**Gilles Noël** ENR  
Résidentiel & Commercial

ESTIMATION GRATUITE • TRAVAIL GARANTI

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

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

# Occupons-nous des vraies affaires!

Déjà 6 mois se sont écoulés depuis l'arrivée en poste de notre nouvelle mairesse et une large partie de son équipe. Six mois qui ont vu une très nette amélioration de la communication entre les décideurs de la Ville, les citoyens et les médias. Tous les lecteurs de journaux ou téléspectateurs des principales chaînes de télé de notre grande province ont pu profiter de toute cette belle force de communication pour se forger une opinion sur les gens de Sainte-Brigitte-de-Laval.

## Réputation ternie

Ils savent maintenant que nous sommes une belle ville au nord de Québec qui s'enorgueillit de vivre dans un milieu corrompu, menée par un directeur général renégat et un greffier et directeur juridique abject qui, grâce à la vigilance de notre bonne mairesse, ont maintenant été éjectés cavalièrement de leurs obligations professionnelles. Ils savent aussi que les tribunaux sont maintenant saisis de tout ce ramassis de vermine et que les citoyens de Sainte-Brigitte-de-Laval sont bien ignorants de s'être ainsi fait arnaquer durant toutes ces années. C'est l'opinion qu'ils ont de nous et de notre belle ville et cela même s'ils n'y ont jamais mis les pieds. Je le sais car pas un d'eux, sachant que je suis de Sainte-Brigitte-de-Laval, ne laisse passer l'occasion de m'en parler.

## Et aucun jugement de cour

Pourtant, absolument rien de tout ce qui a été divulgué dans les médias de façon si fluide n'a bénéficié d'un jugement de cour ou d'une accusation en bonne et due forme, quelle qu'elle soit. Aucune importance, on sait maintenant que ce sont des bandits, les journaux et la mairesse l'ont dit!

J'aimerais plutôt qu'ils me parlent du développement, de la beauté incroyable de notre coin de pays ou des nombreuses activités que l'on peut y pratiquer dans un cadre toujours aussi enchanteur quelle que soit la saison. J'aimerais qu'ils me parlent du dynamisme des citoyens, de l'éclosion du secteur commercial et de la qualité des entreprises qui viennent de s'installer ici chez nous, cela, grâce justement au travail de l'équipe administrative sous la férule de M. Bussière et des deux conseils municipaux précédents sous lesquels il a œuvré vaillamment.

## À qui doit-on réellement la 2e école, les garderies et les nouveaux commerces?

En effet, grâce à cette administration proactive, compétente et professionnelle et au travail politique de ces deux ex-conseils municipaux, on peut aujourd'hui saluer l'arrivée du IGA que nous apprenons toutes et tous à apprécier. La SAQ dans le Bonichoix, une toute nouvelle école primaire pour laquelle il a fallu se battre

jusqu'aux plus hautes instances afin de s'assurer de la priorisation de Sainte-Brigitte aux yeux des gouvernements et de la Commission scolaire: j'y étais personnellement. La nouvelle garderie de 70 places ouvrira ses portes dans les prochains jours et une autre de même envergure verra le jour dans la prochaine année. Chiropraticiens, Extrême Machine en sont d'autres parmi tous. N'oublions surtout pas de souligner également le Familiprix qui dessert désormais notre territoire et bien d'autres à venir. Ce sont tous là les fruits du travail des élus passés.

## Qu'en est-il des infrastructures sportives?

Dernièrement j'ai lu dans un média de Québec, que notre mairesse évaluait la possibilité de ne pas aller de l'avant dans le dossier des infrastructures sportives de notre ville précisant que nous n'avions peut-être pas l'argent nécessaire pour offrir ces nouveaux services sportifs et ces nouvelles installations à nous citoyens de Sainte-Brigitte. Pourtant, le gouvernement s'engage à payer 50% de la facture complète. Ce qui veut dire que pour un projet total de 3,6 millions, qui pourrait faire bénéficier les citoyens d'installations sportives pour les 25 prochaines années, la Ville ne déboursait que 1,8 millions. Qui refuserait de construire sa maison si quelqu'un d'autre en payait la moitié?

Peut-être, je dis bien peut-être, que les élus de l'équipe de Mme la Mairesse se rappellent qu'ils ont promis une baisse de taxes aux citoyens de notre ville dès l'an prochain (même si elle a déjà annoncé qu'une taxe spéciale serait mise en place pour payer les frais de préparation de terrain pour notre nouvelle école). Nous, on s'en rappelle. Peut-être que pour s'assurer de réaliser ce but, et cela reste à voir, peut-être a-t-elle fait le choix de priver nos jeunes et nos familles de l'accès à ces nouvelles installations. Le chalet des sports actuel est complètement désuet et inapproprié pour la masse d'utilisateurs qui le fréquenteront dans les prochaines années. Les joueurs de soccer (parce qu'on ne parle plus de tennis maintenant) vont se changer où? On n'est plus une république de bananes, on veut des facilités sécuritaires et multifonctionnelles.

## Nos taxes vont-elles payer principalement des avocats?

Plutôt que cela, il semble que nos élus aient choisi de dépenser nos taxes en les confiant à des firmes d'avocats afin de nous défendre contre les Bussièrès et Déry de ce monde dans un combat de longue haleine qui ne verra certainement pas sa conclusion avant la fin de l'année 2015 et peut-être encore plus loin à mon avis. En effet, l'équipe Wanita demande aujourd'hui le report du procès afin d'attendre une décision de la Cour supérieure pour invalider les 8 contrats de travail des employés de notre ville. Si la décision de la Cour supérieure n'invalide pas les contrats, ils pourront aller en appel puis en

Cour suprême pour des travaux légaux et un délai qui pourrait durer plusieurs années.

## Quant aux contrats contestés

Permettez-moi de vous rappeler que lors de son bref passage de 9 mois à l'Hôtel de Ville (qui s'est soldé par son congédiement), Mme Daniele s'est vu offrir et a accepté une prime de départ de 52 000 \$ qui équivaut à peu de choses près au total des 9 mois qu'elle a passés en poste. Cette indemnité ainsi que son salaire ont été versés en fonction des critères du contrat qu'elle conteste aujourd'hui.

## Quant au compteur des frais d'avocats

D'ici là, le compteur des avocats continue de tourner. Au moment où on se parle, des dizaines de milliers de dollars ont déjà été passés dans la machine juridique et transitoire. Probablement au-delà de 100 000 \$ sans inclure les frais de recherche et d'embauche d'un nouveau DG (à qui je souhaite sincèrement la bienvenue), l'embauche d'une firme de vérification des livres de la Ville. Mme la Mairesse a même demandé à la Ville de Québec, devant les caméras, de venir vérifier nos contrats. Ils ne feront pas cela gratuitement. Tout cela coûte très cher, chers amis, beaucoup d'argent de nos taxes.

Je vous rappelle que 100 000 \$ c'est à peu de choses près le salaire de l'ex-DG de notre ville pour UNE ANNÉE COMPLÈTE de travail comme administrateur de notre ville. Salaire tant décrié par notre première dame.

À ce rythme c'est certainement au-delà d'un million de dollars qui seront lancés par les fenêtres et, pour avoir siégé au Conseil de 2009-2013, je suis très loin d'être convaincu que quoi que ce soit ne soit reproché à quiconque des deux ex administrateurs mis en accusation et lynchés dans et par les médias dans ce dossier. De gros montants qui ne serviront en aucun temps les intérêts de nous tous citoyens payeurs de taxes.

Ah oui! J'oubliais, une toute nouvelle clinique vétérinaire vient tout juste d'ouvrir ses portes pour notre plus grand bonheur, nous qui avons presque tous un animal ou deux à la maison.

## À quand un médecin?

Belle initiative privée dans notre milieu qui nous sera bien utile à tous et à toutous. Maintenant que nous avons un docteur pour nos animaux, Madame la Mairesse daignera-t-elle nous en doter d'un pour les humains? C'est aussi cela s'occuper des vraies affaires.

*Francis Côté*  
lespartenairessbdl@outlook.com

**ColorPlus**  
COLLISION CENTRE  
**Genevyève Paré**  
Propriétaire

## CARROSSIER EXPERT 2000

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

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

EXPERT • 2000  
**Carrossier**  
Débosselage et peinture  
Redressement de châssis  
Réclamation d'assurance  
Estimation gratuite

## Martine et Laurie ont vécu un superbe défi



Une gang de filles extraordinaires

Le défi pour lequel Martine Lachance se préparait depuis plusieurs mois a eu lieu le 29 mai dernier. Elle partage ici ses impressions du retour !

J'ai finalement enfilé mes espadrilles pour le défi Montréal New York pour lequel je m'entraînais depuis plusieurs mois. Ce fut toute une aventure! J'ai adoré mon défi à tout point de vue. Bien entendu, ça n'a pas été facile et je dois dire que plusieurs obstacles se sont dressés sur ma route: blessures aux pieds et manque de sommeil se sont combinés pour me faire la vie dure. Malgré tout ça, j'étais entourée de gens compétents tels que des physiothérapeutes et secouristes pour m'aider à trouver des solutions afin de continuer mes relais. Je dois dire que les filles avec lesquelles je partageais mon VR étaient tout simplement extraordinaires. Nous avons partagé des moments de joie

et de tristesse, des instants de pleurs et de fous rires... Bref, beaucoup d'émotions en très peu de temps. Sans elles, le défi n'aurait pas été le même. J'étais bien entourée...

Toute l'organisation autour de ce défi m'a beaucoup impressionnée! Le déplacement de plus de 40 véhicules motorisés, les tâches de tous les bénévoles bien structurées, le VR médical toujours prêt jour et nuit, les escortes policières lorsque c'était nécessaire et j'en passe. Rien n'a été pris à la légère. Plusieurs moments de mon défi ont été marquants mais notre arrivée à Times Square fut, pour moi, un moment émouvant. Non seulement, j'avais accompli ce pourquoi je m'entraînais depuis plusieurs mois, mais cette arrivée marquait aussi la fin d'une merveilleuse aventure. C'est une expérience que je souhaite à tout le monde qui tiendrait à vivre quelque chose de différent, de fort et d'intense.

Au bout du compte, j'ai envie de vous dire que ça ne se décrit pas comme expérience, ça se VIT, comme le dit si bien notre slogan: **+ loin + fort ensemble !** À qui la chance....

41 véhicules  
motorisés  
accompa-  
gnaient les  
participants



### Laurie, une bénévole ravie

La défection d'une bénévole, à la toute dernière minute m'a permis de me joindre à ma tante Lyse et aux autres bénévoles dédiés à ce défi.

Pour ce défi Montréal-New-York, une centaine de bénévoles encadraient les athlètes. Les tâches ne manquaient pas, pilote de VR, copilote (ce fut mon cas) comme dans un rallye avec le «road book» de la fondation Esprit de corps. Je devais veiller aussi à ce que la conductrice Valérie, ne s'endorme pas. Ajoutons aussi une présence intensive, tout au long du parcours, de jour comme de nuit, pour encourager les coureurs et coureuses.

Un mot m'apparaît utile pour décrire mon expérience à titre de bénévole: INDESCRIPTEBLE. Je n'aurais aucune hésitation à participer à une prochaine édition en tant que coureuse.

Le moment qui restera gravé dans ma mémoire demeurera sans contredit, l'arrivée dans Time Square. Dès l'instant où les coureurs sont arrivés, les larmes me sont venues, car plusieurs étaient affligés de blessures et malgré cela ils tenaient à faire leur entrée tous ensemble. L'an prochain, je serai bénévole à nouveau ou sinon j'irai assister à l'arrivée à New-York.



Laurie et Martine à Time Square

# MSB

## MECANIQUE

### Centre de MÉCANIQUE ET ENTRETIEN

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

[www.msbmecanique.com](http://www.msbmecanique.com)

(418)821-0775

## ÊTES-VOUS PRÊT POUR LES VACANCES? ?



### INSPECTION MÉCANIQUE

automobile, camion, roulotte

À PARTIR DE

# 69<sup>96\$</sup>

# par Louise Côté Course du 3 km par les élèves du Trivent



Le 16 mai 2014, tous les écoliers de l'école du Trivent sont dehors dans leur cour. C'est l'après-midi de la course du 3 km, afin de participer au Grand Défi Pierre Lavoie. Il fait beau.

De nombreux parents sont présents pour participer comme bénévoles au déroulement de la course ou pour courir avec leurs enfants. Même les poussettes sont de la partie, avec 1 ou 2 enfants!



Deux lignes de départ sont prévues: en avant, sur la rue du Couvent, pour les plus grands (3<sup>e</sup> à 6<sup>e</sup>) qui partiront en premier pour effectuer un parcours de 3 km et une autre, à la sortie de la cour sur la rue du Collège, pour les plus jeunes. Ces derniers devront parcourir 1,5 km.



En attendant le départ, tous participent gaiement aux exercices de réchauffement proposés par Monsieur Patrick; puis, on se dirige vers les lignes de départ et ... c'est parti!



Départ des 6<sup>e</sup>

Photos: L.Côté

Des enseignants et des bénévoles attendent pour remettre un coupon aux 3 filles et 3 garçons qui arriveront les premiers. Les gagnants seront ensuite connus officiellement dans le gymnase où tous se rassembleront. Prise de photos et remise de médailles seront également au rendez-vous.

Bravo à tous les participants! Bravo à tous les gagnants!

Ils ont tous relevé un défi personnel: courir. Ils ont atteint le vrai but de cette course soit, la promotion de l'exercice physique.



Thomas et Isane  
Essouffés mais heureux



Gagnantes 6<sup>e</sup>

- 1- Camille Tremblay,
- 2- Florence Garceau
- 3- Audrey Vézina

Gagnants 6<sup>e</sup>

- 1- William Caron
- 2- Anthony Clavet
- 3- Samuel Jean (photo) et Stevens Michaud



Photos: Le Trivent

Merci à Monsieur Patrick, aux enseignants, aux bénévoles et au Service de Sécurité de la ville qui ont tous assuré le bon déroulement de cette activité.

N'oubliez pas l'exercice physique pendant vos vacances!

Belles vacances et revenez en pleine forme!

La CCAP a

# 30 ans

et c'est nous qui donnons les CADEAUX!

30 CADEAUX À GAGNER:

- ◆ 5 Paires de billets pour le Festival d'été de Qc
- ◆ 5 Passes familiales pour Expo Qc
- ◆ 10 Cartes-cadeaux restaurant de 100 \$
- ◆ 4 Billets de saison de ski
- ◆ 5 Enregistreurs numériques HD (#8642)
- ◆ 1 Crédit voyage de 5 000 \$

Au total plus de **11 000 \$** en prix!

Pour participer, aimez la page Facebook de la CCAP et de CCAP.Tv, inscrivez-vous sur [www.ccapcable.com](http://www.ccapcable.com) et complétez un coupon de participation lors de la Journée porte ouverte du 6 septembre prochain.

Tirage à tous les mois, de juillet à novembre !

Les règlements du concours sont disponibles sur [www.ccapcable.com](http://www.ccapcable.com). Certaines conditions s'appliquent. Concours réservé uniquement aux membres de la CCAP.

**CCAP**  
CABLE.COM  
TÉLÉVISION • TÉLÉPHONIE • INTERNET

418.849.7125 | [www.ccapcable.com](http://www.ccapcable.com) | [www.ccap.tv](http://www.ccap.tv)

**CCAP**  
TV

# Vente de fleurs, centre jardin d'un jour du 31 mai 2014



photo: Rachel Kirouac

Sous un ciel variable, les familles de Ste-Brigitte et des gens d'ailleurs sont venus acheter leurs fleurs, légumes, plantes, jardinières, arbustes et vivaces, enfin presque tout pour embellir leur parterre.

Une équipe de près de 25 bénévoles ont répondu avec enthousiasme aux questions et demandes des quelques 350 clients qui se sont présentés pour acheter des végétaux et aussi pour discuter des plaisirs du jardinage. Un groupe d'adolescents, de la Maison de jeunes La Barak, assurait le service à l'auto.

- Les vivaces Benoît et Monique Dumont
- La pépinière la Québécoise
- La pépinière Orléans
- Maçonnerie AMP Inc.
- Comité de la vente de fleurs



photo: Robert Careau

Tous les bénéfices de cette vente seront remis à des organismes à but non lucratif de notre municipalité dont la liste sera publiée dans le prochain journal Le Lavallois.

Au nom du comité organisateur, je remercie tous les bénévoles qui se sont impliqués, de près ou de loin, afin de faire de cette journée annuelle une belle réussite. Je vous souhaite un bel été tout en fleurs!

**Rachel Kirouac**  
Présidente du comité de la vente de fleurs  
Centre jardin d'un jour



photo: Rachel Kirouac

Une douzaine de cadeaux ont été tirés au sort à la fin de la journée en guise d'appréciation pour nos clients. Nous remercions nos généreux commanditaires qui ont participé à agrémenter cette magnifique journée:

- Quincaillerie Home Hardware - Tho-Val-Trem
- Terrassement GMC Inc.
- La municipalité Ste-Brigitte-de-Laval
- Les Serres Rock Hébert
- Les Serres Bruno et Michel Bédard
- Jardin le Temps d'une Hémérocalle de Ste-Brigitte-de-Laval



photo: Robert Careau



## 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](http://centredentaireblanchette.ca)

# Spectacle musical du Trivent



par Louise Côté

En fin d'année scolaire, les élèves de l'école *Du Trivent* nous révèlent leurs talents musicaux. Depuis l'arrivée du professeur de musique, monsieur Maxime Beaulieu, nous pouvons apprécier leurs progrès grâce au spectacle annuel qui s'est tenu les 3 et 4 juin derniers.

On peut constater, au fil des années, une grande amélioration au point de vue technique. Ainsi, pour la 1<sup>ère</sup> année, les écoliers se sont installés sur une scène au lieu d'occuper directement le plancher.



Photos: L.Côté

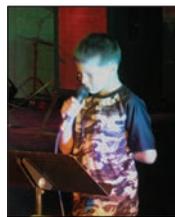
Behind Blue Eyes

De la console, monsieur Maxime gère les enregistrements musicaux, le volume des instruments, les projections sur écrans: sur l'écran de gauche, il y a projection de ce qui se passe sur la scène, à droite, on a pu d'abord voir les photos de toutes les classes, puis pendant les numéros, soit lire des paroles, soit visionner une vidéo ou des animations. En outre, monsieur Maxime aide aux déplacements que demandent les différents numéros du spectacle quand il ne va pas jouer ou chanter avec les jeunes.

Pour la 2<sup>e</sup> année consécutive, le programme musical est offert en deux parties: en après-midi, celui des 3<sup>e</sup> à 6<sup>e</sup> et le lendemain matin, ce sont les pré-scolaires, 1<sup>ère</sup> et

2<sup>e</sup>. Cela diminue la longueur du spectacle et permet à plus de parents de pouvoir y assister. Tous profitent de cette formule!

Pour les 2 spectacles, nous avons eu un jeune présentateur: Mathias Pagé, de 3<sup>e</sup> année, qui s'en est tiré à merveille. Il faisait partie de l'équipe radiophonique de l'école *Du Trivent*.



Pour bien mousser l'atmosphère, c'est le numéro du nouveau band de l'école (5 jeunes aux cheveux flamboyants) qui ouvre les spectacles: *Behind Blue Eyes* est interprété par Benjamin Duquet, Xavier Bouchard, Gabriel Auger, Raphaël Turgeon et Jacob Bergeron ainsi que monsieur Maxime à la guitare et au chant (une belle voix de basse). Un tonnerre d'applaudissements s'en suit... la salle est réchauffée!



Partons, la mer est belle (3<sup>e</sup>, Mme Josée)

Plusieurs arts sont utilisés pour faire valoir les talents musicaux: chants, danses, mimes, gestuelle, instrumentistes, acrobatie, etc. Quelques chansons ont même été composées par les jeunes.

Quelques titres: *James Bond, Party Rock, Le rap des maths, Rocher Percé, Hey Brother, We will rock you, Les vacances, Touche pas à ma planète*, etc.



J'ai grandi, pré-scolaires



On attend le printemps, 2<sup>e</sup>/3<sup>e</sup> de Mme Joannie



Les Cheerleaders de 6<sup>e</sup>, Camille Tremblay, Corinne Chabot, Leïla Blanchette, Gabrielle Fortier, Isane Gerardin(5<sup>e</sup>), Émilie Parent

Merci à M. Maxime et à tous ceux qui ont participé au succès de ces spectacles. Merci à tous les participants pour votre prestation et votre persévérance. Bonnes vacances à tous!

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

**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 : **99<sup>95</sup>\$**

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

**BILODEAU**  
CHEVROLET • BUICK • GMC  
9641, boul. Ste-Anne, Ste-Anne-de-Beaupré  
418 827-3773 1-800-663-3773  
www.bilodeauautos.ca



## Maison de jeunes *La Barak*

### Activités de financement

Encore une fois, notre équipe de jeunes bénévoles était présente lors de la **Fête de la Pêche**. Nous serons aussi sur place lors de la **Fête nationale** pour préparer des hot-dogs. Cette année, vous pourrez aussi participer à différents concours qui vous permettront de gagner des tee-shirts décorés de notre logo. Bonne chance!

#### Atelier sur la cyberintimidation

Le 23 mai dernier à la Maison de jeunes, madame Marilou Houde de l'organisme Tel-Jeunes, est venue nous présenter un atelier d'information et de sensibilisation à propos de la cyberintimidation, un problème qui s'aggrave de jour en jour. Ce fut une expérience très enrichissante que nous comptons bien renouveler. Que vous soyez parent ou adolescent, n'hésitez pas à nous faire part de thèmes à aborder lors de nos prochains ateliers.



#### Sortie Village Vacances Valcartier et camping

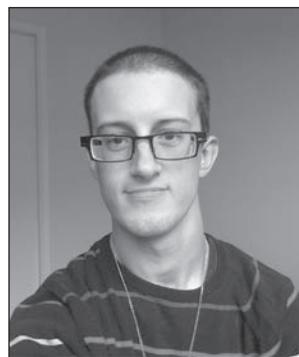
Grâce à la générosité de madame Genevève Paré, propriétaire de *Carrossier Expert 2000*, nous aurons la chance d'avoir une vingtaine de billets pour le *Village Vacances Valcartier*. De plus, nous dormirons une nuit au camping de l'endroit. Faites vite, procurez-vous la fiche d'inscription à la MDJ, il y a 20 places disponibles!

**DATE: 11 juillet 2014**, retour le samedi 12 juillet (heure de départ et de retour à déterminer).

**COÛT:** 10 \$ pour le camping, plus de l'argent de poche pour manger.

#### Nouveau membre de l'équipe MDJ

##### Charles-Antoine Bélair,



nouvel animateur-intervenant, fera partie de l'équipe de *La Barak* pour l'été.

Charles-Antoine a bien hâte de faire votre connaissance et est très enthousiaste à l'idée de pouvoir passer l'été avec vous. À bientôt!

**Amélie Racette**, coord. et **Armelle Ginet**, coord. adj.  
Tél.: 418 948-6769

Activités: Facebook MDJ La Barak

## Matinées mères-enfants

#### Visites de Sonatine, pour les ateliers Pico

Les visites de Sonatine pour les ateliers Pico sont maintenant terminées, nous pouvons dire que ce fut un succès. Effectivement, les commentaires reçus ont été plus que positifs, autant de la part des parents que de la part des enfants. Nous remercions la ville de Sainte-Brigitte-de-Laval pour nous avoir octroyé une subvention sans quoi, ce projet n'aurait pas eu lieu.

#### Programmation été/ automne 2014

Entre 9 h 30 et 11 h 30, jusqu'à la rentrée scolaire du 27 août, nous nous rencontrerons au parc Richelieu, en cas de pluie, la rencontre aura lieu au local du 4 rue de la Patinoire. Nous reprendrons nos activités à partir du 3 septembre 2014. La programmation d'automne sera dans la programmation de la ville, nous vous tiendrons informés par le biais du journal *Le Lavallois*, par Facebook et aussi par courriels comme à l'habitude.

#### Devenir membres des matinées mères-enfants

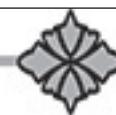
Ce n'est pas compliqué! Vous vous présentez à l'heure qui vous convient entre 9 h 30 et 11 h 30 (sauf lorsqu'inscrit une heure différente), vos enfants doivent être d'âge préscolaire (0 à 5 ans). N'oubliez pas que toutes les activités sont gratuites, pas d'inscription à faire. Vous venez quand cela vous convient, aucune obligation. Nous vous informons de nos activités dans le journal *Le Lavallois* ainsi que dans la programmation de la ville. Nous utilisons également les courriels et Facebook.

Pour nous joindre :

**Maude Émond**

**Responsable des Matinées mères-enfants**  
[matineesmeresenfants@hotmail.com](mailto:matineesmeresenfants@hotmail.com)

**Page Facebook : Matinées mères-enfants SBDL**  
**Tél: 418 907-9800**



**GESTION A.V.**

**Entretien ménager personnalisé**

**Tél : 418 805-8687**



**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](mailto: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**

[www.peeq.ca](http://www.peeq.ca)

**Clermont Vallée**  
Président

Tél : 418.825.2922  
[peeq@peeq.ca](mailto:peeq@peeq.ca)



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

# Résidence Le Trèfle d'Or



un endroit sécuritaire pendant quelques jours quand ces personnes doivent s'absenter de la maison ?

## Offre de service

Nous offrons un logement 3½ complètement meublé en location à la journée, fin de semaine, semaine ou au mois avec les services de surveillance 24h/24, appel de garde, 2 ou 3 repas par jour, l'entretien ménager et la buanderie 1 fois/semaine.

## Attention

À titre de Résidence pour personnes autonomes et en légère perte d'autonomie, nous n'avons pas de service de préposé offert par la Résidence. Il vous est toutefois possible d'obtenir certains services du CLSC comme si vous étiez à votre maison.

## Visite de membres de la famille des résidents

Vous êtes un membre de la famille d'une résidente ou d'un résident de notre Résidence. Vous venez en visite quelques jours à Ste-Brigitte-de-Laval? Notre logement 3½ peut être mis à votre disposition avec ou sans service de repas, à la journée, fin de semaine, semaine ou au mois.

## Offre d'emploi

Nous recherchons une personne pour service aux tables en salle à manger et/ou pour entretien ménager/buanderie. Cet emploi est à temps partiel et peut être en semaine ou fin de semaine.  
Début: Juin 2014

Pour toute information sur nos modalités de services, pour une visite ou pour faire parvenir votre CV pour le poste offert, merci de contacter notre Directeur général, M. Pierre Thomassin au 418-606-8606 ou par courriel à: laresidencedutrefledor@ccapcable.com.

*Danielle Thomassin, présidente*  
**Résidence Le Trèfle d'Or**

Résidence Le Trèfle d'Or  
25, rue St-Émile, Ste-Brigitte-de-Laval  
<http://residenceletrifledor.com/>  
<https://www.facebook.com/ResidenceLeTrefledOr>  
(courriel : laresidencedutrefledor@ccapcable.com)  
(418-606-8606)  
Résidence Certifiée (No. 6175)

## Résidence pour aînés autonomes en légère perte d'autonomie

Surveillance 24h/24h, appel d'urgence, 2 repas (dîner, souper), 1 collation. Services de buanderie et d'entretien ménager, service de conseil santé, 1 fois par semaine - Ascenseur, bibliothèque, salle communautaire, jardin communautaire, atelier d'artisanat, jeu de pétanque.

## Vous désirez habiter dans un milieu sécuritaire, dans une atmosphère familiale, près de vos enfants!

Située au coeur du village, sur la rue Saint-Émile, la Résidence Le Trèfle d'Or est un organisme à but non lucratif qui héberge des aînés et aînées autonomes et en légère perte d'autonomie. Cette Résidence ouverte en 2009 comprend 23 logements de 3½ pièces qui répondent aux exigences de sécurité les plus strictes. Des gicleurs sont installés dans toutes les pièces de chaque logement et de toutes les pièces des aires communes.

Par ailleurs, c'est un édifice à accès contrôlé avec une

caméra située à l'entrée qui permet aux locataires de voir sur leur téléviseur la personne à l'entrée avant de donner accès à un visiteur. De plus, la surveillance 24 heures sur 24 et le système d'appel d'urgence permettent aux premiers répondants de Sainte-Brigitte-de-Laval d'être sur les lieux très rapidement en cas de problématique pour la santé de nos aînés.

Prix abordable -  
Loyers disponibles immédiatement  
Subventions pour loyer en fonction du revenu (≤ 26 000\$/an), disponibles actuellement  
Crédit d'impôt pour maintien à domicile (≥ 70 ans)

## Nouvel ordre de services Juillet 2014

Logement 3½ complètement meublé en location temporaire pour différents besoins.

## Convalescence suite à une hospitalisation

Vous sortez de l'hôpital et vous aimeriez reprendre vos forces dans un endroit tranquille, sécuritaire avec surveillance 24h/24 sans besoin de faire vos repas et sans entretenir votre maison ou votre appartement?

## Vacances

Vous habitez avec un de vos enfants ou avec un autre membre de votre famille et vous aimeriez loger dans

## 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

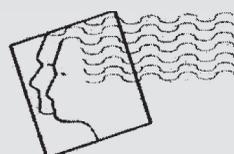
Pierre de granit

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

# CRÉA-SHOW des 5<sup>e</sup> du Trivent



par Louise Côté

Le 4 juin 2014, les élèves et les enseignants de 5<sup>e</sup> présentaient fièrement les différentes activités artistiques sur lesquelles ils avaient travaillé tout au long de l'année. Nous avons pu assister à des numéros de cirque, de chant, de danse, d'acrobatie, d'équilibre, de magie, etc. Nous avons écouté du théâtre et de la poésie. Ce spectacle de création, le CRÉA-SHOW, est organisé pour la première fois par les 5<sup>e</sup> à l'école Du Trivent.

Deux jeunes filles ont fait office de présentatrices avec beaucoup de naturel et d'aisance: Oldie Joseph et Sarah Lapierre.

Tous les élèves des deux classes de 5<sup>e</sup> ont pu nous faire découvrir une partie de leurs talents. En effet, même s'ils n'apparaissent pas sur scène, on a pu les entendre réciter leur poésie (*Un coeur qui pleure, L'amour et la guerre, Maman, Une étoile, Le voyage de nos vies*, etc.) et visualiser leur texte projeté sur écran avec mots et dessins.

Une vidéo a été réalisée par chacune des classes de 5<sup>e</sup> dans laquelle les jeunes se promenaient, couraient, dansaient à travers toute l'école.

Les spectateurs en ont eu plein les yeux et les oreilles et sont sortis ravis de ce spectacle (1 1/2 heure). Merci aux professeurs, aux élèves et à tous les intervenants pour leur implication, leur dévouement et leur collaboration. Tous garderont de merveilleux souvenirs de cette belle aventure!

Un merci spécial à Mme Johanne, Mme Anne-Marie, Mme Julie (TES), M. Marcel, M. Maxime et Mme la Directrice.

Merci à tous et bonnes vacances!



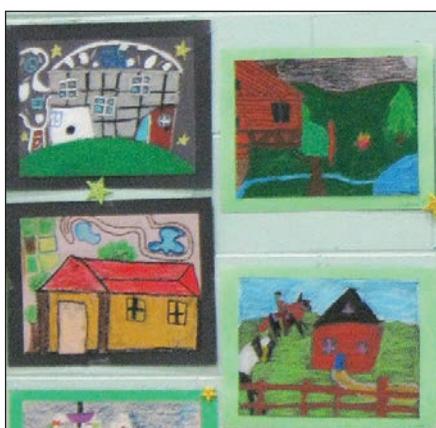
Les 5<sup>e</sup> de Mme Johanne Drolet et de Mme Anne-Marie Vallée



Photos: L. Côté

Comme Sonia Delaunay, crayon feutre

Nous pouvions aussi admirer des dessins individuels de même que des oeuvres collectives de tous genres. Ces jeunes filles et garçons, guidés par Mme Johanne et Mme Anne-Marie, ont appris à peindre à la manière de Léon Bellefleur (explosion d'imagination), de Sonia Delaunay, de Miro, de M.-A. Fortin; ils ont aussi appris les rudiments de la gravure sur métal, de la reproduction de dessin par quadrillage, les jeux de lignes, carrés, cercles, le travail avec du pastel gras, le crayon feutre. Bref, ils ont expérimenté bien des techniques inconnues de leurs parents pendant leurs années de primaire.



Selon

Marc-Aurèle Fortin

La maison de mes rêves



Oeuvre collective



Quelques masques



Équilibristes



Chant



Théâtre et humour



Les Cheerleaders de 5<sup>e</sup>

**SABLIÈRE**  
**VALLIÈRE inc.**

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

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

**VALLIÈRE EXCAVATION ENR.**  
RBQ 2667-8748-94

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

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



# Le pommétier Malus x 'Dolgo', jolies fleurs et fruits sucrés

par Jocelyne Clavet

Le pommétier (Malus x 'Dolgo') est un arbre à croissance rapide et très rustique (zone 2). Arborant un port large et arrondi, ce pommétier porté sur un tronc court et verdâtre charme par sa floraison abondante et ses fruits savoureux.

Dès la fin du mois de mai, ses branches légèrement ascendantes se couvrent de boutons floraux blanc rosé qui, une fois réchauffés par les rayons du soleil printanier, dévoilent de belles fleurs blanches au parfum sucré. Cette abondante production florale survient généralement dès la première année et, par la suite, une année sur deux.



Ce cultivar est partiellement auto fertile, ce qui signifie qu'il n'a pas besoin d'un congénère ou d'insectes butineurs comme les abeilles pour féconder ses fleurs

et produire des fruits. En août, des pommettes comestibles rouge vif succèdent à sa prolifique floraison. Elles peuvent être consommées fraîches ou, étant donné leur haute teneur en pectine, servir à la confection de gelée.

Comme la plupart de ses semblables, le pommétier 'Dolgo' préfère le plein soleil et les sols frais, riches, meubles et bien drainés. En sol compact et argileux, il est recommandé d'utiliser un briseur d'argile au moment de la plantation.

Cet arbre atteint 6 m de hauteur sur un étalement de 5 m à maturité. Au printemps, l'élimination des gourmands et rejets (les tiges et feuilles qui se développent sur le tronc) favorise sa production et permet de conserver son aspect ornemental. Utilisé en isolé, il décorera à merveille votre propriété où il servira de refuge et de garde-manger aux oiseaux et attirera les papillons et les colibris.

## À l'abri des maladies

Ce cultivar de pommétier résiste bien aux maladies. Rarement rapporte-t-on des cas de tavelure, de rouille du genévrier, de mildiou poudreux et de brûlure bactérienne des rosacées, comme ce peut être le cas pour les autres variétés.

## Une prévention toute simple

Tailler les branches mortes à la fin de mars ou au début d'avril de façon à laisser circuler l'air et la lumière.

Rabattre et détruire rapidement tous les rameaux infectés. Ramasser et jeter les fruits et les feuilles atteints.



**Faites-vous remarquer !**

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

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

**Pro Style LETTRAGE**

**418-661-0505**

2634, Boul. Louis XIV (coin Boul. Raymond)  
[www.prostylelettrage.com](http://www.prostylelettrage.com)

restaurant  
**le Lavallois**

**Nouvelles entrées**

Assiette Nachos	12,95 \$
Bruschettas garnies	6,95 \$
Soupe à l'oignon gratinée	4,95 \$

Spécial déjeuner : 2 oeufs + viande - 6 à 8 h - 4,99 \$

<b>Spécial club sandwich</b>	<b>Spécial lasagne</b>
<b>Lundi</b> Commandez un club sandwich, obtenez le 2 <sup>e</sup> à moitié-prix Salle à manger seulement	<b>Mardi</b> Lasagne garnie servie avec salade César, 10,95 \$ Salle à manger seulement

Pizza 12" garnie, frites, 4 canettes de liqueur : 19,85 \$

**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



## Élections 2014

Notre assemblée générale a eu lieu le mardi 27 mai, après le dîner mensuel. Lors de cette assemblée annuelle, nous avons procédé aux élections afin de combler 3 postes vacants. M. Paul-Henri Fortier, Mme Clémence Thomassin et Mme Diane Durand ont accepté de s'impliquer au sein du conseil d'administration du club.

Nous tenons à exprimer notre profonde gratitude à M. Pierre-Paul Giroux car pendant les 6 dernières années, il n'a pas ménagé son dévouement et sa générosité pour nous épauler bénévolement. Nous espérons pouvoir encore avoir la joie de compter sur votre présence parmi nous.

## Carte de membre

Vous pouvez devenir membre de notre club tout au long de l'année, votre carte, au coût de 24 \$, est valide pour un an. Bienvenue à toutes les personnes de 50 ans et plus. Notre club compte présentement 240 membres. Vous déménagez, n'oubliez pas de nous en aviser afin de recevoir votre revue \*VIRAGE\* à la bonne adresse.

## Tournoi de quilles

Lors du tournoi de quilles du secteur Orléans, l'équipe de Yvon Lamarre s'est classée en première position. Félicitations aux champions et merci aux 4 autres équipes qui ont participé à cette rencontre.



Yvon Lamarre, Gaston Tremblay, Evelyne Brindamour, Marie-Paule Auclair, Louis-Paul Fortier et Ferdinand Pouliot, président secteur Orléans

# Bon été à tous

Club de l'Âge d'Or

L'équipe de Jean-Marc Jennings s'est classée en quatrième position lors du tournoi régional. Félicitations pour votre belle performance et merci aux 4 autres équipes qui ont participé à cette compétition.



France Brindamour, Lilianne Lacroix, Jean-Marc Jennings, Jean-Guy Boutet et Micheline Drouin

## Pétanque au Parc Richelieu

Deux soirs par semaine pour la période estivale, votre club de l'Âge d'Or organise des soirées de pétanque au Parc Richelieu. L'activité débute à 18 h 45 les mardis et jeudis.

Bienvenue à tous

Responsables du mardi :

Clémence Thomassin, 825-2206  
Céline Falardeau, 825-3408

Responsable du jeudi :

Paul-Henri Fortier, 825-2031

## Spectacle Skatemanía

Le samedi 25 octobre, au Colisée de Québec, joignez-vous à nous pour assister au spectacle Skatemanía. Skatemanía vous en mettra plein la vue et vous fera vivre un moment inoubliable au son des plus belles chansons d'hier et d'aujourd'hui.

Le spectacle se déroule à la fois sur glace et sur scène et réunit une quarantaine d'artistes, chanteurs, danseurs, patineurs et acrobates.

Chanteurs invités : Sylvain Cossette, Andrée Watters,

Marc Hervieux, Éléonore Lagacé, Brian Tyler, Andréanne Martin, Liana Bureau et Crescendo Patineurs: Patrick Chan, Joannie Rochette, Shawn Sawyer.

Le prix de 60 \$ pour les membres ou 70 \$ pour les non-membres inclut un souper dans un restaurant de la région, l'entrée au spectacle et le transport en autobus.

Départ à 13 h du stationnement de l'église

Réservation avant 10 octobre

Resp : Jean-Marc Jennings, 825-1527

## Gala de danse en ligne

Félicitations aux onze danseuses et danseurs de notre club qui se sont joints au groupe du secteur Orléans pour présenter deux chorégraphies de danse en ligne lors du Gala de Danse de la FADOQ qui a eu lieu le 7 juin dernier au Patro Rock-Amadour.



1<sup>ère</sup> rangée : Louisette Thomassin et Louise Labadie  
2<sup>e</sup> rangée : Diane Clavet, Pierrette Auclair, Monique Vallée, Julie-Anne Leblond, Patricia St-Pierre, Nicole Thomassin  
3<sup>e</sup> rangée : André Thomassin, Gaétan Thomassin, Fernand Parent

## Conseil d'administration 2014

Michel Després, prés.	849-2089
Paul-Henri Fortier, v.p.	825-2031
Clémence Thomassin, sec.	825-2206
Jean-Marc Jennings, trés.-rel.	825-1527
Marcel Tremblay, adm.	825-5059
Céline Falardeau, adm.	825-3408
Diane Durand, adm.	948-1023



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

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



### RENSEIGNEMENTS et RÉSERVATIONS :

418 660-3119 poste 4851



**Desjardins**  
Caisse de Beauport

# Mon premier massage

J'ai observé au cours de mes 10 ans de pratique en massothérapie que les personnes qui vivent l'expérience d'un premier rendez-vous sont parfois nerveuses, voire anxieuses à l'idée de vivre ce moment parce qu'elles ne savent pas tout à fait ce qui va se passer et comment va se dérouler la séance. Le premier rendez-vous est souvent déterminant dans la perception que l'on se fait de la massothérapie et des bénéfices que nous pouvons en tirer. C'est pourquoi l'idée m'est venue de prendre le temps d'expliquer clairement le déroulement d'une séance de massage afin de vous aider à profiter au maximum de ce moment privilégié où la détente et le bien-être sont au rendez-vous.

## Premier rendez-vous

Lors d'un premier rendez-vous, le massothérapeute prend le temps de vous accueillir, de vous écouter et de se présenter. De votre côté, il est bon de spécifier que c'est votre première expérience. Ce dernier se fera un plaisir de vous expliquer la marche à suivre et répondra à vos questions. Le tout se passe dans un environnement calme, une pièce propre, assurant intimité et confort, bien aérée et qui invite à la détente.

## Avant le massage

Avant le massage, lors de l'entrevue, le massothérapeute s'assure de bien saisir vos besoins et recueille des informations principalement sur votre bilan de santé, votre style de vie et le ressenti dans votre corps. Son but est de préciser avec vous la raison de la consultation et de s'assurer de la pertinence du massage offert. Il consignera toutes les informations recueillies dans un dossier auquel il pourra référer lors d'une prochaine visite afin d'assurer un suivi professionnel. Dans cette étape préliminaire, vous serez informé également de quelle Fédération ou Regroupement il est membre et qui l'autorise à émettre des reçus pour les assurances au cas où vous en auriez besoin.

Une fois que le massothérapeute vous a expliqué quel type de massage sera effectué en relation avec vos besoins et quelle en sera la durée, il vous expliquera comment vous installer soit sur une table ou une chaise de massage. Étant à votre première expérience, il vous informera que le massage peut être interrompu à tout moment si vous le désirez et que vous devez l'informer si la pression est trop forte, que vous avez froid, besoin d'un cousin supplémentaire ou tout autre élément pertinent

relatif à votre confort et à la bonne conduite du massage. Par la suite, il se retire de la pièce et vous laisse vous installer confortablement. Selon la technique utilisée, vous serez invité soit à enlever vos vêtements pour un massage à l'huile ou à les conserver si, par exemple, vous consultez en Polarité. Lorsque vous êtes prêt, recouvert d'un drap, le massothérapeute peut entrer dans la salle après avoir reçu votre accord. Une fois dans la pièce, il s'assure que vous êtes confortable et bien installé.

## Pendant le massage

Pendant la période de massage, la séquence est exécutée avec grand respect. Le massothérapeute s'informerait de votre confort et de votre bien-être. Il est possible que vous vous endormiez. Ceci n'enlève rien aux effets du massage. Si vous avez besoin de parler, vous serez écouté. Si vous préférez le silence, il en sera ainsi.

Lorsque viendra le moment de vous retourner, vous serez guidé sur la façon de le faire confortablement sous le drap. En polarité, la personne garde ses vêtements. Cependant, le «polariste» ou massothérapeute pratiquant la polarité s'assure que le changement de position se fasse en douceur et au rythme de la personne.

À la fin du massage, le massothérapeute vous informe que c'est terminé. Il quitte la salle et vous laisse un moment de repos. Lorsque vous êtes prêt, vous vous relevez et vous vous habillez s'il y a lieu. Par la suite, vous laissez savoir à votre massothérapeute qu'il peut entrer dans la pièce ou vous le rejoignez dans son bureau de consultation.

## Après le massage

Après le massage, quelques minutes sont prévues afin de discuter avec vous de votre expérience et conclure l'entrevue. Il s'informerait de votre état par rapport à votre besoin ou demande de départ ainsi que votre état général. Vous pourrez discuter de part et d'autre de ce que vous avez ressenti ou observé pendant la séance. Il pourra à ce moment, faire quelques recommandations ou vous donner quelques conseils appropriés. Il vous proposera un plan d'intervention ou un suivi si cela est pertinent.

C'est à travers cette procédure professionnelle et au fil des rencontres que se développera une relation de confiance avec votre massothérapeute. Il est très important que vous soyez à l'aise avec votre professionnel de la santé en massothérapie. Ce moment privilégié



où vous prenez soin de vous, c'est un cadeau que vous vous faites à vous-même. Votre satisfaction et votre bien-être sont la priorité.

Parfois, il peut être opportun de prendre rendez-vous avec un autre massothérapeute afin d'être en mesure de déterminer ce qui, dans votre cas, vous est le plus bénéfique. Il peut arriver dans la vie certaines périodes où nous avons besoin d'un certain type de massage et d'autres périodes où un autre type de massage nous est plus bénéfique. C'est pourquoi il existe une grande diversité et des spécialités dans le monde de la massothérapie.

## Peu importe l'âge

Un massage dure de 60 à 90 minutes pour les adultes et de 30 à 60 minutes pour les enfants. Ceux-ci sont toujours accompagnés d'un parent. Le recours à la massothérapie peut être bénéfique à tout âge et en différentes circonstances. Nous pouvons tous bénéficier des effets relaxants d'un bon massage ou d'une séance de polarité. Cette expérience se doit d'être agréable et bénéfique à tous les niveaux.

Je vous souhaite de tout coeur de vivre une belle expérience de massage.

Vous pouvez acheminer vos questions ou commentaires à l'adresse suivante: [massagepolaritedb24@hotmail.ca](mailto:massagepolaritedb24@hotmail.ca)

Il me fera plaisir de vous répondre

**Danielle Binette**, massothérapeute agréée, thérapeute et enseignante en polarité.



**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**

<b>Courriel :</b>	<b>Téléphone :</b>	<b>Télécopieur :</b>
<a href="mailto:ylag@qc.aira.com">ylag@qc.aira.com</a>	418-847-6093	418-847-6240

## Appareils électroménagers



### F. Couillard

### Réparations

### de toutes marques

**418 661-7313**

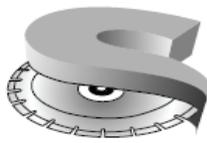
**Installation de lave-vaisselle**

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

T 418 825-1093  
F 418 825-1092  
[ebenisterie2003@live.com](mailto:ebenisterie2003@live.com)



*Cuisine, salle de bain et mobilier*



## SCIAGE de béton

### A. Tremblay Inc.

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

## Vous perdez votre cellulaire?

Voici une information très pertinente dans le cas où vous perdez ou vous faites voler votre cellulaire.

Avant que cela ne vous arrive, allez sur le clavier de votre téléphone et tapez ceci:

**\* # 0 6 #**

Instantanément vous voyez apparaître le numéro de série de votre téléphone.

CE CODE EST UNIQUE. INSCRIVEZ-LE ET CONSERVEZ-LE PRÉCIEUSEMENT.

Si jamais cela vous arrive, appelez immédiatement le fournisseur de votre appareil et donnez-lui ce code. Votre téléphone sera désactivé, même si l'on change la carte SIM.

Vous ne récupérez peut-être pas votre téléphone, mais vous êtes néanmoins assuré que le voleur ne pourra, en aucun cas s'en servir, et que vous n'aurez pas de factures mirobolantes à servir.



Cercle de Fermières

## Des nouvelles de notre cercle

### Assemblée Générale Annuelle

L'assemblée générale de notre Cercle aura lieu le mardi 17 juin au sous-sol de l'église. Il y aura élections de trois postes au sein du Conseil d'administration.

Les cartes de membres pour l'année 2014 - 2015 sont disponibles. Le coût est de 30 \$ comprenant un abonnement à la revue l'Actuelle.

### Activités du Cercle

Les activités régulières au local se poursuivront tout l'été. Les ateliers, animés par les membres expérimentées du Cercle, seront de retour à l'automne.

Journées de la culture

Nous prévoyons faire une journée portes ouvertes le samedi 27 septembre à notre local au sous-sol de l'église.

### Exposition annuelle

Notre exposition annuelle aura lieu le dimanche 29 novembre au sous-sol de l'église.

Nous vous souhaitons un bel été et soyez prudents.

P.S : Ne pas oublier que le Cercle recycle les cartouches d'ordinateur.

**Hélène Beaulieu, prés. intér. 825 - 2518**

**Marie- Josée Lussier, sec. tr. 825 - 2054**

**Rita Ouellet, dossiers . 825 - 3014**

**Claudette Fecteau, comm. 825 - 6011**

## Le "Voisin Gonflable"

Madame la mairesse,

Suite à l'article paru dans le journal de Québec cette semaine (du 11 mai) concernant différentes installations récréatives qui devront attendre à cause du manque de ressources financières, je ne peux que vous féliciter de votre logique fondamentale. Sans être sexiste, vous avez agi en "bon père de famille" en faisant voir que nous n'avions pas les moyens de nous payer un luxe hors de notre portée maintenant. Quand on ne peut se payer une piscine, on se contente d'une pataugeuse. Même le maire Labaume a dû réaliser que son anneau de glace couvert pour vingt athlètes pouvait attendre quelque temps.

Ce n'est pas "manquer d'horizon" que d'être réaliste, n'en déplaise aux ténors du "on n'attire pas les mouches avec du vinaigre". Quand on n'a pas les moyens d'attirer ou d'inviter quiconque, on n'invite personne, point final. À moins de vouloir à tout prix transférer la facture à ses petits enfants. Alors, il faut savoir ce qu'on veut.

Car il y a un cercle vicieux dans le fait de vouloir attirer plus de gens dans notre giron, ou dans quelque giron que ce soit, avec des offres "Plus Value". Ces offres "plus value" sont la plupart du temps des endettements de la population locale à ses dépens.

Si notre coin de pays intéresse autant de gens qu'on veut bien nous faire croire pour sa beauté, son paysage, sa tranquillité, eh bien, qu'ils y viennent avec la conviction que notre "coin de paix" n'est pas à troquer pour un centre-ville abrutissant, bruyant et sans âme. On n'a pas à faire des salamalecs à quiconque pour leur faire croire qu'on a besoin d'eux absolument pour être bien chez nous. Qu'ils y viennent sans flafas et sans exigences. Ils verront bien. Et quand nous en aurons les moyens, alors, nous nous offrirons bien quelques petits luxes sans nous étouffer et sans étouffer nos petits-enfants.

*Christian d'Anjou, S.B.D.L.*

## 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*

## Couple un jour, parents toujours

Vous pouvez vous séparer de votre conjoint, divorcer de votre époux ou dissoudre votre union civile, mais vous serez toujours les parents de vos enfants. Malgré les différends qui surviennent lors d'une rupture, les père et mère continuent d'exercer conjointement l'autorité parentale, ce qui n'est pas toujours facile dans les faits.

### Autorité parentale

L'autorité parentale est l'ensemble des droits et devoirs que la loi reconnaît au père et à la mère sur la personne et les biens de leurs enfants mineurs, soit la garde, la surveillance, l'éducation, la protection et l'entretien.

Le Code civil du Québec prévoit, dans de très rares cas, la déchéance de l'autorité parentale; c'est-à-dire que le tribunal peut enlever à un parent l'autorité parentale pour des motifs graves notamment l'abus sexuel, la violence, l'abandon de l'enfant, etc. Le tribunal décide également de la dispense ou non de l'obligation alimentaire envers l'enfant.

### Garde d'enfants

Lors d'une rupture, les parents doivent décider du type de garde des enfants,

soit une garde exclusive pour un parent et des droits d'accès pour l'autre ou une garde partagée. Lorsque les parents ne s'entendent pas, ils peuvent avoir recours à la médiation familiale ou se tourner vers les tribunaux afin de faire trancher le litige. Dans tous les cas, tel que prévu à l'article 33 du Code civil du Québec, le critère à prendre en considération dans l'attribution de la garde est l'intérêt de l'enfant.

Aussi, il est important pour l'enfant d'avoir un maximum d'accès à ses deux parents. De plus, l'article 34 prévoit que «le tribunal doit, chaque fois qu'il est saisi d'une demande mettant en jeu l'intérêt d'un enfant, lui donner la possibilité d'être entendu si son âge et son discernement le permettent».

Pour conclure, malgré la rupture, malgré les conflits, les père et mère doivent maintenir une bonne communication et ne doivent surtout pas faire obstruction aux volontés des enfants de maximiser les contacts avec leurs deux parents.

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

## Algie par ci, algie par là

Le suffixe *algie* vient du grec algos qui signifie souffrance, douleur. Le terme dorsalgie est fréquemment utilisé pour désigner les maux de dos en général, mais des cervicalgies et des lombalgies peuvent également être source de souffrance. De plus, le risque que ces douleurs deviennent chroniques, si elles ne sont pas traitées adéquatement, n'est pas à négliger. Avant de se tourner d'emblée vers les anti-inflammatoires, d'autres avenues de traitement et de prévention peuvent être envisagées.



Plus les tissus de soutien sont surutilisés, ils s'irritent, amenant ainsi l'apparition des symptômes et des douleurs.

### C'est quoi la différence ?

Tout d'abord, voyons à quelle partie du dos sont reliés les types de douleurs mentionnées. Les cervicalgies identifient les douleurs à l'une ou plusieurs des sept vertèbres cervicales, les lombalgies désignent les souffrances au niveau des cinq vertèbres lombaires et enfin, les dorsalgies indiquent les affections aux vertèbres dorsales, au nombre de douze, au milieu du dos.

### Les complications

Outre les douleurs entre les omoplates, le mauvais fonctionnement neurovertébral, causé par une dorsalgie, peut aussi provoquer d'autres symptômes, telles que des douleurs à l'estomac ou dans la zone du sternum (simulant un problème cardiaque).

La dorsalgie peut se compliquer et causer le syndrome costo-vertébral. La cause de ce syndrome est un dérangement vertébral, soit le mouvement ou l'alignement anormal entre une côte et la vertèbre à laquelle elle s'attache, provoquant ainsi une inflammation. En effet, pour avoir une bonne ventilation des poumons, il est nécessaire que la cage thoracique puisse prendre une expansion adéquate. Or, cette dysfonction de mouvement empêche le thorax de se gonfler pleinement. Ainsi, la douleur peut donc être augmentée lors de la toux ou d'une respiration profonde. Ça coupe littéralement le souffle!

### Agissez sans tarder

Peu importe l'endroit où se situe la douleur, il n'y a aucune fierté à endurer son mal. Une douleur traitable, mais que vous ignorez peut devenir chronique. La correction de l'articulation affectée permettra de réduire l'inflammation. Plus vous traiterez les symptômes rapidement, plus la guérison sera rapide et le besoin de recourir à des solutions chimiques sera diminué. Un docteur en chiropratique peut vous aider à traiter le problème, optimiser votre rétablissement et surtout, prévenir sa réapparition.

### Qu'est-ce que la dorsalgie ?

La dorsalgie est souvent occasionnée par une mauvaise mécanique des articulations de la cage thoracique et les os qui s'y rattachent. Cette condition est généralement due à un mauvais mouvement de l'articulation qui se traduit par une douleur au thorax, entre autres aux omoplates, soit comme un point aigu, soit comme une douleur lancinante dans cette région. N'importe qui peut être affecté par une dorsalgie. Effectivement, elle peut être causée par un accident, un travail répétitif, de mauvaises positions, une modification de la posture lors de la grossesse ou la pratique de sports de contact.



Le manque d'exercice peut contribuer à une faiblesse musculaire de la colonne dorsale et ainsi solliciter davantage les tissus de soutien (ligaments et capsules).

**Dr Julien Aubé, chiropraticien DC**  
Source: ACQ - Association des chiropraticiens du Québec

*Offrez-vous le sourire dont vous rêvez*

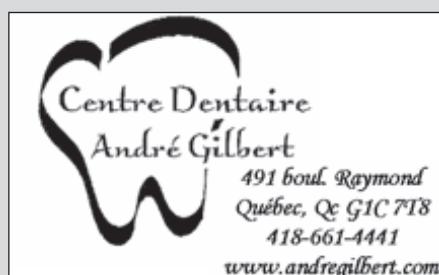
*Obtenez 200\$ de rabais sur un service de blanchiment à la maison*



En quelques jours et sous le contrôle de votre dentiste, il vous sera possible d'obtenir le sourire éclatant dont vous avez toujours rêvé et ce, en toute sécurité.

Il faut savoir que les meilleurs résultats sont obtenus sur les dents légèrement teintées. Les taches foncées mettront plus de temps à réagir au traitement.

Les résultats obtenus varient d'un patient à l'autre, selon la structure de la dent et la durée du traitement. N'hésitez pas à nous téléphoner pour nous poser vos questions!



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

## Petites annonces

Tombée le 6 août 2014  
alinefortier@hotmail.com  
Tél: 418 825-1182

Boite de camion blanche de 6 pieds.  
**825-2238**  
Divan lit, état neuf, 50 \$ - Poêle portatif  
Coleman au naphta 2 ronds, 35 \$.  
**825-2972**  
Motorisé classe C, 24 pi. Sport 350,  
1985, pour 6 personnes. Prix demandé,  
6800 \$ négociable.  
**825-2803 ou 849-8457**  
Trouvé: téléphone sans fil de marque  
Panasonic.  
**569-9250**  
Maison 3 ch. sous-sol fini, garage. Se  
présenter au:  
**32, rue Richelieu**  
Niche à chien à vendre 35 \$.  
**825-1117**

4 pneus été Radial P185-65R15-86T  
pour 120 \$ - Fenêtre 70 x 66, Contracto,  
800 \$ - Divan et fauteuil inclinable ber-  
çant, 200 \$.  
**825-1576**

**GARDIENNE**

Jeune fille 13 ans, gardienne avertie,  
expérience, demeurant rue du Calvaire,  
garderait jour, soir et fins de semaine.  
**825-1547, Marianne**

**À LOUER**

4 1/2 pces à louer pour la fin août au 143,  
av. Ste-Brigitte.  
**825-2895**

Recherche 3 1/2 pces à louer. Personne  
tranquille.  
**934-8183**

3 1/2 pces demi s-sol éclairé; personne  
seule, non fumeuse. Laveuse, sècheuse,  
câble fournis. Secteur Labranche.  
**825-3943**

**450 210-4026 cell.**

**SERVICES**

Recherche prof de piano, enfant de 9 ans.  
**606-8739**

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

**825-1495, cell. 806-6503**

Tonte pelouse, rénovations int. ou ext.  
ferait transport, petit déménagement.

**907-5714**

Recherche la famille qui a adopté Minou,  
terre-neuve noir il y a quelques années.  
Aimerait avoir des nouvelles.

**915-9630, Madeleine**

**OFFRE D'EMPLOI**

Recherchons personne fiable pouvant  
conduire un camion (pick-up) avec re-  
morque pour faire la tonte des pelouses  
et l'entretien paysager. Temps partiel  
pour la saison estivale. Salaire à discuter.  
**825-2408 ou 802-4678, Manon**

**Le Lavalois**

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

Le Lavalois  
C. P. 1020

Sainte-Brigitte-de-Laval, G0A 3K0  
Tél. : 418 907-7172

Courriel : lelavalois@ccapcable.com  
Web : www.lelavalois.com

**L'équipe du Lavalois****CONSEIL D'ADMINISTRATION**

Lucille Thomassin, présidente	948-2610
Jocelyne Clavet, v.-présidente	825-2648
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 Lavalois****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 Lavalois pour  
y faire paraître vos petites annonces gra-  
tuitement. La carte de membre coûte 5 \$ .  
Cependant, vous ne pouvez annoncer gra-  
tuitement un service pour lequel quelqu'un  
paie une pub dans notre journal. Vous pou-  
vez vous procurer cette carte auprès des  
membres de notre équipe ou lorsque vous  
donnez votre annonce à la préposée.

Merci de votre collaboration

*Le journal Le lavalois  
vous reviendra en août.*

*Date de tombée des  
articles le 6 août.*

## Vu d'été, la nouvelle émission



## estivale de CCAP.Tv



En ondes dès le 1<sup>er</sup> juillet

C'est à compter du 1<sup>er</sup> juillet que CCAP.Tv  
présentera sa nouvelle émission Vu d'été,  
une version estivale de son programme  
d'information locale Vu d'ici. Cette for-  
mule favorisera la couverture des dif-  
férents événements du territoire qu'ils  
soient sportifs, culturels ou sociaux. De  
juillet à la mi-septembre, l'équipe de  
journalistes sera sur le terrain afin de  
couvrir les activités locales en plus d'offrir  
de la visibilité à des organismes ou des ac-  
teurs importants de notre communauté.

Vu d'été sera entièrement tourné à l'exté-  
rieur sur les sites des événements visités.  
Une approche qui permettra à la chaîne  
d'être davantage présente et impliquée  
dans la vie communautaire. « Avec la  
formule Vu d'été, nous profitons de la  
période de l'année où les événements  
abondent pour être plus proche des gens  
et qu'il soit naturel pour eux d'asso-  
cier CCAP.Tv à leurs projets et événe-

ments. Nous voulons aussi permettre  
aux citoyens et citoyennes de participer  
au tournage. » souligne Mariève Robi-  
chaud, coordonnatrice de la program-  
mation de CCAP.Tv.

Vu d'été est rendue possible grâce à  
la collaboration et l'appui financier de  
la Caisse Desjardins de Charlesbourg.  
CCAP.Tv présentera durant la saison est-  
ivale des émissions telles que la Veillée  
rustique (une collaboration avec la télé  
communautaire de St-Raymond-de-Port-  
neuf), Panorama Vie de quartier et Babil-  
lard en plus de certaines rediffusions.

Pour connaître les événements visités par  
l'équipe de Vu d'été, consultez le site In-  
ternet et la page Facebook de CCAP.Tv.

*Source: Mariève Robichaud, coord.*  
programmation CCAP.Tv 849-7125 ou  
7135 robichaudm@ccap.tv

## Friperie CSVP

Les heures d'ouverture de la Friperie  
CSVP sont de 18 h 30 à 20 h le 19 juin au  
sous-sol de l'église.

Nous avons 2 petites barboteuses en  
très bon état à vendre 5 \$ chacune. Elles  
ont environ 5 pi de diamètre par 12 po  
de haut. Vous pouvez nous apporter des  
choses à donner ou appeler au 418 825-  
3609 pour un autre moment qui vous  
conviendrait. Nous prenons vêtements,  
jouets, cassettes et DVD, livres, vais-  
selle, petits électroménagers etc. Merci  
de nous encourager.

Vous y trouverez tous ces articles et  
même plus, à bas prix. Nos locaux se-  
ront fermés en juillet et août mais nous  
sommes toujours disponibles si vous  
avez des demandes ou des choses à don-  
ner. Bienvenue à tous.

Pour aide ou info:  
*Marie-Claude Servant, présidente*  
418-825-3609

**COLLABORATEURS**

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

LICENCE RBQ : 8303-3552-55

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

Ste-Brigitte-de-Laval, Qc.  
418 956-4271  
[www.renovationluclavoie.com](http://www.renovationluclavoie.com)

**PIERRE CLAVET**

Arpenteur-géomètre

C.P. 4346

Lac-Beauport

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



TÉLÉVISION ♦ TÉLÉPHONIE ♦ INTERNET

ET  
MAINTENANT  
téléphonie mobile

Claude Carré  
Lac-Beauport



Julie Rodrigue  
Québec

PROMOTION **3** SERVICES

TÉLÉVISION  
+ TÉLÉPHONIE  
+ INTERNET

à partir de  
**74,95 \$**  
/MOIS

Pour plus de détails : [www.ccapcable.com](http://www.ccapcable.com)



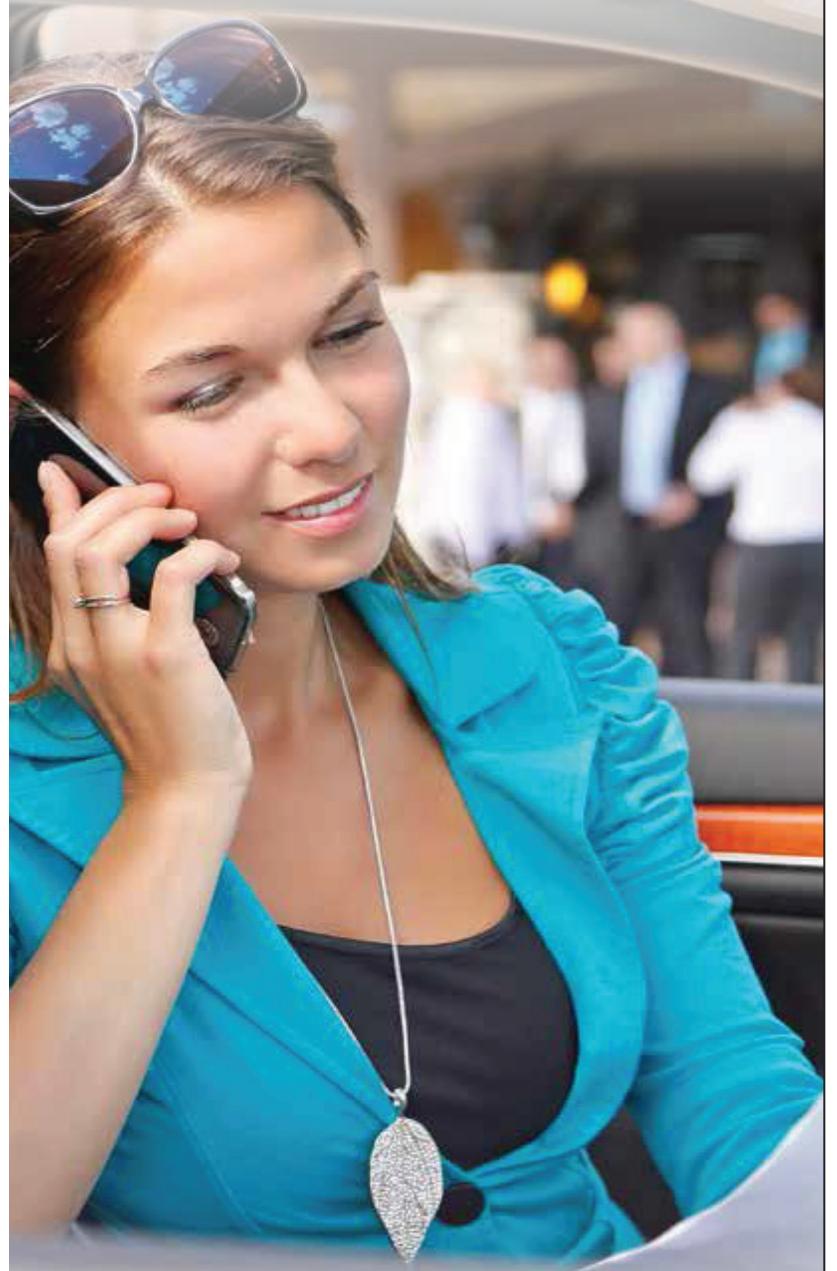
# Choisir la CCAP

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!



Martine Lachance  
Ste-Brigitte-de-Laval



@ ccap cable  
@ CCAP.TV

**418.849.7125**  
[www.ccapcable.com](http://www.ccapcable.com)

20 860, boul. Henri-Bourassa

Crédit photo: France Bouchard  
francebphotos.com