



# Le Lavallois

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

**PROGRAMMATION  
LOISIRS  
AUTOMNE 2015**

**PÉRIODE D'INSCRIPTION : 10 AU 31 AOÛT 2015**  
**INFORMATION : 418 825-2515**  
**WWW.SBDL.NET**

Sainte-Brigitte-de-Laval  
Sainte-Brigitte-de-Laval, une ville qui se réinvente

## Activités de loisirs d'automne

Il est maintenant temps de vous inscrire à vos activités sportives et culturelles favorites pour la saison automnale via le : [sbdl.net/inscription\\_aux\\_activites.php](http://sbdl.net/inscription_aux_activites.php)

L'inscription en ligne est simple et rapide. Nous vous rappelons que la Ville a pris un virage vert et a cessé de distribuer la programmation de loisirs aux citoyens par courrier postal.

Notez que la période d'inscription pour les activités automnales est en cours jusqu'au 31 août 2015. Tous les détails sont disponibles dans la programmation de loisirs automne 2015 à l'adresse suivante :

<http://oyez.lexum.com/site/fr/759/p/13194/pdf.do>

## À lire

*Marc Proulx, nouveau DG p. 3 - 4*

*Samuel Thomassin, boursier p. 2*

*Lettres ouvertes p. 12 - 13 - 14*

*Sondage de la Coop Santé p. 6*

*Vent de mémoire p. 5*

Août 2015

Volume 33

Numéro 6

**Accommodation  
Chez Pat**

**BIÈRES • VINS • VIDÉOS • LOTERIES**

Photocopies - Produits asiatiques  
**Ouvert tous les jours de 7 h 30 à 23 h**

**407 Ave Ste-Brigitte 418 825-2009**

**Familiprix**  
**VANESSA TREMBLAY**  
 224, avenue Sainte-Brigitte, local 102  
 418 825-4646

Lundi : 9 h 30 à 18 h 30  
 Mardi au vendredi : 9 h 30 à 21 h  
 Samedi, dimanche : 10 h à 16 h

Service d'infirmière  
 Service de livraison

restaurant  
**LE LAVALLOIS**

Voir nos spéciaux  
 à l'intérieur **p. 3**

**418 825.2969**  
 416 avenue Ste-Brigitte

Dre Julie Linteau  
 Clinique dentaire Sainte-Brigitte  
 224, Ave Ste-Brigitte  
 418 606-8125

Dr S.A. Bellavance

Lundi - mardi - jeudi - vendredi + deux soirs semaine

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

**VITRO PLUS Ziebart**

**VITRES ET ACCESSOIRES D'AUTOS**

**VITRO PLUS BEAUPORT**  
 Sylvain Blouin

**Tél. : 418 667-5251 Fax : 418 663-7953**  
 265 Rue Seigneuriale, Québec G1C3P7

# Samuel rafle les deux bourses

Samuel Thomassin s'est vu décerné deux bourses par la Faculté des Sciences de l'Éducation de l'Université Laval et cette mention d'honneur a été soulignée lors de la cérémonie de diplomation du 13 juin 2015.



Samuel reçoit son diplôme

Le Prix Jules-Dumas au montant de 500 \$ vise à souligner la qualité d'un projet pédagogique mené dans le cadre d'un stage du baccalauréat en éducation niveau préscolaire ou au primaire. Le Prix André Picard de 2000 \$ vise quant à lui à valoriser la formation des étudiants de ce même baccalauréat en leur offrant l'occasion d'établir des relations entre les connaissances développées dans les cours de didactique des mathématiques et les stages réalisés en classe.

## Le projet de Samuel

L'objectif premier du projet visait à permettre l'intégration des matières. Samuel a démarré une plantation



avec les jeunes pour vérifier ultérieurement s'il y aurait une différence de résultats entre une terre riche et une terre pauvre. Cette expérience concrète a permis de prendre des mesures, de récolter des données, de vérifier et de comparer des résultats donc d'intégrer l'apprentissage des mathématiques sans avoir l'impression de faire des mathématiques. On ne peut passer sous silence le développement de l'intérêt pour les plantes et l'utilisation des acquis de français lors de la rédaction du rapport. Le projet de Samuel s'est d'ailleurs démarqué grâce à son originalité et sa qualité. Félicitations Samuel! Quelle fierté de partager ton succès!



La plantation évolue

## Son parcours scolaire et professionnel

L'école primaire de Sainte-Brigitte a accueilli Samuel dès son entrée en classe. Comme la majorité des Lavallois il a poursuivi à l'école Samuel-de Champlain avant d'entreprendre le Cégep en sciences de la nature puis en géomatique. Deux domaines qu'il a délaissés par manque d'intérêt. Il s'est alors tourné vers un DEP en électricité et a utilisé ses connaissances sur le marché du travail pendant trois ans avant d'entreprendre son baccalauréat en sciences de l'éducation.

## Les projets d'avenir de Samuel

Titulaire d'un baccalauréat en sciences de l'éducation il est déterminé à acquérir toute l'expérience nécessaire pour obtenir un poste d'enseignant permanent à Beauport ou à Sainte-Brigitte; des écoles de ces villes utilisent déjà ses services à titre de suppléant.

Il ambitionne également de se perfectionner en poursuivant ses études pour obtenir un diplôme d'études supérieures spécialisées qui lui permettra d'aider les élèves qui ont des difficultés d'apprentissage et par la même occasion de gravir les échelons plus rapidement.

## Sommaire

<b>Entrevue</b>	3-4
<b>Opinion des lecteurs</b>	12-13-14
<b>La vie de chez nous</b>	
Vent de mémoire.....	5
Chorale.....	5-9
Sondage.....	6
Association de citoyens.....	6
Bougeons.....	7
30 ans de bénévolat.....	7
Fête nationale.....	8
Activité-bénéfices.....	10
Le Trèfle d'Or.....	10
La Barak.....	11
Défi-santé.....	15
J'ai trippé au <i>boutte</i> .....	15
Forum culturel.....	17
Bourse d'excellence.....	17
Roses des Sables.....	17
Cours de guitare.....	18
Transport collectif.....	19
Matinées mères-enfants.....	20
Saison de soccer.....	23
Vente de fleurs.....	23
Âge d'Or.....	24
Fermières.....	25
Concours cartes de Noël.....	27
<b>Chroniques</b>	
Chronique d'économie.....	21
Ici et maintenant.....	22
Chronique de massothérapie.....	25
Horticulture.....	26
<b>Annonces</b>	
Petites annonces.....	27

## Un modèle pour Samuel

C'est à l'école du Trivent que Samuel a trouvé son premier modèle en la personne de Madame Johanne Drolet. Il se souvient qu'elle était près des élèves, qu'elle avait organisé un cirque qu'il qualifie de projet exceptionnel; projet qui avait été présenté aux autres élèves et aux parents. Nul doute que les élèves qui auront l'occasion de bénéficier de son expertise profiteront de sa volonté de se surpasser et de son souci d'aider les enfants à intégrer les matières de la façon la plus pédagogique possible.

Doris Tessier

**Station Service Alpin Inc.**

**327 Ave Ste-Brigitte**

**418 825-2219**

**Depuis 28 ans à votre service**

**LE SPÉCIALISTE**

- **Freins**
- **Silencieux**
- **Suspension**
- **Auto de courtoisie**
- **Vidange d'huile Express**

**ENTRETIEN ET RÉPARATION**

**Jacques Tremblay, prop.**



# M. Marc Proulx, nouveau DG depuis le 22 juin 2015

par Jean-François Gerardin

## Un homme de respect et d'ouverture

À ma demande, Marc Proulx m'a accordé une entrevue au début de juillet. Nous nous sommes donc rencontrés dans le bureau de la mairie qu'il occupe officiellement depuis le 22 juin 2015.

Après une poignée de main vigoureuse, cet homme a des mains de forestier, nous voilà assis de part et d'autre d'une petite table ronde, nous avons pu échanger pendant plus de 2 heures. Voici donc l'essentiel de cette rencontre qui m'a permis de découvrir un homme fortement attaché aux valeurs familiales d'abord, tout en se disant dédié à ses responsabilités.

### Données personnelles

Natif de Verdun, en 1967, notre nouveau directeur général découvre la beauté de la nature dont il s'entichait lors de ses séjours à Lac-des-Seize-Îles, au gré des vacances d'été. Ces précieux «plongeurs» dans la verdure ne sont certes pas sans lien avec son amour de la forêt et des espaces sauvages qu'il découvrira lors de ses nombreuses années de travail sur la Côte Nord, à Sept-Îles, Port-Cartier, Blanc Sablon, et Anticosti.

### La famille

Enfant de Gérard Proulx et de Diane Gagné, ancienne enseignante de français, notre directeur général compte deux frères : Benoît, l'aîné, 57 ans et Antoine, 49 ans. Deux filles les ont précédés, Marjolaine 56 ans et Danielle 55 ans. La maman, Diane, est organiste et, comme son mari Gérard, impliquée dans sa communauté où tous deux sont marguilliers dans leur paroisse.

Une famille très soudée et des parents engagés socialement comme le sera le jeune Marc au sein d'associations lors de ses études. Son épouse prénommée Rose partage sa vie depuis 25 ans. Celle-ci est également originaire de Montréal et est née dans le même hôpital de Verdun que son mari quelques années plus tôt.

### Cheminement de Marc Proulx

À cinq ans, en 1972, il effectue ses études primaires et une partie de son secondaire à Sept-Îles, à l'époque où on entend parler des grandes compagnies minières. Le secondaire 4 se déroule au Séminaire Saint-François de Cap Rouge, suivi du secondaire 5 et de deux ans de collégial (C.E.G.E.P.).

Il touchera un peu au latin qui lui sera fort utile en botanique lors de ses cours en géodésie et foresterie à l'Université. Parallèlement à ses études d'ingénieur forestier, il travaillera pendant trois étés consécutifs en

horticulture, plantation d'arbres et en aménagement paysager. Une expérience précieuse pour la suite.

Il effectuera ainsi 39 semaines de stages accrédités par un ingénieur forestier reçu. Il termine à l'Université Laval en 1989 et en janvier 1990 revient à Sept-Îles à titre de chef d'équipe des Parcs. L'année suivante, en 1991, il est nommé superviseur à la Division des Parcs. Il s'occupe alors du Plan de gestion de la forêt urbaine de Sept-Îles. Il doit, entre autres, en préparer tout l'inventaire. Et, il me précise qu'à cet égard, tout restait à faire à cette époque.



Photo: Archives pers. M.Proulx

Marc Proulx, nouveau DG

Il faut dire aussi que la situation des travailleurs était difficile, la rigueur du climat y étant pour beaucoup. Cette tâche représentait tout un laboratoire et toute une expérience pour ce forestier qui a un penchant très marqué pour le développement durable, les espaces verts, les parcs et leur aménagement. Nul doute que ces affinités et ces intérêts serviront à l'environnement de notre milieu en priorité et à la poursuite de son défi personnel:

*«Préserver, intégrer et aménager  
dans le respect de  
l'environnement et de la diversité.»*

### Juge de concours

Notre DG eut aussi l'occasion de travailler à titre de juge dans le cadre des concours *Villes et villages fleuris*. Il fit également partie du jury pan-canadien des Collectivités en fleurs à titre de juge.

### Port-Cartier (2005 - 2008)

Nous retrouvons Marc Proulx à Port-Cartier, où il agira à titre de directeur adjoint coordonnateur des travaux publics. C'est à cette époque qu'il côtoiera madame Wanita Daniele, notre mairesse, qui œuvra alors à l'urbanisme.

### Ingénieur conseil

En 2008, il opte pour une occasion qui s'offre en génie civil dans la firme fondée par son frère Antoine, lui aussi ingénieur forestier. Sa compagnie *Groupe conseil Forchemex* se spécialise dans la conception de chemins forestiers, notamment sur la Côte Nord.

Le voilà donc, pendant 5 ans, chez son frère à titre d'ingénieur et conjointement conseiller en génie chez *Groupe Roche* pendant la même période.

Notre nouveau DG a donc vu du pays et possède une connaissance avérée et précieuse de la Côte Nord et de l'île Anticosti.

### Politique provinciale

Eh oui! notre DG a tâté de la politique provinciale à deux reprises. Il s'est en effet présenté sous les couleurs du parti libéral dans le comté de Duplessis en 2003 d'abord, puis en 2007.

Deux expériences qu'il me dit avoir trouvé enrichissantes et très intéressantes. Deux belles occasions de contacts rapprochés avec les gens dont il sollicitait l'appui. Deux occasions de manifester son ouverture et son implication qui semblent naturelles chez lui.

Ces expériences lui ont permis de mieux comprendre la réalité des élu(es), les mécanismes et les rouages qui sont en cause dans ce monde... pour le moins difficile.

### Changement de cap

Et puis, après toutes ces expériences au public, au privé et en politique, à un certain âge, comme me le souligne mon interlocuteur, «on commence à mieux savoir ce que l'on veut »...

**RÉSIDENTIEL & COMMERCIAL**  
 Cell: 418 802-4678  
 Bureau: 418 825-2408  
 ecovert2012@gmail.com

**ÉCO-VERT ENTRETIEN PAYSAGER**

- Tonte de pelouse
- Déchiquetage de feuilles
- Déchaumage
- Nettoyage printanier
- Fertilisation écologique
- Élagage
- Aération du sol
- Aménagement de sentiers
- Arboriculture

166, ave. Ste-Brigitte, Ste-Brigitte-de-Laval J1C 6D4 3K0

restaurant <b>LE LAVALLOIS</b>	<b>Spécial club sandwich</b>	<b>Promo Pizza</b>
Venez essayer nos nouveautés dans le menu	<b>Lundi</b> Commandez un club sandwich, obtenez le 2 <sup>e</sup> à moitié-prix Salle à manger seulement	<b>Pizza 12" garnie,</b> frites, 4 canettes de liqueur 20,35 \$ plus taxes

# M. Marc Proulx, nouveau DG depuis le 22 juin 2015

De son côté, son épouse Rose commence à trouver ses conditions de vie très exigeantes. Quand on est famille d'accueil et que le mari est au boulot, c'est plus que du plein temps pour cette femme que je présume dédiée au regard de cette mission qu'ils se sont donné de recevoir des jeunes en famille d'accueil.



Photo: Archives de M.Proulx

Mariage de leur fille  
Rose Goyette, Marie-Eve, Diane Gagné (grand-mère)  
Gérard Proulx (grand-père), Marc Proulx

## Un autre défi

À nouveau, Marc Proulx recherche un nouveau défi. Ce sera Drummondville et ses 75 000 habitants où il occupera le poste de directeur des travaux publics. Il y constatera la lourdeur administrative et encore une fois, habitera en banlieue, à Lefebvre dans la MRC de Drummondville. Il a besoin de calme, de campagne et de forêt.

## Sainte-Brigitte-de-Laval

La grande nature lui manque et particulièrement après les grands espaces côtiers du nord, il est toujours en quête de cette forêt qu'il affectionne tant et que sa formation et son parcours d'ingénieur forestier cautionnent assurément.

En 2014, Marc Proulx avait postulé pour la tâche de DG à Sainte-Brigitte-de-Laval et a depuis recontacté les autorités de notre ville. Je lui ai demandé comment il voyait son implication et son travail chez-nous.

Il insiste spontanément sur 2 valeurs : **respect et ouverture**. Ce double leitmotiv, très inclusif, est au menu quotidien dans ses contacts professionnels et humains. Il lui importe, à l'évidence, de tenir compte des opinions de l'autre, de ses idées, de ses visions. Il privilégie l'art de l'écoute, de l'empathie...

Il me dit sa volonté et sa détermination à donner les meilleurs services aux citoyens et précise à cet égard: qualité, probité et respect. De plus, la collégialité, il connaît. C'est un homme qui travaille en équipe. Il sait également déléguer et compte sur la richesse des différences de chacune et chacun qui travaillent sous son autorité. Il a pour habitude de vite percevoir la dynamique du groupe et d'en tirer le meilleur.

## Rose et Marc, famille d'accueil

Lors de l'entrevue, Marc Proulx m'avait mentionné le nom d'un journaliste, Patrick Lagacé, qui les avait rencontrés chez eux sur la Côte Nord en 2009. Je suis allé lire ce très bel article qui vous mettra dans l'atmosphère de cette famille d'ouverture et d'accueil. En ce moment, Rose et Marc ont trois enfants : Alice 17 ans, Keenan 10 ans et Hakim 9 ans. (Voir le lien au bas de l'article)

## Sainte-Brigitte-de-Laval, un défi?

Quand je lui demande comment il voit le fait de venir travailler à Sainte-Brigitte-de-Laval au regard des événements médiatisés sans relâche à propos de notre ville, il me répond avoir suivi les événements et la politique municipale de Sainte-Brigitte-de-Laval.

Il sait le travail qui l'attend sans pour autant s'en formaliser. Il a côtoyé différents patrons et se sent bien en selle pour assurer une présence efficace, accompagner, encadrer, guider, déléguer tout en demeurant ferme et clair dans ses attentes.

## Pas un sauveur

Après tout ce qui a été médiatisé en quelque 18 mois, il s'empresse de préciser qu'il n'est pas un sauveur mais qu'il s'appuie sur sa formation, ses connaissances, ses valeurs et ses principes. Il tient à sentir ce qui motive les employé(e)s et à stimuler leur participation. Au comité de gestion de la ville, il privilégie la convivialité et considère qu'on peut et doit y travailler heureux.

Le rôle d'un(e) DG en est un d'accomplissement, me souligne-t-il et ses 25 ans d'expérience municipale lui seront un précieux atout. En ce sens, l'équipe va l'épauler beaucoup et lui permettre de «grandir» davantage sur le plan humain et professionnel..

Il me dit aussi qu'il compte bien être le tampon, l'écran, entre le conseil municipal et ses fonctionnaires. Il ajoute qu'il est un homme de compromis.

Alors monsieur Proulx, permettez-moi au nom de l'équipe du journal *Le Lavallois*, de vous souhaiter la bienvenue dans nos montagnes et de saluer Rose, Alice, Hakim et Keenan.

Bonne route chez nous!

Note: Patrick Lagacé : pour celles et ceux qui voudraient lire l'article (édité en 2009) sur Marc Proulx, voici l'adresse : <http://www.lapresse.ca/debats/chroniques/patrick-lagace/200907/26/01-887433-cest-du-trouble-mais.php>

Notre site web  
**lelavallois.com**  
est présentement en reconstruction.  
Nous prévoyons sa réouverture  
en septembre  
**À surveiller**

**RÉSIDENTIEL - COMMERCIAL - RÉNOVATION**

**CONSTRUCTION RICHARD CHABOT**  
Licence RBQ : 5604-4233-01

**ENTREPRENEUR GÉNÉRAL ET SPÉCIALISÉ**

418, avenue Sainte-Brigitte  
Sainte-Brigitte-de-Laval (Québec)  
G0A 3K0

MARTIN CHABOT  
Cell. : 418 808-0588  
Tél. : 418 825-1954

ACCOMMODATION DU **DOMAINE BEAULIEU** BOUCHERIE **BEAUFRESNE**

1779, Boulevard Raymond, Québec  
(début Ste-Brigitte-de-Laval)  
418 667-2540

**Boucherie**

- Viandes et mets préparés avec soin
- Qualité et fraîcheur jour après jour
- Tout pour votre lunch
- Tourtières du Lac Saint-Jean
- Brochettes marinées
- Saucisses maison
- variétés de pâtés
- Tartes

**Accommodation**

- Épicerie • Glace
- Bière (+ microbrasserie)
- Vin (+ Julia Wine)
- Pain baguette et muffins
- Cartes d'appels
- Café Napoléon
- Terminal Loto-Québec
- Photocopie et télécopie
- Boîte aux lettres
- Timbres-poste
- Essence
- Propane

**TIRAGE**  
COURRER LA CHANCE  
**DE GAGNER**  
LE DOUBLE DE VOTRE  
ACHAT D'ESSENCE

**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

**CONSTRUCTION F.G.**

ENTREPRENEUR GÉNÉRAL  
COMMERCIAL ET RÉSIDENTIEL  
**418-809-2895**  
[www.constructionfg.com](http://www.constructionfg.com)  
info@constructionfg.com

# Vent de mémoire

## Une série historique sur les ondes de CCAP.Tv

Une nouvelle émission de type historique a fait son entrée sur les ondes de CCAP.Tv : *Vent de mémoire*.

Cette minisérie de 7 documentaires de 15 minutes s'intéresse au passé des municipalités, à leur évolution et aux anecdotes qui les ont forgées. Elle relatera l'histoire de Sainte-Brigitte-de-Laval, Lac-Beauport, Notre-Dame-des-Laurentides, Stoneham-et-Tewkesbury, Lac-Delage et Lac-Saint-Charles.

«Au-delà de la présentation des moments marquants de l'histoire, nous voulions avec *Vent de mémoire* laisser un legs aux générations à venir afin qu'elles en apprennent davantage sur leur municipalité et ainsi mieux comprendre certaines réalités» souligne Mariève Robichaud, responsable de la chaîne CCAP.Tv.

C'est la productrice et réalisatrice Geneviève Roussel qui a reçu le mandat d'immortaliser une portion du patrimoine dans le document télévisuel. Le projet est également le fruit de la collaboration de plusieurs citoyens et citoyennes des diverses municipalités qui ont généreusement accepté de partager leurs archives, leurs histoires et leur vécu. CCAP.Tv tient d'ailleurs à remercier tous les participants qui ont été impliqués dans le projet pour leur temps et leur dévouement.

*Vent de mémoire* est aussi rendue possible grâce à la collaboration et l'appui financier de la Caisse populaire Desjardins de Charlesbourg par le biais de son programme Fonds d'aide au développe-

ment du milieu.

Ste-Brigitte-de-Laval passera sur les ondes le 26 octobre. Deux émissions sont déjà passées : Stoneham-et-Tewkesbury et Lac Saint-Charles que vous pouvez regarder sur le site web de CCAP : Vent de mémoire

Horaire des prochaines émissions

24 août :  
Notre-Dame-des-Laurentides  
14 septembre :  
Lac-Beauport  
5 octobre :  
Lac-Delage  
26 octobre :  
Sainte-Brigitte-de-Laval



Source:

Mariève Robichaud,  
responsable CCAP.Tv  
(418) 849-7125 x7135  
robichaudm@ccap.tv

# Chorale

## L'Écho des Montagnes



**Apprendre à chanter en groupe est le plus beau passe-temps qui soit.**

J'aime chanter, c'est pour moi une source d'épanouissement personnel, ça m'apporte de l'énergie. Quand je chante, j'oublie tous mes soucis, c'est formidable. C'est une belle aventure que de chanter ensemble.

Pas besoin de savoir lire la musique ou d'avoir une voix d'opéra pour faire partie de notre chorale. C'est accessible à la majorité des gens.

Si vous avez une voix de base, le goût de faire partie d'une gang qui adore chanter, l'envie de partager une passion commune, venez rencontrer monsieur Christian Roy, notre nouveau chef de chœur, le mercredi 2 septembre à 19 h à l'église Ste-Brigitte.

Nous vous offrons deux séances gratuites... par la suite vous déciderez. Si vous n'êtes pas charmé... aucuns

frais ne vous seront imposés. Si vous nous adoptez, il vous en coûtera 80 \$ pour la session automnale.

Nous vous fournirons des CD qui vous permettront d'écouter votre partie pour l'apprendre. Nul besoin de savoir les chansons par cœur, nous vous remettons les partitions papiers. Nous fonctionnons avec des trames sonores ce qui facilite grandement l'apprentissage.

Les répétitions ont lieu tous les mercredis de 19 h à 21 h. Inscrivez-vous auprès de : **Murielle Lortie, 825-1553** courriel: [chorale@ccapcable.com](mailto:chorale@ccapcable.com).

Alors on vous attend, le 2 septembre à 19 h à l'église Ste-Brigitte-de-Laval.

**Lucille Thomassin,**  
une choriste enthousiaste

**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

**Plomberie**  
**Denis Lajeunesse**

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

**Plus de 20 ans d'expérience**

Clermont Vallée  
Président

**ENTREPRENEUR GÉNÉRAL**  
RÉSIDENTIEL • COMMERCIAL

418.825.2922  
pee@pee.ca

P.E.E.Q. Construction Inc.  **pee.ca**  
20, rue du Domaine, Sainte-Brigitte-de-Laval  
(Québec) G0A 3K0 • Téléc. : 418.825.2845  
Prévention et Économie d'Énergie du Québec  
RBQ : 5698-5435-01

417, ave Ste-Brigitte  
Sainte-Brigitte-de-Laval  
[TaxiBusLaval@ccapcable.com](mailto:TaxiBusLaval@ccapcable.com)

**Taxi Bus Laval**  
24 h sur 24 h  
Taxi et transport adapté

**Yvan Thomassin prop.**  
3 voitures pour vous servir

Tel : 418 825-2344



Déboisement  
Dessouchage  
Excavation  
Aménagement de terrain  
Transport - Terre  
- Sable  
- Gravier

**Excavation Dave Thomassin**  
SPÉCIALISTE EN DÉBOISEMENT 

**Dave Thomassin**  
Propriétaire

TELL - 418-825-3930 CELL - 418-929-3930  
BUR - 418-825-2344 FAX - 418-825-2754

**Lave autos**  
**Vite et Net**

424, ave Ste-Brigitte  
**Libre service**

**Ouvert de 6 h à 22 h**  
**7 jours sur 7**  
**418 825-2344**

Yvan Thomassin,  
prop



# SONDAGE

## Projet de coop de santé

Dans le cadre de l'élaboration du plan d'affaires de la Coop de santé, le comité provisoire sollicite les citoyens de Sainte-Brigitte-de-Laval pour répondre à un court sondage sur l'**accessibilité à un médecin de famille**.

Trois façons de répondre: 1. Déposez votre sondage rempli au 418 ave Ste-Brigitte dans la boîte réservée à cet effet;  
2. Postez-le à : Journal Le Lavallois, c.p.1020, Ste-Brigitte-de-Laval, G0A 3K0  
3. Par Internet, à partir de la page : <https://www.facebook.com/centredesante.sbdl>

**Réponses attendues avant le 21 août 2015 - Merci de ne répondre qu'une seule fois à ce sondage**

1. Avez-vous un médecin de famille?  Oui j'en ai un  Non, je n'en ai pas besoin  Non, je n'en ai pas cherché  
 Non, je suis incapable d'en trouver un  Autre : \_\_\_\_\_

### Population ayant un médecin de famille (Vous avez répondu «oui» à la question 1)

2. Quelle distance devez-vous parcourir pour consulter votre médecin de famille? \_\_\_\_\_  
Précisions: (ex: ville où se trouve votre médecin) \_\_\_\_\_

3. Risquez-vous de perdre votre médecin de famille dans les cinq (5) prochaines années?  
 Oui  Non  Ne sais pas

4. Lorsque vous voulez avoir un rendez-vous avec votre médecin de famille, normalement, combien cela prend-il de temps avant que vous puissiez le rencontrer à partir du moment où vous voulez le voir?  
 Moins d'une semaine  1 semaine à 1 mois  2 à 3 mois  4 à 6 mois  0 lus de 6 mois

### Population n'ayant pas de médecin de famille (Vous avez répondu «non» à la question 1)

5. Si vous n'avez pas de médecin de famille, y a-t-il un cabinet, un CLSC ou une clinique sans rendez-vous où vous consultez habituellement un médecin pour vos problèmes de santé?  
 Oui  Non Précisions : \_\_\_\_\_

### Facilité d'accès à un médecin

6. Est-il arrivé au cours des 12 derniers mois que vous n'ayez pas pu voir un médecin généraliste, ou omnipraticien, malgré que vous ayez fait des efforts pour tenter d'en voir un?  Oui  Non  Ne s'applique pas

7. Est-il facile pour vous d'obtenir des soins médicaux le soir ou la fin de semaine sans avoir à vous rendre à l'urgence d'un hôpital?  Très facile  Plutôt facile  Plutôt difficile  Très difficile  Ne sais pas

8. Autres commentaires: \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

### Identification

9. Vous êtes :  Un homme  Une femme

10. Vous êtes âgé de :  Moins de 18 ans  18-39 ans  40-60 ans  Plus de 60 ans

## Association des Citoyennes, Citoyens de Ste-Brigitte-de-Laval



L'ACC-SBDL aura le plaisir de lancer sa première activité en septembre: **Mémoires de Sainte-Brigitte-de-Laval !**

Une aventure collective où chacune et chacun pourra contribuer à construire notre histoire.

**Phase 1 :** Dès maintenant, nous proposons aux personnes intéressées à participer à l'élaboration du projet et des outils (notamment la préparation d'un site wiki).

**Phase 2 :** À partir du 15 septembre, chaque citoyen pourra apporter sa contribution à l'écriture de NOS MÉMOIRES.

D'autres projets et toutes autres idées sont les bienvenus.

Pour participer, nous rejoindre, pour comprendre ce que nous sommes et proposons, pour nous soutenir ou être membre, pour lancer un projet avec l'aide de notre association:

- Recherchez sur Facebook ou Google: *Association des Citoyennes, Citoyens de Sainte-Brigitte-de Laval*

- Ou communiquez directement avec nous : [acc-sbdl@outlook.com](mailto:acc-sbdl@outlook.com) tél.: 418 606-8574

NB : D'excellentes émissions sur l'histoire de chaque ville de notre MRC, *Vent de mémoire*, ont été réalisées par la CCAP et sont diffusées sur leurs ondes à CCAP.Tv Nous vous invitons à les visionner.

**Carrossier** EXPERT • 2000

**CARROSSIER EXPERT 2000**  
570, ADANAC, LOCAL 106-107  
**Tél : 418 664-1456**  
**Cell : 418 805-1456**  
[carrossierexpert@megaquebec.net](mailto:carrossierexpert@megaquebec.net)

**Genevève Paré**  
Propriétaire

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

# Bougeons pour la Fondation des Premières-Seigneuries



C'est avec beaucoup d'enthousiasme que la Fondation des Premières-Seigneuries annonce la venue d'une nouvelle activité-bénéfice. Il s'agit d'une course ou d'une marche chronométrée, de 1- 1,75 - 3,5 - 5,25 ou 7 km, qui se tiendra le 12 septembre 2015 au Centre de plein air de Beauport. L'activité « Bougeons pour la Fondation des Premières-Seigneuries » aura pour but d'amasser des fonds qui permettront de lancer un nouveau service de soutien professionnel innovateur et ainsi accroître la réussite de nos élèves en difficulté, et ce, à compter de la prochaine rentrée scolaire.

La Fondation a été créée en 2003 afin d'encourager les

projets réalisés dans nos écoles et de souligner la persévérance de nos élèves. Après plus d'une décennie d'existence, les membres du conseil d'administration ont décidé d'élargir cette mission et de faire un pas de géant afin de «favoriser la réussite du plus grand nombre d'élèves».

Certains jeunes ont besoin d'un soutien professionnel particulier, et ce, le plus tôt possible dans leur cheminement scolaire. Nous sommes convaincus que l'ajout de services de professionnels à l'externe, sur une plus longue période, tels que l'ergothérapie, l'orthophonie, la psychothérapie, est la solution adéquate. Ces thérapies individuelles engendrent souvent des coûts d'au moins 1 500 \$, mais elles font une grande différence pour les élèves dont la réussite est compromise. Ce type de soutien sera mis en place avec la collaboration de notre personnel et les parents des élèves concernés. Nous serons l'une des rares fondations à offrir ce genre de service.

Pour s'inscrire : <http://www.circuitdescouleurs.com/evenements/evenements-hors-circuit-x-3/bougeons-fondation-seigneuries/>

Ceux qui ne peuvent pas prendre part à l'activité sont invités à faire un don en ligne en cliquant sur l'icône prévue à cet effet sur la page Internet de la Fondation : <http://www.csdps.qc.ca/commission-scolaire/fondation-des-premieres-seigneuries/>

Véronique Gingras, conseillère en communication  
418 666-4666, poste 8444 • [veronique.gingras.2@csdps.qc.ca](mailto:veronique.gingras.2@csdps.qc.ca)

## Reconnaissance à Lucille Thomassin



L'Équipe du journal *Le Lavallois* toute entière tient à souligner, dans son édition du mois d'août 2015, que depuis trente ans maintenant, sa présidente, madame Lucille Thomassin, y travaille bénévolement.

**30 ans** de présence intense, efficace.

**30 ans** d'écoute attentive et de patiente et sage gouvernance.

Merci, chère Lucille pour toutes ces années de dévouement inlassable.

Merci pour ta résilience, ta fidélité à notre lectorat et à ton équipe.

*Nous t'aimons  
Lucille!*



L'équipe du journal *Le Lavallois*



### 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)

# Fête nationale du 23 juin 2015: initiative et talent

Ceux et celles qui ont bravé la température le 23 juin dernier en choisissant de se rendre sur le site de la Fête Nationale à Sainte-Brigitte-de-Laval (SBDL) ont pu constater le talent musical de plusieurs de nos concitoyens.

Les cinq groupes qui ont occupé successivement la scène avaient une chose en commun, au minimum un résident de SBDL en faisait partie.

Rien à voir avec le hasard cependant puisque ces musiciens avaient répondu à l'appel de Sabrina Thomassin, coordonnatrice à la vie communautaire et responsable de la bibliothèque à SBDL.

Cette belle et brillante initiative a permis de faire connaître la diversité et l'étendue des talents locaux.

Bien abritées sous les parapluies, les personnes qui ont fait fi des averses en début de soirée ont pu entendre Pierre-Luc et Andrew Vallée, deux comparses qui s'entendent à merveille sur une scène. Une seule guitare mais deux belles voix qui s'harmonisent bien dans un répertoire varié. Une belle surprise pour la dernière chanson, Vincent Thomassin, un guitariste très talentueux accompagnait le duo pour «Seasons», une composition de Pierre-Luc Vallée.

Isabelle Henry, secrétaire-téléphoniste à la Ville de SBDL, rejoignait par la suite Vincent Thomassin et Pierre-Luc Vallée sur scène. Le groupe, nouvellement formé, baptisé *Trio ValHenTho* a offert une solide prestation. Une belle découverte que celle de la voix d'Isabelle.



Photo: L.Côté

Rusdell Nuñez et son groupe en pleine action

Changement de rythme avec le groupe «*Rusdell Nuñez y Su Sabor Concentrao*» qui comprend sept musiciens. Rusdell Nuñez a su apporter toute la chaleur et le soleil de son pays d'origine Cuba dans une soirée qui en avait grandement besoin.



Photos: L.Côté

Le groupe Reflex

Charles Durocher, conseiller municipal, et son groupe «*Reflex*» a par la suite permis aux nostalgiques des années 1980 de revivre de merveilleux souvenirs.

Le rock a finalement envahi la scène, gracieuseté de «*Ohm's Law Band*» dont fait partie Patrick Gilbert qui est aussi impliqué dans le soccer, à titre d'entraîneur.

J'ai été étonné d'apprendre que tous les membres des groupes présents, résidents et non-résidents de SBDL, avaient accepté de jouer bénévolement. Un geste qui mérite d'être souligné.

La Caisse populaire Desjardins de Beauport a offert deux prix de 500 \$ qui ont été décernés par voie de tirage au sort aux groupes *Reflex* et *Ohm's Law Band*.

Cette expérience mérite certainement d'être répétée, foi de Sabrina Thomassin, et si l'on tient compte de son dynamisme, il y a de fortes chances que nous puissions voir et entendre à nouveau des chanteurs et des musiciens lavallois lors de la soirée de la Fête nationale 2016, sous un ciel beaucoup plus clément, souhaitons-le.



La pluie a fait des heureux avec une barbotteuse naturelle!



Hip Hop avec Camille Tremblay et Isane Gerardin

Soulignons que deux des groupes ayant participé à la soirée de la Fête nationale ont eu l'occasion de se produire au parc les Fleurs, soit *Rusdell Nuñez y Su Sabor Concentrao* le 17 juillet et *Trio ValHenTho* le 7 août.

**André Lachapelle**



Commémorer. **Tout en musique...**

Désormais, notre succursale du 1010, boul. Raymond à Ste-Thérèse-de-Lisieux inclut, à son tour, un **salon-chapelle, une salle de réception et même un piano.**

AUTANT DE NOUVEAUTÉS,  
PARCE QUE NOUS  
PERSONNALISONS LES  
FUNÉRAILLES COMME  
NULLE PART AILLEURS !



**Wilbrod Robert** 418 661-9223  
Une maison familiale! wilbrodrobert.com

Salon d'Esthétique Chantaube

Mélanie Allard

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

melanieallard@ccapcable.com

**MARLIN**

CHEVROLET INC

Yves Thomassin

Représentant

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

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



**PEINTURE MONTMORENCY INC.**  
**ENTREPRENEUR-PEINTRE**

Intérieur et extérieur  
Réparation plâtre • Tirage de joints  
RÉSIDENTIEL, COMMERCIAL ET INSTITUTIONNEL  
**ESTIMATION GRATUITE**

Licence RBQ: 8286-2665-41

841, av. Ste-Brigitte Ste-Brigitte-de-Laval G0A 3K0  
Bur.: 418 825-1058  
Cell.: 418 808-1724

Évaluation et fiscalité municipale  
Analyse immobilière  
**Groupe Altus** Solutions technologiques  
Géomatique

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

# La chorale, un vent de changement

C'est sous le signe du changement que la chorale l'Écho des Montagnes entreprendra sa 6e saison à l'automne 2015.

Nous avons rencontré le futur directeur musical, monsieur Christian Roy et le nouveau directeur artistique, Monsieur Mario Tremblay pour connaître un peu de leur expérience et de leurs projets. Deux hommes débordants d'énergie, enthousiastes et impatientes d'assumer leur rôle avec notre chorale lavalloise. L'encadrement d'une deuxième chorale représente pour eux un nouveau défi et une occasion de sortir de leur zone de confort.



Monsieur Christian Roy

En les interrogeant sur leur parcours musical, on constate rapidement que l'expérience est au rendez-vous. Monsieur Christian Roy a plus de 30 ans d'expérience à titre de chef de chœur et ce, avec différents groupes vocaux que ce soit des chorales d'église, la chorale Vibration ou le chœur Enfando. Il compte

également à son actif une expérience de pianiste avec le groupe vocal L'écho de chez-nous. Nous ne pouvons passer sous silence les nombreuses harmonisations qu'il a créées depuis 1984. Riche de ces expériences, il a décidé de fonder en 1996 la chorale Privilège qu'il dirige depuis ce temps et qui connaît un vif succès.

De son côté Monsieur Mario Tremblay assumera le nouveau rôle de directeur artistique. Il peut facilement rivaliser avec Monsieur Roy quant aux années d'expérience, toutefois dans des champs d'intervention différents. En effet, il s'est orienté vers le théâtre, l'improvisation, les cours de chant, la technique vocale ce qui lui permet d'utiliser ses 33 ans d'années d'expérience pour prendre en charge la mise en scène et la technique vocale.

Nos deux compères se partageront donc les rôles en utilisant judicieusement leurs compétences particulières : Monsieur Roy à titre de directeur musical et chef de chœur par la préparation de l'harmonisation des pièces, l'enregistrement des voix par pupitre, la direction de la chorale, la surveillance de la justesse des notes et de la prononciation adéquate des paroles, etc. tandis que monsieur Tremblay se consacrera à la mise en scène, à la surveillance des voix par pupitre, à la technique vocale, etc..

Pour la prochaine année, leurs objectifs ou leurs projets s'inscrivent d'abord dans une démarche de continuité car ils sont conscients de tout le travail réalisé jusqu'à maintenant. Ils prévoient aussi apporter des changements pour permettre à la chorale de faire un pas de plus vers l'harmonisation des voix que ce soit à l'intérieur des pupitres et entre les pupitres, de travailler davantage avec le technicien du son et d'apprendre quelques chansons par cœur. Ils auront le souci de respecter les choristes et leur capacité à assumer le changement.

Ces deux directeurs croient que le succès passe par l'assiduité et la discipline lors des pratiques, le travail des choristes à la maison, la volonté de se surpasser et de communiquer les chansons avec émotions sans

oublier l'importance d'être ouvert aux nouveautés, de tendre vers de nouveaux horizons.

Pour eux, la chorale l'Écho des montagnes peut et apporte beaucoup à la vie collective et individuelle que



Monsieur Mario Tremblay

ce soit pour satisfaire l'amour du chant, le défi de chanter en groupe, pour sortir de l'isolement, etc. Chanter, c'est une thérapie et ils promettent un beau répertoire composé de grandes chansons françaises, d'extraits de la mélodie du bonheur pour ne nommer que ces deux exemples.

Tout au long de l'entrevue, on a senti leur passion, leur sensibilité à se laisser transporter par les voix et à se laisser émouvoir par les chants tout en étant très respectueux de ce qui a été fait et des gens qui font partie de la chorale actuelle. Le changement augure bien...

par Lucille Thomassin et Doris Tessier



**YVES LEFEBVRE**  
ARPENTEUR-GÉOMÈTRE

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

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

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

## Appareils électroménagers



**F. Couillard**  
Réparations  
de toutes marques

418 661-7313

Installation de lave-vaisselle

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

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



Cuisine, salle de bain et mobilier

## SCIAGE de béton A. Tremblay Inc.

À votre service  
depuis 1989



**SCIAGE  
FORAGE**

Résidentiel • Commercial  
Industriel

- Asphalté
- Joints d'expansion
- Sciage mural / plancher jusqu'à 48" d'épaisseur
- Scie électrique pour travaux intérieurs
- Percements de 1" à 36"



Alain et Michaël Tremblay

418 825-3304  
Télécopieur : 418 825-2948    sciage@live.ca  
Licence RBQ : 8229-6963-28

# Activité - Bénéfices



## Souper Spaghetti Encan de biens et services

Gracieuseté de donateurs locaux

## Soirée dansante avec Disco

Animée par DJ Nadia Thomassin et Pierre-Luc Cloutier

**Samedi le 26 septembre 2015  
à 18 h**

**au Centre communautaire du  
Trivent,  
3, rue du Couvent  
Sainte-Brigitte-de-Laval**

Cette année, vos marguilliers et marguillières, de même que votre curé Réal Grenier, vous proposent une activité-bénéfice qui saura plaire à une large clientèle de Sainte-Brigitte-de-Laval et à leurs invités.

En fait, notre soirée dansante habituelle sera précédée d'un souper spaghetti dès 18 h 00 et un encan se déroulera tout au long du souper et de la soirée dansante.

Les commerces et fournisseurs de services de Sainte-Brigitte-de-Laval et des environs sont sollicités pour nous offrir

généreusement des biens et services qui seront mis à l'encan à cette occasion. Ce sera donc l'occasion pour eux de se faire connaître et pour vous de les encourager. Plusieurs seront sur place pour vous rencontrer, en participant à l'activité.

Tous les profits de cette activité-bénéfice serviront à soutenir les activités pastorales qui sont offertes à tous nos paroissiens et paroissiennes.

Coût : 12 \$/personne ou 25 \$/famille (un couple + enfants de 12 ans et moins)

Venez en grand nombre et n'hésitez pas à inviter votre parenté et vos amis d'ici et d'ailleurs. Apportez vos breuvages (permis de boisson pour consommation).

Pour l'achat de cartes, contactez les marguilliers et marguillières de la Fabrique ou adressez-vous au Secrétariat au 418-825-2596.

Danielle Thomassin : 418-825-3356;  
Raphaël Brassard : 418-825-1576;  
Manon Bidégaré : 418-825-2408;  
Francine Goudreault : 418-825-3034;  
Réjeanne Lauzon : 418-606-8394;  
Colette Thomassin : 581-986-5195

## Résidence Le Trèfle d'Or

## Bienvenue Chez Nous

**Résidence pour aînés autonomes  
et en légère perte d'autonomie et convalescence**

**25, rue St-Émile,  
Ste-Brigitte-de-Laval**

<http://residenceletrefledor.com/>

<https://www.facebook.com/ResidenceLeTrefleOr>

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

**Vous cherchez un logement  
pour aîné autonome dans un  
immeuble sécurisé avec repas  
dans une atmosphère familiale  
près de vos enfants ?**

Logements 3 1/2 disponibles immédiatement en location annuelle pour personne seule ou couple

Subvention au logement

(revenus ≤ 26 000\$/an)

Crédit d'impôt

pour maintien à domicile (≥ 70 ans)

### Services

Surveillance 24 h / 24 h, appel d'urgence, 2 repas, services de buanderie et de ménage, service de conseil santé - 1 fois/semaine, bibliothèque, atelier d'artisanat, salles communautaires, salon communautaire, terrasse et jardin communautaire.

**Vous cherchez un endroit  
pour une convalescence, un  
répit ou un essai dans un  
immeuble sécurisé avec repas**

Un logement 3 1/2 complètement meublé, disponible en location à la journée, fin de semaine, semaine ou mois

### Informations

Pour toute information sur nos modalités de services ou pour une visite en tout temps, merci de contacter :

- Pierre Thomassin, directeur général, au 418-606-8606 ou par courriel à [laresidencedutrefledor@ccapcable.com](mailto:laresidencedutrefledor@ccapcable.com)
- Danielle Thomassin, présidente, au 418-621-4752 ou par courriel à [dantho555@gmail.com](mailto:dantho555@gmail.com)

**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**  
516 Ave Ste-Brigitte- [huskayneigeinc@gmail.com](mailto:huskayneigeinc@gmail.com)

OFFREZ-VOUS  
**LE PLAISIR  
DE SOURIRE**  
OFFREZ-VOUS UN SOURIRE

**SIROIS**  
DENTUROLOGISTES

Prothèse sur implants  
Prothèse bio-fonctionnelle  
Prothèse complète et partielle  
Appareil anti-ronflement  
Blanchiment de dents  
Protecteur buccal

Consultation gratuite (sur place)  
Service à domicile

**SECTEUR BEAUPORT**  
437 RUE SEIGNEURIALE, QC, G1C 3R2  
T.: 418 667-9434

**SECTEUR ANCIENNE-LORETTE**  
1364 ST-JACQUES, QC, G2E 2X1  
T.: 418 871-1401

[siroisdenturologistes.com](http://siroisdenturologistes.com)

**RBC Banque Royale**

**Patrice Francoeur**  
Conseiller en prêts hypothécaires  
**Banque Royale du Canada**

[patricefrancoeur@rbc.com](mailto:patricefrancoeur@rbc.com)  
[hypothèque.rbc.com/patrice.francoeur](http://hypothèque.rbc.com/patrice.francoeur)

490 Cambronne  
Québec (Beauport), QC G1E 6X1

**Tél.: 581 999-0631**

**C.A.L.**

- Bureau à frais partagés
- Impôts des particuliers
- Impôts d'entreprises
- Comptabilité
- Tenue de livres

Tél.: 418 663-2191  
Cell.: 418 571-2445  
Télé.: 418 663-7578

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

# Maison de Jeunes *La Barak*



L'été avance à grand pas et l'équipe de *La Barak* revient de ses vacances, regonflée à bloc! Nous profitons au maximum de l'été avec les jeunes et le mois d'août ne sera pas différent. Comme nous n'avons pas écrit d'article en juillet, il est temps de mettre à jour la Maison de

jeunes, ce milieu de vie toujours en évolution!

## Assemblée générale annuelle

En juin dernier se tenait notre assemblée générale annuelle. Ce fut l'occasion de présenter notre rapport d'activités 2014 que vous pouvez toujours venir consulter à la Maison des jeunes.

Trois nouveaux membres ont été élus au conseil d'administration: **Nathalie Moffet**, **Bryan Byrn** et **Audrey Trudel** qui se joignent à **Hélène Fortier**, seule administratrice demeurée en place. Mme Nathalie Moffet occupera le poste de présidente. Toutefois, il reste présentement un poste vacant au sein du conseil.

Nous tenons à remercier chaleureusement **Harmel L'Écuyer** et **Claudette St-Amand** pour leurs nombreuses années d'implication et de dévouement. Vous avez permis à notre Maison de jeunes de cheminer, d'évoluer à travers de nouveaux défis et ainsi de progresser. Nous vous en sommes tous redevables!



## Village Vacances Valcartier



Toute l'équipe de la Maison de jeunes *La Barak* de Sainte-Brigitte-de-Laval tient à remercier sincèrement madame Genevève Paré, propriétaire de Carrosserie Expert 2000 pour avoir offert 20 entrées au parc aquatique du *Village Vacances Valcartier* ainsi qu'une



Photo: MDJ

Intervenants préparant le repas des jeunes

nuitée au camping à nos jeunes Barakiens.

C'est donc sous le gros soleil et la chaleur accablante du vendredi que nous avons monté les tentes et profité des manèges aquatiques. Dame Nature ne nous aura toutefois pas épargnés, puisque c'est sous la pluie que nous avons fait nos bagages samedi matin. Malgré tout, ce fut l'occasion de connaître davantage les jeunes et de vivre de très beaux moments avec eux!



## Autres activités estivales

Surveillez les autres activités qui nous restent à faire durant l'été : journée à la plage, sortie au restaurant, spectacle de cirque, pique-nique, magasinage pour la rentrée scolaire, etc. Il est aussi possible de vous tenir informé en vous abonnant à notre page Facebook : MDJ La Barak. Vous pourrez aussi y surveiller la programmation d'automne.

Si vous avez des questions ou commentaires, il est possible de nous écrire sur Facebook ou encore à notre courriel en bas de page. Vous pouvez aussi nous téléphoner durant nos heures d'ouverture.

## Invitation aux jeunes et à leurs parents...

Jusqu'à la rentrée scolaire, il est possible pour les jeunes de 11 ans de venir en tout temps et de s'inscrire

aux diverses activités. C'est aussi le moment parfait pour vous, chers parents, de venir rencontrer notre équipe d'intervenants et de visiter les lieux.

Sachez que nous ferons la tournée des classes en septembre pour parler des services offerts par *La Barak* aux jeunes de 11-12 ans du primaire et de ceux auxquels ils auront accès lors de leur entrée au secondaire.

Heures d'ouverture estivales (jusqu'à la rentrée scolaire)

**Mardi:** 18 h-21 h

**Mercredi:** 18 h-21 h

**Jedi:** 15 h-21 h

**Vendredi:** 15 h-22 h

*Samedi et dimanche:* Ouvert lors d'activités spéciales

## Merci à ...

Merci à tous ceux qui ont fait des dons anonymes dans les derniers mois. Nous avons, entre autres, reçu de l'ameublement et une console de jeu Wii.

Grâce à vous, généreux donateurs, *La Barak* améliore toujours son matériel et ses installations.

par **Gabriel-Hugo Thomassin**, intervenant

418 948-6769

labarak@ccapcable.com

Facebook : MDJ La Barak



## EXCAVATION MARIO VALLÉE



• 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

Terre • Sable • Pierre • Gravier



**Me Chantale Bourget**

Notaire et conseillère juridique

224, avenue Ste-Brigitte, local 102  
Ste-Brigitte-de-Laval (Québec) G0A 3K0  
Dans la pharmacie Familiprix

Tél : 418 825-2132

Courriel : cbourget@vl.videotron.ca



446, avenue Marconi  
Québec (Québec) G1N 4A7

Tél. : 418 681-0284  
Fax : 418 681-1178

www.stampa.ca  
info@stampa.ca

## 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](mailto:entreprise_clavet@ccapcable.com)

102, Auclair, Ste-Brigitte-de-Laval, Qc, G0A 3K0

## Politique d'ouverture journal Le Lavalois

*Le Lavalois*, journal communautaire depuis 1983, tient à signifier à son lectorat ce qui suit, au regard de sa neutralité, de son objectivité et de son ouverture.

Nos pages ont toujours été, sont et seront, de manière pérenne, ouvertes à toutes les opinions, à toutes les lettres ouvertes, et ce, quelles que soient les positions politiques ou sociales de celles ou ceux qui s'y expriment ou qui souhaitent le faire. Bien sûr, nous précisons ici, à nouveau, que nous sommes régis par un code de déontologie et d'éthique qui nous autorise, selon ses règlements, à accepter ou à refuser, en tout ou en partie ce qui conviendrait ou non au regard de ces balises que vous pouvez toujours consulter sur [www.lelavalois.com](http://www.lelavalois.com).

J'ajouterai, au nom de notre C.A., que si nous refusons un texte ou le réduisons parce que nous manquons d'espace ou qu'il ne répond pas aux normes éthiques et déontologiques que nous avons adoptées après les avoir rédigées en suivant les recommandations du Conseil de Presse; nous en informons les auteur(e)s. Notre code de déontologie et d'éthique est accessible sur [lelavalois.com](http://lelavalois.com).

### Commentaires et réactions de nos lecteurs

Nous invitons nos membres et notre lectorat à réagir à la teneur des lettres ouvertes ou d'opinion. Nous invitons aussi les gens intéressés à nous faire parvenir idées, opinions, commentaires, textes. Nos pages sont ouvertes, mais nous demandons à nos collaborateurs et collaboratrices de tenir compte des balises que nous avons précisées à cet égard.

Merci de votre collaboration habituelle. Pour nous rejoindre, vous trouverez nos coordonnées en fin de journal, à l'endos du quatrième de couverture.

par Jean-François Gerardin

# Lettres ouvertes

Le 27 juillet 2015, la Commission des relations du travail a fait connaître sa décision dans la cause opposant Gaëtan Bussièrès et Sylvain Déry à la ville de Sainte-Brigitte-de-Laval.

Quatre citoyens ont fait parvenir des lettres ouvertes en réaction au jugement de la Commission. Nous avons choisi de les faire paraître, et ce, dans le respect de notre politique d'ouverture du journal *Le Lavalois* qui est publiée systématiquement dans chacune de nos éditions.

*Le CA du journal Le Lavalois*

## J'ai à coeur Sainte-Brigitte-de-Laval

Je réside depuis peu à Sainte-Brigitte-De-Laval. Après 43 ans passés à Québec, j'y ai aménagé pour le travail et la qualité de vie. Depuis mon arrivée, vous m'avez tous accueilli avec gentillesse. Notre communauté est avenante, joviale et dotée d'un esprit d'entraide et de coopération hors du commun. Ce qui la distingue des grandes villes.

Les derniers événements, ne doivent pas venir ternir tout ce qui a été fait, dans le passé, par les administrations et équipes municipales précédentes. J'ai une pensée toute particulière, en cette période difficile, pour nos employés municipaux et bénévoles qui vivent cette crise de l'interne. Sachez, que les citoyens de Sainte-Brigitte-De-Laval apprécient votre travail et sont derrière vous. Vous n'êtes pas seuls.

Les prochaines élections, nous donneront l'opportunité de sanctionner, sévèrement, les gestes posés par chacun des membres de ce conseil municipal. Les invectives, vendettas, intimidations, menaces et attaques personnelles n'ont plus leur place dans notre hôtel de ville.

Les élus municipaux doivent servir Sainte-Brigitte-De-Laval, ainsi que son bien commun. Et non pas, se servir de la municipalité et de ses deniers publics à des fins partisans, dans le but ultime d'assouvir une vengeance personnelle.

Cette crise, sans précédent, nous coûtera, au minimum, un million de dollars en frais inutiles (avocats), et ce, sans compter tous les autres frais inhérents à cette cause perdue. Qu'aurions-nous pu faire avec une telle somme d'argent qui représente plus de 10% du budget annuel de notre ville? Les bornes-fontaines que je croise, quotidiennement, sur mon chemin, auraient toutes besoin d'une bonne couche de peinture. Sur la rue Saint-Émile, la petite bordure de pelouse, appartenant à la municipalité, n'a pas été tondu de tout l'été. Ces petits détails, si anodins soient-ils, démontrent bien que cette administration municipale est beaucoup plus préoccupée d'éteindre des feux et de peaufiner son plan de communication qu'à gérer, de manière responsable et efficace, notre belle ville.

Au regard de cette crise de confiance,

qui ébranle les assises même de notre cité, nous devons laisser les vieilles rancunes familiales de côté au profit du bien commun.

Je veux mettre à contribution mes nombreuses années d'expérience passées à titre d'élus au sein de notre Commission scolaire et tenter de changer la manière d'y faire de la politique et y apporter des idées et des manières de faire novatrices. Je veux m'impliquer sur la scène municipale, afin de représenter, fièrement, les commettants de mon quartier et, du même coup, servir les intérêts communs de la population de Sainte-Brigitte-de-Laval.

Après avoir été séduit et ensuite berné par le mirage d'un soit-disant changement à la mairie, il est maintenant temps d'élire des gens qui font preuve de recul et qui n'apportent pas avec eux leurs dossiers personnels à l'hôtel de ville. Je suis de ceux qui, avec vous, veulent changer les choses.

*Daniel Racine*, Lavalois



RBQ 5680-7662-01

ÉLECTRIQUE

ENTREPRENEUR ÉLECTRICIEN



418 825-5578

418 955-5578

info@bmtec.ca

ENTREPRENEUR GÉNÉRAL

Pour vendre ou acheter,  
vous conseiller c'est mon métier

J'habite Ste-Brigitte depuis 20 ans

Promotions  
pour les gens de Ste-Brigitte



Kathy Grégoire

Courtier immobilier

Bur : 418 666-5050 Cell : 418 951-5578  
kathy.gregoire@remax-quebec.com

3333, du Carrefour, local 250, Québec (Qc) G1C 5R9  
Sans frais : 1 800 685-3616 • Fax : 418 666-7848



Référence 2000

# Lettres ouvertes (suite)

## Sainte-Brigitte priez pour nous!

Le 27 juillet dernier, la Commission des Relations de Travail (CRT) a rendu une décision complète de 135 pages concluant unilatéralement que la mairesse de notre Ville et son équipe n'ont pas agi dans l'intérêt des citoyens et que ses agissements démontrent une mauvaise gestion et une inaptitude à siéger.

Lisez ces deux points du jugement accablant de 135 pages déposé par la Commissaire Mme Myriam Bédard:

[767] *Plusieurs des gestes posés transpirent la vengeance. Mais même si ce n'était pas le cas, ces gestes n'ont certainement pas été posés dans l'intérêt de la Ville et apparaissent inexplicables dans le cadre de la saine gestion d'une organisation et des obligations qui sont imposées par la loi.*

[768] *Que la motivation soit la vengeance de la mairesse, qui a été remerciée par la Ville à titre de directrice de l'aménagement du territoire, ou le simple fait de vouloir plaire à certains citoyens n'a pas d'importance. Seul le résultat compte.*

### Les avocats au dossier

Dans ce jugement, la Commissaire ne fait pas seulement blanchir totalement messieurs Bussièrès et Déry de toutes accusations formulées par la Ville mais en plus, elle accuse Mme Daniele de harcèlement psychologique et ordonne

la réintégration des deux travailleurs au sein de l'administration de notre Ville dans de brefs délais.

Comment l'équipe Wanita et son groupe de quatre avocats (embauchés sans appel d'offre, ce qui est illégal) n'a-t-elle pas pu anticiper une défaite aussi totale? Comment pendant une interminable commission d'enquête marathon de 32 jours d'audiences demandant toutes de nombreuses journées de préparation, malgré les «preuves en béton» personne dans le camp de Mme Daniele n'a senti que le tapis glissait sous leurs pieds? On ne peut quand même pas être aussi mauvais. La mairesse avait même mandaté un consultant, M. Serge Demers (1<sup>er</sup> DG), qui était présent en cour et qui n'a rien vu venir... Il est permis de se poser de sérieuses questions sur ce groupe de mandatés par la Ville et sur les suppriées «preuves béton».

De plus, lorsque le jugement définitif a été rendu public, la Ville ne pouvait réagir car leurs avocats étaient en vacances! Impossible de joindre en urgence une firme à laquelle on a versé un demi-million de dollars? C'est un non-sens.

### LA SUITE

### Des réserves?

La Ville annonce sur son site qu'elle étu-

die la possibilité d'aller en révision. On apprend, de plus, qu'aucun montant n'a été prévu au budget pour payer les frais (très onéreux) relatifs à ce dossier... On parle de un à deux millions de dollars.

En plus de payer ce montant, la Ville n'aura d'autres options que de faire un emprunt à long terme et ajouter ce montant à la dette à long terme qu'on avait pourtant promis de ne pas augmenter. Cela veut dire qu'en plus de payer les compensations etc, nous allons payer les intérêts d'au moins un million de dollars sur 20 ans. Wow! Ça représente au bas mot 100 \$ par payeur de taxes par année pendant 10 ans (seulement pour régler la facture de cette énorme bévue de nos élus).

### L'image de marque

Les médias alimentés par Mme Daniele et son équipe ont montré une image tout à fait différente et erronée de **notre ville**.

Depuis deux ans, pour tous ceux qui lisent le journal, regardent la télévision ou écoutent la radio, Sainte-Brigitte est une ville pourrie avec de graves problèmes.

Cette image nous suivra pendant plusieurs années. Il faut cesser d'alimenter les médias (qui font simplement leur travail) et régler enfin nos problèmes entre nous citoyens.

Notre ville redeviendra une ville aimée pour la nature et la beauté de ses grands espaces, une ville dont je suis très fier.

### Le temps du changement?

L'administration Daniele nous avait promis du vrai changement. Pourtant, en dehors d'une meilleure communication entre la Mairie et ses citoyens ainsi qu'un tableau électronique, aucun changement n'a été effectué.

Les taxes ont augmenté et augmenteront encore en 2016 avec une gestion aussi déficiente. On en est à notre 6<sup>e</sup> directeur général depuis son arrivée!

Il est temps pour les citoyens de Sainte-Brigitte-de-Laval de signifier à Mme Daniele et à son équipe de regarder les choses en face et de constater l'échec total de leur façon de gérer la Ville, ce qui les a conduits à oublier de servir d'abord l'intérêt de leurs citoyens.

Une démission en bloc de Wanita Daniele et de son équipe reste la seule sortie honorable.

Mme Daniele a complètement perdu la confiance des citoyens et avec raison.

*par Francis Côté,*  
un citoyen concerné

## L'infidélité municipale

Je me pensais à l'abri.

Pendant des mois je voyais défiler différents personnages politiques dans les rubriques «Scandale» des médias; magouillages, manipulations et actes répréhensibles de toutes sortes.

Je me sentais en «sécurité», ici, à Sainte-Brigitte, ma ville paisible et sans histoire. En toute quiétude, en accord avec la nature, en bons termes avec mes voisins, mes concitoyens.

J'étais particulièrement heureux de penser que toutes ces «merdes» politiques se passaient ailleurs que chez nous.

J'avais certainement la tête dans le sable, même après avoir entendu circuler des rumeurs à l'effet qu'il existait un grand

désaccord et de vives chicanes entre nos élus et certains de nos concitoyens et employés municipaux. (Vous savez de qui je parle).

Naturellement j'ai éprouvé le désir d'en savoir plus. J'ai tout d'abord cherché dans les médias sociaux. J'ai joint certains groupes de discussion de bonne foi et, c'est alors que je me suis rendu compte de l'ampleur de la «maladie».

Dans un groupe en particulier (vous savez duquel je parle), j'ai été accueilli par une «petite armée de petits soldats» qui ne cherchaient qu'à discréditer tout ce qui allait à l'encontre des projets et des décisions de la «maïresse».

J'ai observé **hargne, manque de respect des règles élémentaires du savoir-**

**vivre... et bêtises rares.** Tout cela parce que j'essayais de faire valoir mon point de vue de façon DÉMOCRATIQUE. Une certaine personne m'a envoyé des menaces voilées et l'autre a poussé le manque de respect jusqu'à se moquer de moi et de mon passé professionnel au sein de la GRC.

Ma réaction fut naturellement de m'enquérir auprès d'autres citoyens de cette situation alarmante. C'est alors que j'ai constaté que le «cancer» était assez généralisé au sein de l'équipe de la mairesse Daniele.

J'ai continué à m'informer et à me bâtir une opinion selon les règles de l'art. Ma conclusion est MAUVAISE. Une majorité de mes concitoyens et moi-même avons été trahis par ces gens que nous

avons portés au pouvoir.

Ils ne m'ont jamais représenté correctement.

Ils ont dépensé de manière égoïste et irresponsable, l'argent de mes taxes et m'ont joué dans le dos en me prenant pour un imbécile.

L'**INFIDÉLITÉ** se définit comme suit: «**manquement à ses engagements et à ses promesses**».

J'aurais aimé donner mon opinion au sujet de l'urgence de réparer notre artère principale... Je ne crois pas que l'on en aura les moyens avant longtemps.

*Pierre Lefebvre, Lavallois*

# Lettres ouvertes (suite)

## Sainte-Brigitte priez pour nous!

Le 27 juillet dernier, la Commission des Relations de Travail (CRT) a rendu une décision complète de 135 pages concluant unilatéralement que la mairesse de notre Ville et son équipe n'ont pas agi dans l'intérêt des citoyens et que ses agissements démontrent une mauvaise gestion et une inaptitude à siéger.

Lisez ces deux points du jugement accablant de 135 pages déposé par la Commissaire Mme Myriam Bédard:

[767] *Plusieurs des gestes posés transpirent la vengeance. Mais même si ce n'était pas le cas, ces gestes n'ont certainement pas été posés dans l'intérêt de la Ville et apparaissent inexplicables dans le cadre de la saine gestion d'une organisation et des obligations qui sont imposées par la loi.*

[768] *Que la motivation soit la vengeance de la mairesse, qui a été remerciée par la Ville à titre de directrice de l'aménagement du territoire, ou le simple fait de vouloir plaire à certains citoyens n'a pas d'importance. Seul le résultat compte.*

### Les avocats au dossier

Dans ce jugement, la Commissaire ne fait pas seulement blanchir totalement messieurs Bussièrès et Déry de toutes accusations formulées par la Ville mais en plus, elle accuse Mme Daniele de harcèlement psychologique et ordonne

la réintégration des deux travailleurs au sein de l'administration de notre Ville dans de brefs délais.

Comment l'équipe Wanita et son groupe de quatre avocats (embauchés sans appel d'offre, ce qui est illégal) n'a-t-elle pas pu anticiper une défaite aussi totale? Comment pendant une interminable commission d'enquête marathon de 32 jours d'audiences demandant toutes de nombreuses journées de préparation, malgré les «preuves en béton» personne dans le camp de Mme Daniele n'a senti que le tapis glissait sous leurs pieds? On ne peut quand même pas être aussi mauvais. La mairesse avait même mandaté un consultant, M. Serge Demers (1<sup>er</sup> DG), qui était présent en cour et qui n'a rien vu venir... Il est permis de se poser de sérieuses questions sur ce groupe de mandatés par la Ville et sur les suppriées «preuves béton».

De plus, lorsque le jugement définitif a été rendu public, la Ville ne pouvait réagir car leurs avocats étaient en vacances! Impossible de joindre en urgence une firme à laquelle on a versé un demi-million de dollars? C'est un non-sens.

### LA SUITE

#### Des réserves?

La Ville annonce sur son site qu'elle étu-

die la possibilité d'aller en révision. On apprend, de plus, qu'aucun montant n'a été prévu au budget pour payer les frais (très onéreux) relatifs à ce dossier... On parle de un à deux millions de dollars.

En plus de payer ce montant, la Ville n'aura d'autres options que de faire un emprunt à long terme et ajouter ce montant à la dette à long terme qu'on avait pourtant promis de ne pas augmenter. Cela veut dire qu'en plus de payer les compensations etc, nous allons payer les intérêts d'au moins un million de dollars sur 20 ans. Wow! Ça représente au bas mot 100 \$ par payeur de taxes par année pendant 10 ans (seulement pour régler la facture de cette énorme bévue de nos élus).

### L'image de marque

Les médias alimentés par Mme Daniele et son équipe ont montré une image tout à fait différente et erronée de **notre ville**.

Depuis deux ans, pour tous ceux qui lisent le journal, regardent la télévision ou écoutent la radio, Sainte-Brigitte est une ville pourrie avec de graves problèmes.

Cette image nous suivra pendant plusieurs années. Il faut cesser d'alimenter les médias (qui font simplement leur travail) et régler enfin nos problèmes entre nous citoyens.

Notre ville redeviendra une ville aimée pour la nature et la beauté de ses grands espaces, une ville dont je suis très fier.

### Le temps du changement?

L'administration Daniele nous avait promis du vrai changement. Pourtant, en dehors d'une meilleure communication entre la Mairie et ses citoyens ainsi qu'un tableau électronique, aucun changement n'a été effectué.

Les taxes ont augmenté et augmenteront encore en 2016 avec une gestion aussi déficiente. On en est à notre 6<sup>e</sup> directeur général depuis son arrivée!

Il est temps pour les citoyens de Sainte-Brigitte-de-Laval de signifier à Mme Daniele et à son équipe de regarder les choses en face et de constater l'échec total de leur façon de gérer la Ville, ce qui les a conduits à oublier de servir d'abord l'intérêt de leurs citoyens.

Une démission en bloc de Wanita Daniele et de son équipe reste la seule sortie honorable.

Mme Daniele a complètement perdu la confiance des citoyens et avec raison.

*par Francis Côté,*  
un citoyen concerné

## L'infidélité municipale

Je me pensais à l'abri.

Pendant des mois je voyais défiler différents personnages politiques dans les rubriques «Scandale» des médias; magouillages, manipulations et actes répréhensibles de toutes sortes.

Je me sentais en «sécurité», ici, à Sainte-Brigitte, ma ville paisible et sans histoire. En toute quiétude, en accord avec la nature, en bons termes avec mes voisins, mes concitoyens.

J'étais particulièrement heureux de penser que toutes ces «merdes» politiques se passaient ailleurs que chez nous.

J'avais certainement la tête dans le sable, même après avoir entendu circuler des rumeurs à l'effet qu'il existait un grand

désaccord et de vives chicanes entre nos élus et certains de nos concitoyens et employés municipaux. (Vous savez de qui je parle).

Naturellement j'ai éprouvé le désir d'en savoir plus. J'ai tout d'abord cherché dans les médias sociaux. J'ai joint certains groupes de discussion de bonne foi et, c'est alors que je me suis rendu compte de l'ampleur de la «maladie».

Dans un groupe en particulier (vous savez duquel je parle), j'ai été accueilli par une «petite armée de petits soldats» qui ne cherchaient qu'à discréditer tout ce qui allait à l'encontre des projets et des décisions de la «maïresse».

J'ai observé **hargne, manque de respect des règles élémentaires du savoir-**

**vivre... et bêtises rares.** Tout cela parce que j'essayais de faire valoir mon point de vue de façon DÉMOCRATIQUE. Une certaine personne m'a envoyé des menaces voilées et l'autre a poussé le manque de respect jusqu'à se moquer de moi et de mon passé professionnel au sein de la GRC.

Ma réaction fut naturellement de m'enquérir auprès d'autres citoyens de cette situation alarmante. C'est alors que j'ai constaté que le «cancer» était assez généralisé au sein de l'équipe de la mairesse Daniele.

J'ai continué à m'informer et à me bâtir une opinion selon les règles de l'art. Ma conclusion est MAUVAISE. Une majorité de mes concitoyens et moi-même avons été trahis par ces gens que nous

avons portés au pouvoir.

Ils ne m'ont jamais représenté correctement.

Ils ont dépensé de manière égoïste et irresponsable, l'argent de mes taxes et m'ont joué dans le dos en me prenant pour un imbécile.

L'INFIDÉLITÉ se définit comme suit: «**manquement à ses engagements et à ses promesses**».

J'aurais aimé donner mon opinion au sujet de l'urgence de réparer notre artère principale... Je ne crois pas que l'on en aura les moyens avant longtemps.

*Pierre Lefebvre, Lavallois*

# Lettres ouvertes (suite)

## Le vrai changement

Pour nous citoyens, «le vrai changement» se traduira en partie par une augmentation substantielle de nos taxes municipales et une image ternie de la Ville où on a choisi de vivre. Les efforts et le travail accompli depuis au moins dix ans par l'administration et les conseils de Ville antérieurs sont fortement ébranlés par les décisions de ces nouveaux élus.

Il aura fallu seulement 21 mois au pouvoir à l'équipe de Mme Daniele pour en arriver là. Depuis novembre 2013 s'est déroulée toute une «saga» qui est d'ailleurs très bien décrite dans le document concernant la décision rendue par le CRT, le 27 juillet dernier. Ce document est disponible sur internet et devrait être lu par chacun des citoyens de Ste-Brigitte afin de comprendre la situation dans laquelle nous nous trouvons ainsi que la façon très discutable qu'a Mme Daniele de diriger notre Ville.

Depuis leur entrée au pouvoir, le Parti du «vrai changement» n'a cessé de gérer des conflits, l'un après l'autre. Les employés de la Ville ont dû composer avec un climat de travail difficile et rempli de méfiance. Plusieurs ont été remerciés et d'autres ont quitté leur emploi. Pour en rajouter, à peine quelques mois plus tard, ces élus se sont voté une importante augmentation salariale qui n'était appuyée sur aucune réalisation tangible.

En relisant le programme électoral de l'équipe Wanita, je constate que bien peu de ces projets ont vu le jour jusqu'à maintenant.

Je me questionne également sur l'avancement des dossiers entamés par les Conseils antérieurs concernant, le règlement sur le dossier des murs de soutènement, l'école qui devait ouvrir en septembre 2015 ainsi que sur les décisions prises à cet effet, le projet du pont du Lac Poulin pour la sécurité des gens qui y résident, sur les installations sportives (patinoire, terrain de baseball, etc.), sur l'achèvement des infrastructures connexes entourant le terrain de soccer, sur les ententes relatives

à la circulation des motoneige et j'en passe... Et que penser de la diminution des services aux citoyens par mesure d'économie et de restructuration... on en est à notre 6<sup>e</sup> Directeur général en 21 mois ! BEAU BILAN...BRAVO !

Force est de constater que la situation de la Ville ne cesse de se détériorer depuis novembre 2013; bien peu de réalisations positives et concrètes pour le citoyen ont été réalisées. De ce nombre, on compte le supermarché IGA qui était le fruit du travail de l'administration et du conseil de Ville antérieur. Les mises en chantier résidentielles sont à la baisse et la création de nouveaux commerces de proximité est au beau fixe. À la hausse par contre, «enquêtes, poursuites, recours collectif et crises internes de toute sorte en plus d'une médiatisation négative répétitive» au sujet de notre Ville.

Le gouffre financier vers lequel nous nous dirigeons à la suite de la décision du CRT et de la prise de position d'en appeler ou non par le conseil de Ville ainsi que le dévoilement de la façon de gouverner de cette équipe rompent le lien de confiance avec les citoyens.

Notez que M. Louis-Georges Thomassin ne fait pas partie de l'équipe de Mme Daniele car il a été élu conseiller en tant que candidat des Partenaires de Sainte-Brigitte-de-Laval.

Devant ce constat d'échec très embarrassant pour la population et pour que cette SAGA prenne fin, la démission de Mme Daniele et de son équipe est souhaitable pour tous.

Madame Daniele, ayez donc le courage de vous retirer avant que les événements ne vous y poussent et pour que cesse d'augmenter la facture des citoyens qui avaient mis toute leur confiance en vous et votre équipe lors des élections tenues en 2013!

*Jean Giroux, citoyen inquiet*

## Municipalité fleurie!

Quelle désolation de constater l'absence de jardinières de fleurs dans notre ville, cet été !

Au fil des dernières années, la ville de Ste-Brigitte-de-Laval avait investi progressivement dans l'aménagement paysager de ses parcs, ses centres sportifs, les 2 ponts et tout autour du cœur de la ville, ce qui lui avait valu la cote de 3 fleurons au Programme Fleurons du Québec. En arrivant, on respirait les beautés de la nature; nos résidents et visiteurs en étaient des plus ravis. Quel plaisir pour les yeux nous avions à admirer ces fleurs!

Cette année, la Ville a coupé drastiquement ces jardinières. Et après vérification sur le site des Fleurons du Québec, notre municipalité n'y apparaît plus dans le classement. Je peux comprendre qu'avec le degré de morosité que reflète notre ville ces derniers mois et qu'en raison de tous les commentaires négatifs causés par différents événements qui vont occasionner des frais fabuleux à tous les citoyens, nous ayons dû faire des coupures...

Il serait quand même agréable l'an prochain, de mettre un peu de bonheur sur des petites choses de la vie, qui à mon avis ne sont pas si dispendieuses pour la communauté. Avec une participation financière de la Ville pour réintégrer une place au Programme des Fleurons du Québec et une implication pour aménager ses terrains, ce serait possible. Si chaque résident s'efforce du mieux qu'il peut, de contribuer à embellir notre environnement, cela n'en sera que des plus bénéfiques pour hausser la valeur immobilière de nos propriétés et faire de Ste-Brigitte-de-Laval, un endroit où il fait bon y vivre.

En espérant que l'an prochain, la ville de Ste-Brigitte regagnera ses fleurons (dans tous les sens) au bénéfice de toute la population.

*Rachel Kirouac, citoyenne*

Les forages  
**LAPointe**  
Puits ▽ Pompes ▽ Traitement d'eau

Cell. : 418 932-4751  
1 888 797-3286  
forageslapointe.com

Martin Vallée

Gaétan Lavoie  
**Coiffure**

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

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

ESTIMATION GRATUITE • TRAVAIL GARANTI

- Remboursement de tous genres
- Intérieur de roulotte et motorisés
- Décapage et finition de meuble

43, rue du Centre, Ste-Brigitte-De-Laval, G0A 3K0  
Tél. : 418 825-3568

**Les Constructions MAURICE FORTIER & FILS INC.**  
ENTREPRENEUR GÉNÉRAL

Rénovation - Menuiserie générale résidentielle & commerciale

jocelynfortier@ccapcable.com

354 ave Ste-Brigitte  
Sainte-Brigitte-de-Laval  
Québec G0A 3K0  
R.B.Q. 1360-2453-03

Martin tél: 825-5067  
cel: 520-1208  
Jocelyn tél: 825-2392  
fax: 825-4126

**CLIMANET**  
NETTOYAGE ET ENTRETIEN DE SYSTÈME DE CLIMATISATION, ÉCHANGEUR D'AIR ET CHAUFFAGE

Changez D'AIR avec un EXPERT !

ÉTIENNE GAMACHE  
418 561-8450  
WWW.CLIMANET.CA  
etiennegamache@climatnet.ca

**VIA CAPITALE ÉLITE**  
Agence immobilière  
Franchisé indépendante et autonome  
de Via Capitale, franchiseur  
viacapitalevenu.com

**Marie-Pier Vallée**  
Courtier immobilier résidentiel  
C. 418 952.1689  
mpvallee@viacapitale.com

Bureau : 418 661.8000 • F : 418 661.8263  
3261 Loyola, Québec(Qc) G1E 2R9

## J'ai tripé au boutte avec Valhenthos



Groupe Valhenthos : Pierre-Luc Vallée, Isabelle Henry et Vincent Thomassin

Vendredi dernier, au parc Les Fleurs du golf, sur une petite scène très intime, on a pu voir deux musiciens passionnés et une chanteuse pleine de talent qui ont su charmer la foule.

Isabelle Henry, une gaspésienne d'origine a le country dans la peau. Elle chante avec assurance et une voix juste. Elle nous a offert une performance exceptionnelle. Très à l'aise sur scène, elle a su communiquer son enthousiasme à tous les spectateurs. Tout le monde chantait et tapait des mains.

apprécié. Certaines de ses compositions ont été entendues lors du panorama acoustique sur CCAP.

Vous pouvez entendre une de ses compositions sur CCAP, au: <https://vimeo.com/109709551/> J'ai adoré la mélodie, le jeu des instruments et la voix du chanteur.

Leur répertoire, choisi avec goût, m'a plu particulièrement, C'est mon genre de musique et j'ai vraiment tripé. Quel spectacle! Un gros bravo!

*Lucille Thomassin*

Vincent Thomassin, un virtuose de la guitare. Il apportait une couleur toute spéciale au spectacle par la finesse et la sensibilité de son jeu. Mon chum, qui gratte la guitare à l'occasion, a été fasciné par la fluidité de son jeu et ses qualités techniques remarquables. C'est vraiment un guitariste hors pair.

Pierre Luc Vallée, auteur compositeur interprète jouait le rôle de guitariste accompagnateur avec beaucoup de talent et d'assurance. Sa voix juste apportait un support très

# DÉFI SANTÉ

**SAINTE-BRIGITTE-DE-LAVAL**  
**SAMEDI 26 SEPTEMBRE 2015**  
 PÉRIODE D'INSCRIPTION : 3 AOÛT AU 4 SEPTEMBRE 2015

Sainte-Brigitte-de-Laval  
Sainte-Brigitte-de-Laval, une ville qui se réinvente

**INFORMATION**  
 418 825-2515  
[WWW.SBDL.NET](http://WWW.SBDL.NET)

La Ville de Sainte-Brigitte-de-Laval vous invite à participer à la 3<sup>ème</sup> édition du Défi Santé.

L'objectif premier de cette journée sportive est d'encourager la population à redécouvrir le plaisir de faire du sport et de l'activité physique.

Trois parcours sont proposés : 1km, 5 km, 10 km.

# MSB

---

## MECANIQUE

Centre de  
**RÉPARATION ET ENTRETIEN**

**UNI-PRO**

**PNEUS PRESTIGE**  
PNEUS ET MECANIQUE

# RABAIS

# 10.00\$

Sur présentation de cette annonce.  
 Valide jusqu'au 30 septembre 2015.  
 Applicable sur facture de 50\$ et plus.

**MSB MÉCANIQUE**

1160 boul. Raymond  
 Québec. G1B 2P3

**(418) 821-0775**

ACCOMMODATION DU  
**DOMAINE BEAULIEU**



BOUCHERIE  
**BEAUFRESNE**

Procurez-vous dès  
aujourd'hui votre carte  
**EXTRA PRIVILÈGES**  
gratuite, reliez-là à  
votre Carte **ESSO EXTRA**  
et profitez d'offres  
exclusives de rabais  
sur le carburant!



TOUT SOUS UN MÊME TOIT | 418 667-2540 | SUIVEZ-NOUS 

## Boucherie



### LA SAISON DU BBQ

- PLUSIEURS VARIÉTÉS DE BROCHETTES MARINÉES
- BAVETTE DE BOEUF
- STEAK (Filet mignon, faux filet, contre filet)



GOÛTEZ  
NOS SAUCISSES MAISON!



NOMBREUX SOUS-MARINS  
POUR VOTRE LUNCH DU MIDI!



AUSSI DISPONIBLE, LA MEILLEURE PIZZA CONGELÉ DE RESTO!



**1779, Boulevard Raymond, Québec** (début Ste-Brigitte-de-Laval)



## En route vers un premier forum culturel

Vivre la culture en Jacques-Cartier est le thème du tout premier forum culturel qu'organise la MRC de La Jacques-Cartier. L'événement qui s'adresse à la fois aux artistes, aux artisans, aux travailleurs culturels, aux membres d'organismes culturels, aux gens d'affaires ainsi qu'aux élus et employés municipaux de la région, se tiendra le 15 octobre prochain au Manoir du Lac Delage. Madame Dominique Payette, mairesse de Lac-Delage et ex-journaliste reconnue dans le milieu journalistique, en sera la présidente d'honneur.

### Une programmation en préparation

Toutes les activités du forum seront concentrées sur une seule journée. La programmation comprendra notamment une conférence, un panel regroupant trois intervenants du milieu, trois ateliers servant de coffres à outils aux congressistes, ainsi qu'une plénière. Ces différentes animations, financées en partie dans le cadre d'une entente de développement culturel conclue entre la MRC et le ministère de la Culture et des Communications, permettront d'amorcer une réflexion sur les moyens de vivre de la culture hors des grands centres et sur la façon dont peut survivre la culture en région. Cette démarche permettra en plus de créer des interactions entre les différents intervenants du milieu, tous secteurs d'activité confondus. La programmation complète sera dévoilée en août.

### S'inscrire au forum culturel

Pour 35 \$, les participants pourront prendre part aux différentes animations du forum, repas du midi inclus. La période d'inscription débutera prochainement via le site Internet de la MRC de La Jacques-Cartier à [www.mrc.lajacquescartier.qc.ca](http://www.mrc.lajacquescartier.qc.ca) (onglets Culture, Forum culturel). Surveillez la vidéo promotionnelle sur le site de la MRC et dans les différents réseaux sociaux de vos municipalités.

Pour plus d'information, les personnes intéressées peuvent communiquer avec madame Stéphanie Laperrière, au 418 844-2160, poste 227 ou à [slaperriere@mrc.lajacquescartier.qc.ca](mailto:slaperriere@mrc.lajacquescartier.qc.ca).

Source : Stéphanie Laperrière

## Une bourse d'excellence bien méritée



Monsieur Sylvain Dyja (à gauche), directeur, développement des affaires, courtiers immobiliers, remet la bourse d'excellence Banque Nationale à Monsieur Marc-Antoine Lachance dans le cadre de la Soirée d'excellence de la Fondation du Collège de l'immobilier du Québec.

Un résidant de Sainte-Brigitte-de-Laval œuvrant dans le domaine de l'immobilier, M. Marc-Antoine Lachance, a remporté une bourse d'excellence de 1 000 \$ dans le cadre de la 12<sup>e</sup> édition de la Soirée d'excellence de la Fondation du Collège de l'immobilier du Québec, qui a eu lieu le 3 juin dernier au Théâtre Rialto à Montréal.

Lors de cette soirée, 13 000 \$ en bourses ont été remis à des étudiants inscrits à temps plein en 2014 au Collège de l'immobilier du Québec et qui ont affiché les meilleures moyennes cumulatives dans leurs programmes respectifs.

La Soirée d'excellence de la Fondation du Collège de l'immobilier du Québec est la plus importante activité de reconnaissance en enseignement immobilier au Québec. Depuis l'ouverture de la Fondation en 2003, plus de 235 000 \$ ont été remis en bourses d'excellence aux étudiants les plus performants et en bourses d'études.

Le Collège, sa Fondation et leurs partenaires félicitent les gagnants de cette 12<sup>e</sup> Soirée d'excellence et réitérent leur engagement à l'égard de la formation des professionnels de l'immobilier résidentiel, commercial et du courtage hypothécaire au Québec.

Source : Sylvie Lavigueur, directrice générale  
Collège de l'immobilier du Québec 514 762-1862, poste 114  
[www.collegeimmobilier.com](http://www.collegeimmobilier.com)

## Trophée Roses des Sables et Camping Girlzzz



Julie Michaud et Gaby Tessier

### Camping Girlzzz

Vous souvenez-vous de Julie Michaud et Gaby Tessier ces deux Lavalloises qui étaient à la recherche de valeureux partenaires pour les épauler dans leur financement vers une participation au *Trophées Roses des Sables*? La parution dans *Le Lavallois*, en mai 2012, nous avait permis d'amasser quelques dons, mais nous sommes loin du 25 000 \$ nécessaire pour participer à ce rallye qui nous tient tant à cœur. Nous avons donc décidé, de concentrer nos énergies dans un autre projet de financement. Nous avons créé un festival et souhaitons le faire connaître aux lecteurs du *Lavallois*.

### Financement

Nous croyons qu'il serait plus facile d'amasser des dons en offrant quelque chose en retour. Nous vous invitons donc à venir profiter du festival *Camping Girlzzz - Festival de Musique 100% Féminin* qui se tiendra à la pointe d'Argentenay à St-François de l'Île d'Orléans, du 11 au 13 septembre prochain.

### Concept

*Camping Girlzzz* est un festival de musique inspiré des tendances venant de l'Ouest qui se veut 100% féminin (à l'exception des enfants et de quelques personnes faisant partie de l'organisation). Chaque année, une cause est supportée et les profits du festival servent à aider cette dernière dans son financement.

Cette année le festival encouragera un équipage participant au rallye du *Trophée Roses des Sables* # 195, Les JuMel (Julie et Gaby), qui est d'ordre humanitaire et qui offre de la scolarité et des soins aux enfants du désert du Maroc.

suite page 20

## Le premier FORUM CULTUREL en Jacques-Cartier



**Jeudi 15 octobre 2015**  
**Manoir du Lac Delage**  
**Entrée : 35 \$**

Date limite d'inscription : 5 octobre 2015

ARTISTES, ARTISANS, TRAVAILLEURS CULTURELS, ÉLUS MUNICIPAUX, GENS D'AFFAIRES...  
INSCRIVEZ-VOUS MAINTENANT !

[www.mrc.lajacquescartier.qc.ca](http://www.mrc.lajacquescartier.qc.ca) • 418 844-2160, poste 227

# Nouveau: cours de guitare avec Simon Gauvin

par Jean-François Gerardin

Dès cet automne, à SBDL. *Novamuz* ajoute l'enseignement de la guitare. Consultez la nouvelle programmation des loisirs de la Ville.

Madame Ariane Nantel, directrice de *Novamuz*, est heureuse de vous présenter son nouveau professeur de guitare, Simon Gauvin.

Nous avons donc rencontré M. Simon Gauvin chez Mme Nantel (professeur de piano et de chant, directrice de chorales) ici, à Ste-Brigitte.

**Les leçons se donneront le jeudi de 16 h 15 à 21 h. à l'église. Jeunes et moins jeunes sont invités à faire leur début en guitare et/ou à s'y perfectionner.**

## Simon Gauvin

Âgé de 34 ans, ce jeune compositeur doué compte déjà 10 ans d'enseignement à des personnes de tous âges. Et ce, pour tous les genres de musique, sauf le jazz, un univers en soi. Ce jeune homme se distingue autant en interprétation classique que spécialisée.

Il partage son temps professionnel entre interprétation, composition, enseignement et études, occupations toutes aussi importantes pour lui.

Il a terminé sa 1<sup>ère</sup> année de maîtrise au Pavillon Casault de l'Université Laval (un mémoire est en cours).

Il est membre de la ligue canadienne des compositeurs (depuis 2011) et du *Duo Scheikunde*. Il a composé de la musique pour des pièces de théâtre.

Il joue également en concert de la guitare classique en duo avec la pianiste, Vanessa Bourque-Leclerc. En duo, il a participé à de nombreux concerts pour amasser des fonds, entre autres, pour le *Club des petits déjeuners* et la *Fondation québécoise du cancer*.

Sa démarche créative est concentrée sur la recherche de nouvelles sonorités sur les instruments traditionnels.

En avril 2009, sa pièce *Bullet Cluster* pour clarinette basse solo a été diffusée à la radio de CKIA-FM à Québec.

Il a également fait partie d'un groupe rock et d'un groupe de métal.

Il a enseigné la guitare au Monastère des Ursulines dans le vieux Québec et donné des leçons en privé à des jeunes et des adultes de tous âges. Il a plus d'une corde à ... sa guitare!

## À propos d'enseignement

1. La formule des cours est flexible et une personne peut aborder autant la musique classique que la musique populaire (sauf le jazz).
2. À leur choix, les élèves pourront pratiquer et travailler à la guitare classique, acoustique ou électrique. À noter que, pour les débutants, la guitare classique est recommandée.
3. Pendant une session, l'élève a le choix entre la leçon individuelle ou la leçon pour deux personnes, (exemple: frère et soeur, enfant, parent, amis, etc).
4. Des plages horaires de 30, 45 ou 60 minutes sont offertes.
5. La présence d'un parent pendant quelques cours est acceptée mais certains critères doivent être pris en compte: favoriser le développement de la confiance en soi de l'étudiant, contrer une certaine panique lorsque l'enfant est seul en présence du professeur ou avec un parent ou encore contrer la dépendance de l'enfant qui apprend mieux si un parent est présent.



Photo: L.Côté

Simon Gauvin, professeur de guitare

**6. La règle d'or chez Novamuz: adaptation et souplesse.**

7. Tarif pour une session de 10 cours:
- a) 30 minutes, 260 \$ ou 26 \$ / 1/2 h.;
  - b) 45 minutes, 340 \$ ou 34 \$ / 3/4 h.;
  - c) 60 minutes, 400 \$ ou 40 \$ l'heure.

## Côté ludique essentiel

La philosophie propre à *Novamuz* de madame Nantel rejoint tout à fait celle de M. Simon Gauvin. Dans le but de faciliter l'apprentissage, tous les deux favorisent une démarche ludique dans leurs approches pédagogiques adaptées à leur clientèle. Beaucoup de succès à M. Simon Gauvin dont la grande sensibilité, la compétence, l'expérience et la passion sauront servir avec efficacité les étudiants.

Vous pouvez contacter M. Simon Gauvin à son adresse courriel: [info@simongauvin.net](mailto:info@simongauvin.net)

**ABAT-POILS TOILETTAGE**

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

**418 825-2103**

Réservation Service personnalisé

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

Marie-Ève Meilleur  
Propriétaire coiffeuse

**418 825-1779**

près du garage municipal et du terrain de soccer

**Danielle Binette**  
Massothérapeute agréée

Polarité  
Massage Momentum  
Méditation et Créativité

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

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

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

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

LICENCE RBQ : 8303-3652-5

**Sylvie Sornay**

Couturière  
Distr. Bergère de France  
Fils à tricoter, mercerie,  
Cours

**418 825-3968**

# Transport collectif de la Jacques-Cartier

## Ajustement annuel

Le transport collectif de la Jacques-Cartier (TCJC) présente les nouveaux horaires qui seront en vigueur dès le 1<sup>er</sup> août. Cet exercice, devenu une tradition annuelle, s'est effectué à la suite de l'analyse du sondage auprès de sa clientèle et de la population, ainsi que de l'analyse des statistiques d'utilisation. Visitez le [tcjacquescartier.com](http://tcjacquescartier.com) pour connaître les nouveaux horaires.

## Sainte-Brigitte-de-Laval

Tel que demandé par la clientèle, le premier départ du matin sera devancé pour permettre aux étudiants d'arriver à l'heure pour leurs cours à Ste-Foy. Tracé optimisé pour l'Université Laval et Cégep de Sainte-Foy, nous

utiliserons les nouveaux accès réservés aux autobus sur la rue de la Médecine.

## Des petits pas constants

Les ajustements apportés représentent le maximum qu'il était possible de faire compte tenu des programmes de subvention en vigueur.

## Le service

Des supports à vélos sont installés sur les véhicules pour vous permettre d'effectuer une partie de votre parcours à vélo. Aussi, n'oubliez pas en tout temps le WIFI gratuit à bord de nos autobus confortables munis d'air climatisé. Suivez-nous sur Facebook et Twitter !

## Quelques mots sur le TCJC

Mentionnons que le TCJC est un service de transport collectif géré par la MRC de La Jacques-Cartier qui dessert Sainte-Catherine-de-la-Jacques-Cartier, Fossambault-sur-le-Lac, Lac-Delage, Stoneham-et-Tewkesbury, Saint-Gabriel-de-Valcartier, Lac-Beauport et Sainte-Brigitte-de-Laval. Outre ces municipalités, la MRC regroupe aussi Lac-Saint-Joseph et Shannon.

Valérie Blanchet, agente de développement rural  
(418) 844-2160, poste 231  
vblanchet@mrc.lajacquescartier.qc.ca



### PARCOURS 41 - SAINTE-BRIGITTE-DE-LAVAL

## 41

**Vers Québec & Sainte-Foy**

## 41

**Vers Sainte-Brigitte-de-Laval**

Avenue Sainte-Brigitte / Rue Bellevue	6:29	7:09			
P Église de Sainte-Brigitte	6:30	7:10			
P 175, Rue des Monardes* / Rue des Bruyères (Terrain de soccer)	6:35	7:15			
P 1779, Boul. Raymond (Garage Esso / Accommodation du domaine Beaulieu)	6:40	7:20			
Avenue D'Estimauville / Chemin Royal (Terminus RTC Beauport)	7:05	7:45			
Boul. des Capucins / Chemin de la Canadière (Cégep Limoilou - Arrêt RTC 2519)	7:15	7:55			
Boul. Jean-Lesage (Palais de justice / Gare du Palais)	7:20	8:00			
Boul. Charest / Rue Dorchester (Arrêts RTC)	7:23	8:03			
Avenue Honoré-Mercier (Station d'Youville - Arrêt RTC)	7:26	8:06			
Boul. René-Lévesque Est / (Centre des congrès - arrêt RTC)	7:30	8:10			
Avenue du Séminaire / avenue de la Terrasse • Avenue de la Médecine / Quatre-Bourgeois (Cégep de Sainte-Foy)	7:55	8:40			
Avenue de la Médecine / Quatre-Bourgeois Quai A (Cégep de Sainte-Foy) • Avenue de la Terrasse / avenue du Séminaire (Université Laval)	16:05	16:40			
Boul. René-Lévesque Est (Face au 900 - arrêt RTC 1103)	16:35	17:10			
Avenue Honoré-Mercier (Station d'Youville - Arrêt RTC 2664)	16:39	17:14			
Rue de la Couronne / Boul. Charest (Arrêts RTC 1138)	16:42	17:17			
Boul. Jean-Lesage (Palais de justice / Gare du Palais - Arrêts RTC 2562)	16:45	17:20			
Boul. des Capucins / Chemin de la Canadière (Cégep Limoilou - Arrêt RTC 2564)	16:50	17:25			
2760, Chemin de la Canadière Immeuble Place Canadière - Face au Terminus RTC Beauport	17:00	17:35			
P 1779, Boul. Raymond (Garage Esso / Accommodation du domaine Beaulieu)	17:25	18:05			
P 175, Rue des Monardes* / Rue des Bruyères (Terrain de soccer)	17:30	18:10			
P Église de Sainte-Brigitte	17:35	18:15			
Avenue Sainte-Brigitte / Rue Bellevue	17:36	18:16			

\* Arrêt sur demande

Local
 Québec

### GRILLE HORAIRE EN VIGUEUR AU 1<sup>ER</sup> AOÛT 2015

**Transport collectif de La Jacques-Cartier**

HORAIRE AMÉLIORÉ POUR LES ÉTUDIANTS !

TRACÉ AMÉLIORÉ À L'UNIVERSITÉ !

[tcjacquescartier.com](http://tcjacquescartier.com) • 418 844-2160

Clinique  
Chiropratique *Pubé*

418 951-5836

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

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

Nous créons des lieux de vie.

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

LES JARDINS  
DE VOS RÊVES

Tél. : 418 825-1081 ■ [www.lesjardinsdevosreves.com](http://www.lesjardinsdevosreves.com)

# Matinées mère-enfants

Le Regroupement des Matinées mères-enfants a pour but de briser l'isolement des parents et futurs parents d'enfant d'âge préscolaire, à la maison. Lors de rencontres, les parents ont l'occasion de fraterniser et d'échanger entre eux, pendant que les enfants jouent ensemble. Mères, femmes enceintes, pères et même grands-parents sont les bienvenus avec leurs enfants d'âge préscolaire. Pour participer, vous n'avez qu'à vous présenter au 4, rue de la Patinoire, les mercredis entre 9 h 30 et 11 h 30 (sauf lors de sortie). Pas de frais d'adhésion, pas d'obligation, et vous arrivez à l'heure qui vous convient!

Cette année encore, nous pouvons compter sur l'appui de la Ville de Sainte-Brigitte-de-Laval qui nous a accordé une aide financière dans le cadre du programme d'aide à la communauté. Cette aide nous permettra de recevoir une fois par mois la visite d'une conteuse et marionnettiste, Brigitte Brideau, qui donnera probablement goût à la lecture à nos tout petits.

Enfin, nous tenons à remercier Charles Durocher et son groupe de musique Reflex, qui nous ont fait don de leur prix gagné lors de la scène musicale ouverte dans le cadre de la fête nationale du 23 juin dernier. Ce montant nous permettra entre autre de se munir d'un

module de mousse pour bambin dans notre nouveau local qui sera complètement réaménagé.

Voici les activités à venir:

- 2 septembre :  
Ouverture officielle du nouveau local  
8 h 30 à 9 h 30 : déjeuner  
9 h 30 à 10 h 30 : visite de Pakane la Clown
- 9 septembre : Activités libres
- 16 septembre : Heure du conte avec Brigitte Brideau
- 23 septembre : Activités libres

Responsable : Maude Émond  
matineesmeresenfants@hotmail.com  
Facebook : Matinées mères enfants SBDL

## Roses des Sables (suite de p. 17)

Il y a aussi un volet qui donne un euro pour chaque km parcouru directement à la fondation du cancer du sein et au *Club des Petits Déjeuners*.

Un camping rustique, sans eau ni électricité où les artistes se produiront le samedi 12 septembre sur l'une des trois scènes «unplugged» aménagées dans neuf hectares de forêt. Des activités, des kiosques et quelques surprises feront aussi partie de la programmation.

### Billets

Le coût du billet pour 3 jours/camping inclus, est de 35 \$ en

prévente et 40 \$ à la porte. Pour les femmes désirant participer aux activités du samedi seulement, la passe de jour, pour une personne, est de 15 \$ en prévente et de 20 \$ à la porte.

### Faites partie de l'équipe

Nous sommes toujours à la recherche de bénévoles (femme ou homme), artistes et kiosques pour remplir certains postes. Pour plus d'informations ou pour vous procurer des billets en prévente, visitez:

Billets: [lepointdevente.com](http://lepointdevente.com), avec le mot clé: CAMPING GIRLZZZ

Site Web: <http://campinggirlzzz.wix.com/campinggirlzzz>  
Facebook: Camping girlzzz - Festival de Musique

Musicalement vôtre!

**Julie Michaud et Gaby Tessier**



**SI VOUS DEVEZ TRAVAILLER EN HAUTEUR,  
RESTEZ LOIN DES FILS ÉLECTRIQUES.**

POUR VOTRE SÉCURITÉ, GARDEZ LES ÉCHELLES  
OU TOUT AUTRE OUTIL À PLUS DE 3 MÈTRES DES FILS.

[hydroquebec.com/securite](http://hydroquebec.com/securite)



## SECTION ÉCONOMIQUE

PRÉSENTÉ PAR LE

GROUPE D'AFFAIRES  
de Sainte-Brigitte-de-Laval

## Nouvelles

## NOUVELLE ANNÉE POUR LE GROUPE D'AFFAIRES

Le groupe d'affaires de Sainte-Brigitte-de-Laval reprendra ses activités dès septembre. Le calendrier des événements et activités sera mis à jour.

Restez à l'affût sur Facebook, LinkedIn et notre site web!

/groupedaffairesbdl

/groupedaffairesbdl

Le groupe d'affaires de Sainte-Brigitte-de-Laval vous intéresse?  
Il est toujours possible d'y adhérer.  
Appelez-nous ou visitez notre site web au [www.groupedaffairesbdl.com](http://www.groupedaffairesbdl.com)

**GROUPE D'AFFAIRES**  
de Sainte-Brigitte-de-Laval

» VOUS DÉSIREZ DEVENIR MEMBRE ?

[groupedaffairesbdl.com/membership/adhesion/](http://groupedaffairesbdl.com/membership/adhesion/)

## Publireportage

YUZU SUSHI  
BEAUPORT NORD

Synonyme de créations culinaires novatrices, la chaîne québécoise Yuzu sushi s'est récemment implantée dans le secteur de Beauport Nord, à l'intersection des boul. Raymond et Louis-XIV. L'établissement se veut un haut lieu de la gastronomie où la qualité et la fraîcheur se la jouent en duo!

C'est à Catherine Bergeron, une franchisee guidée par son enthousiasme et son esprit entrepreneurial, que Yuzu sushi a confié les rênes aux couleurs orangées. Occupant une superficie de 1200 pi<sup>2</sup>, le restaurant propose une salle à manger spacieuse qui cohabite harmonieusement avec le salon de style tatami, où tables basses, aquarium et longs rideaux confèrent à l'endroit des airs à la fois lounge et théâtraux. Une terrasse ensoleillée est également aménagée pour la période estivale.

Vous avez envie de vous offrir des bouchées de plaisir cuisinées sur place à partir d'ingrédients frais du jour? Yuzu sushi Beauport Nord est un incontournable!

**YUZU SUSHI BEAUPORT NORD**  
910, boul. Raymond, Québec (QC) G1B 1J7 418 914-8494  
Commande en ligne • terrasse • bière • vin • saké



Une ambiance  
de choix pour  
les repas  
entre amis!

**YUZU**  
SUSHI

## Portrait d'affaires... une entrepreneuse d'ici!



## MÉLANIE ROUSSEL

Esthéticienne

*Une esthéticienne polyvalente et à l'écoute qui vaut le détour!*

*Mélanie Roussel est une professionnelle qui offre les meilleurs soins esthétiques de la région. Rien de mieux pour être bien dans sa peau! Passionnée et appliquée, vous repartirez non seulement avec un physique amélioré, mais aussi avec un sentiment de quiétude.*

Arrivée dans le secteur de Beauport en 1990, cette Baie-Comoise a toujours eu la fibre d'esthéticienne. Déjà à sept ans, elle commençait à pratiquer son métier sur ses proches. Une fois son secondaire terminé, elle fit donc son cours en esthétique. Elle travailla sept ans dans un institut de beauté, mais un problème physique l'a contraint à mettre sa passion de côté. Elle occupa ensuite différents emplois administratifs puis, travailla au Duff à Sainte-Brigitte-de-Laval, ce qui l'amena à s'y installer. Puis, une nouvelle opportunité s'offre à elle : remplacer un congé de maternité dans un salon d'esthétique. Il n'en fallait pas plus pour raviver le feu sacré!

Elle réalisa que c'était vraiment ce qu'elle voulait faire de sa vie. Elle a toujours aimé rendre les gens meilleurs, autant intérieurement qu'extérieurement et leur procurer un sentiment de bien-être. Elle aime la proximité et le contact privilégié avec les gens que lui procure ce métier. En décembre 2014, elle décida donc de lancer sa propre affaire, sans même avoir de clientèle établie. Elle aménagea un espace dans sa résidence et se procura des équipements à la fine pointe de la technologie (électrolyse) afin de prodiguer les meilleurs soins. Elle y a mis beaucoup d'intérêt et cela a porté fruit. Huit mois plus tard, elle a déjà atteint 84% de ses objectifs de clientèle qu'elle visait obtenir en deux ans!

Pour cette jeune entrepreneuse, nul doute qu'elle doit son succès à son professionnalisme, son souci du détail et sa rapidité d'exécution. Joviale, empathique et attentionnée, elle sait vous mettre à l'aise. De plus, elle reste à l'affût des nouveaux produits et des nouvelles techniques en participant à des congrès deux fois par année.

Que ce soit pour des soins du visage, électrolyse, ongles, maquillage, laser, massage, thermo-coagulation ou autres, confiez votre corps aux bons soins de Mélanie. Vous repartirez belle et bien dans votre peau!

## Pour la joindre :

Esthétique Mélanie Roussel  
418 802-2977

/esthetiquemelianeroussel  
esthetiquemr@hotmail.com

# BILODEAU vous garantit le meilleur service

## Maintenant concessionnaire autorisé pour l'entretien de tous véhicules SAAB

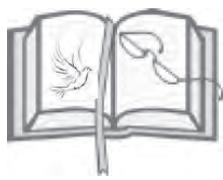
- Service de 7h30 à 21h00 du lundi au vendredi
- On va chercher votre véhicule
- Plus de 15 voitures de courtoisie
- Tarif horaire : **99<sup>95</sup>\$**

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



9641, boul. Ste-Anne, Ste-Anne-de-Beaupré  
**418 827-3773 1-800-663-3773**  
[www.bilodeauautos.ca](http://www.bilodeauautos.ca)



# LA COHÉRENCE CARDIAQUE



par Jean-François Gerardin

Nous sommes toutes et tous, à un moment ou un autre de notre existence, à la recherche d'un équilibre physique, intellectuel, psychologique. Au regard de cette quête individuelle, l'information ne manque pas et les possibilités offertes pour satisfaire les désirs qui lui sont afférents sont légions. Pour beaucoup d'entre nous, la vie trépidante de notre société consumériste nous plonge quotidiennement dans un puissant vortex qui, on le constate indéniablement, affecte notre qualité de vie et nous impose un rythme effréné où, petit à petit, s'étiolent notre santé, notre énergie vitale et, partant, notre qualité de présence à ce qui est. Il convient donc de trouver des «plages» de décompression afin de stopper ou, au moins, de freiner la machine emballée et RESPIRER en toute CONSCIENCE.

## Respirer en toute conscience

Je vous entends déjà me dire que respirer demeure une fonction physiologique AUTOMATIQUE et que vous ne voyez pas vraiment le bien fondé et l'utilité d'en faire un exercice spécifique qui requiert une certaine vigilance. Je vous répondrai que cela dépend de la qualité de votre respiration. Eh oui! La question se pose, savons-nous respirer?

Nous sommes-nous déjà arrêtés à celle-ci? Peut-être que le temps semble manquer à la plupart d'entre nous... Du moins, ne le prenons-nous pas alors que nous le pourrions.... pour quelques minutes par jour, comme nous allons le voir plus loin.

Oui, mais...

Bien sûr, il existe, me direz-vous, maintes activités propices à cette conscientisation au regard de notre respiration : méditation, yoga, tai-chi et marche afghane où les adeptes s'attachent à cette fonction naturelle de façon plus particulière et accentuée afin d'en optimiser les effets bénéfiques.

## Une méthode inédite et gratuite

Oui, mais si je vous proposais une méthode qui ne coûte rien, accessible à tous, efficace, documentée et ne requérant que trois séquences de cinq minutes par jour...

Si je vous proposais un protocole qui a déjà fait ses preuves et d'une simplicité enfantine pour améliorer votre santé cardiaque...

Et si j'ajoutais que ce modus operandi ne nécessite qu'une chaise droite, un lieu calme et une posture qui

n'a rien à voir avec certains exercices qu'on retrouve dans le yoga telles les asanas (attitudes et positions) et qui requièrent une grande souplesse articulomusculaire qui est loin d'être l'apanage de toutes et de tous...

Oui mais qu'est-ce que ça me donne?

Question légitime à laquelle j'ai songé dès les débuts quand ma sœur m'a proposé cette activité. J'ai donc fait mes devoirs et retenu ce qui suit dans la littérature proposée.



## Bienfaits de la cohérence cardiaque

«Synchroniser notre COEUR et notre CERVEAU grâce à un rythme respiratoire adapté procure de nombreux bienfaits sur l'ensemble du corps.

### 1- Sur la santé psychologique et intellectuelle :

- Réduction du stress, augmentation de l'énergie et de la capacité de résilience, plus grande clarté mentale et meilleure prise de décision, augmentation des capacités intellectuelles et créatrices, amélioration de l'équilibre émotionnel, de la capacité d'écoute et de la qualité de présence.

### 2- Sur la santé physique :

- Augmentation du taux de DHEA (hormone de jeunesse), réduction de cortisol (hormone du stress), réduction du taux de cholestérol, de l'hypertension artérielle, amélioration du diabète, augmentation du système immunitaire et perte de poids.»

Considérations extraites de la documentation inhérente à LA COHÉRENCE CARDIAQUE :

«Si tous les exercices respiratoires présentent un grand intérêt, il faut savoir que depuis les années 1970, de plus en plus d'études, scientifiques et médicales, s'intéressent plus particulièrement aux multiples avantages de la cohérence cardiaque. Parmi ces dernières, certaines portent notamment sur la variabilité de la fréquence cardiaque et sur son impact physique, émotionnel et mental.»

Et plus la recherche avance, plus elle démontre l'intérêt de pratiquer cette forme de respiration.

## À qui s'adresse cette activité vitale?

Vous aurez deviné ma réponse. Cette technique ultra simple, gratuite et efficace à court et long terme aurait avantage à être accessible à tous et toutes. De l'enfance, en passant par l'adolescence, puis aux autres stades de la vie, cette méthode dont je vous donne les coordonnées en fin de texte mérite d'être enseignée et connue par le plus grand nombre. Ce protocole devrait faire l'objet d'un enseignement inclus dans les grilles horaires scolaires, à quelque niveau que ce soit. De plus, il serait recommandé pour «nourrir» les courtes pauses prises dans le monde du travail où reprendre des forces demeure essentiel en amont, avant de devoir réagir en urgence en aval.

## Coordonnées pour pratiquer la cohérence cardiaque

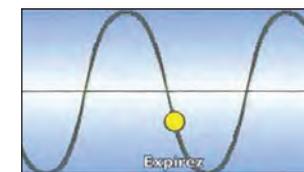
♥ Activez La Cohérence Cardiaque (Pratique) - YouTube  
[www.youtube.com/watch?v=22deFxfJF4Q](http://www.youtube.com/watch?v=22deFxfJF4Q)

♥ 5 Minutes de Cohérence - Site de leadership authentique !  
[www.leadershipauthentique.com/5-minutes-de-coherence/](http://www.leadershipauthentique.com/5-minutes-de-coherence/)

♥ Exercice de cohérence cardiaque et diminution du stress ...  
[alchymed.com/2013/11/22/coherence-cardiaque-diminution-du-stress/](http://alchymed.com/2013/11/22/coherence-cardiaque-diminution-du-stress/)

♥ 5 minutes de cohérence cardiaque  
[www.floreservanschreiber.com/.../5-minutes-de-coherence-cardiaque](http://www.floreservanschreiber.com/.../5-minutes-de-coherence-cardiaque)

Ou encore, allez directement sur Google à Cohérence Cardiaque et choisissez le site qui vous plaît.



Devenez instantanément des adeptes de la COHÉRENCE CARDIAQUE :

**Pratiquez cet exercice gratuit, ultra simple, efficace et sans effets secondaires négatifs.**

**Persévérez 30 jours et vous verrez les résultats.**



## VOTRE COURTIER LOCAL

*Complice de vos projets!*





**ESTIMATION GRATUITE**  
DE LA VALEUR MARCHANDE



**0\$ JUSQU'À LA VENTE**  
VENTE GARANTIE OU RIEN À PAYER



**0\$ POUR LES ACHETEURS**  
RECHERCHE ET NÉGOCIATION

**CHRISTINE BROUSSEAU**  
Courtier immobilier

[info@christinebrousseau.com](mailto:info@christinebrousseau.com)

**418.261.2680**

## La saison de soccer se termine en beauté

La saison de soccer 2015 tire déjà à sa fin! Ce samedi le 15 août, les joueurs du Club ainsi que leur famille sont conviés à clore cette belle année en beauté au terrain de soccer, de 11h 00 à 14h 00, pour notre fête de fin de saison. Maquillage et jeux gonflables seront au menu pour les enfants, qui seront également invités à nous démontrer leurs nouvelles habiletés en votre compagnie en prenant part à certaines activités de soccer. Jusqu'à 13h 00, vous pourrez vous procurer des hot-dogs au coût d'un dollar, des rafraîchissements ainsi que des grignotines au profit du Club. La dernière heure sera consacrée à la remise des médailles et des photos, ainsi qu'aux remerciements et aux tirages que nous réaliserons grâce à nos nombreux commanditaires. Nous espérons sincèrement vous y voir en grand nombre pour souligner avec nous les efforts et la participation de nos jeunes!

Pour cette quatrième rubrique, je vous invite maintenant à découvrir deux Lavalloises dévouées siégeant sur le conseil d'administration du Club, Geneviève Binet et Cathy Dubé.

### Geneviève Binet, responsable des commandites

Geneviève Binet, 36 ans, grandit à Beauport. Plus jeune, elle goûte au soccer, mais se retrouve davantage dans des sports individuels, tels l'escalade et le kayak. Elle détient un baccalauréat et une maîtrise en sciences de l'orientation de l'Université Laval. Pendant ses études, elle travaille chez Bureau en gros. Diplômée, elle devient conseillère en orientation dans des Carrefours Jeunesse-Emploi de Lac-Mégantic et de Ste-Marie-de-Beauce. Remarquée et appréciée par son ancien employeur, Bureau en gros, elle se fait offrir un poste de directrice. S'étant découvert un intérêt marqué pour les ressources humaines pendant ses études, elle est charmée par cette offre. Ne faisant rien à moitié, elle l'accepte et décide du même coup de s'inscrire à un certificat en ressources humaines, qui l'aidera dans ses nouvelles fonctions.

En 2009, alors qu'elle et son conjoint habitent tout près de l'Université, ils ressentent l'appel de la nature et décident de s'installer à Ste-Brigitte. Ils y fondent leur famille, aujourd'hui composée de 2 beaux enfants. Prête à relever de nouveaux défis, elle soupe un soir au restaurant lorsqu'elle voit une affiche faisant l'annonce d'un cours en soins des pieds. Cliente de ce genre de

soins depuis 15 ans et connaissant les bienfaits qu'il procure, elle décide de se lancer en suivant ce cours et en démarrant sa propre compagnie de soins des pieds à domicile. Elle rejoint le Groupe d'affaires SBDL il y a un an, et décide de mettre à profit les relations qu'elle entretient en devenant responsable des commandites pour le Club de soccer. Son fils évolue comme joueur au sein de l'organisation. Elle a pour cousine Natasha Côté, présidente du Club qu'elle apprécie et se fait ainsi le plaisir d'y contribuer depuis cette année.

### Cathy Dubé, trésorière

Cathy Dubé, 34 ans, est originaire de Neufchâtel. Sportive, elle joue notamment au basket-ball, à la balle molle et pratique des arts martiaux. À 19 ans, aventureuse dans l'âme, elle explore l'Europe en solitaire et travaille plusieurs mois sur un voilier dans l'Ouest canadien et américain. À son retour, elle entame un baccalauréat en études internationales et environnement à l'Université Laval, qu'elle complète au Costa Rica. Elle a alors l'occasion d'apprendre et de travailler en développement durable. Ses premières expériences professionnelles se font en Chine et en Indonésie, où elle a la chance de se familiariser avec la coordination de projets et l'administration d'une organisation. De retour au Québec, elle poursuit ses études de deuxième cycle en environnement et développement durable et s'implique au sein d'organismes environnementaux spécialisés en gestion des matières résiduelles, développement durable et construction LEED.

En 2010, charmés par les paysages de Sainte-Brigitte, elle et son conjoint y bâtissent leur maison dans le nord. Aujourd'hui, Cathy est conseillère en environnement pour la MRC de La Côte-de-Beaupré. Elle représente également les citoyens de Ste-Brigitte au sein du Comité consultatif en environnement et développement durable de la ville. Maman de trois adorables enfants dont deux jouent au sein de notre Club, elle découvre mieux le soccer ainsi que notre organisation et décide de s'y impliquer. Dès 2012 et chaque année depuis, elle est entraîneuse. En 2015, désireuse d'offrir encore davantage à sa communauté, elle devient également membre du C.A du Club en tant que trésorière.

### Marie-Aude Lemaire, responsable des événements et des communications, Club de soccer SBDL

## Vente de fleurs Centre jardin d'un jour

Nous remercions la population pour nous avoir encouragés lors de la Vente de fleurs - Centre jardin d'un jour du 30 mai dernier. Cette activité nous a permis d'amasser la somme de 1700 \$ que nous avons partagé entre les organismes suivants:

*L'association sportive de Ste-Brigitte-de-Laval*

*La Chorale l'Écho des Montagnes*

*Le Bel Art*

*L'association des Fermières de Ste-Brigitte-de-Laval*

*Le Regroupement Matinées Mères-enfants*

*Le Trèfle d'or*

Cette année, notre comité organisateur perd 2 membres. Il s'agit de mesdames Sylvie Champagne et Pierrette Auclair. Je profite de l'occasion pour les remercier de leur implication et dévouement depuis plusieurs années au sein de ce comité.

À la suite de ces départs, Mme Johanne Auclair, bénévole à cette journée, a accepté de se joindre au comité organisateur.

Si vous avez des suggestions pour améliorer cette activité, n'hésitez pas à m'en faire part par courriel à [rki@ccapcable.com](mailto:rki@ccapcable.com)

Bonne fin d'été et à l'an prochain !

*Rachel Kirouac*

Votre comité organisateur:

Rachel Kirouac, présidente

Marlène Baillargeon

Johanne Auclair



À GAGNER

10 000 \$

POUR RÉALISER VOS PROJETS  
À LA HAUTEUR DE VOS AMBITIONS

Adhérez à l'un des produits admissibles entre le 1<sup>er</sup> août et le 31 octobre 2015 et vous serez automatiquement inscrit au concours. Informez-vous dès maintenant!

Réservé aux 18-30 ans

[desjardins.com/caissedebeauport](http://desjardins.com/caissedebeauport)  
418 660-3119  
Suivez-nous sur 

 **Desjardins**  
Caisse de Beauport

Coopérer pour créer l'avenir



CONCOURS  
**JE VEUX.  
JE PEUX.**

# Soyez les bienvenus aux activités du club de l'Âge d'Or



Le club de l'Âge d'Or entreprend sa 45<sup>e</sup> année d'opération en proposant à toutes les personnes de plus de 50 ans, un éventail d'activités et d'avantages des plus intéressants. Que vous soyez travailleur, nouvellement retraité ou aîné, vous trouverez de quoi occuper vos loisirs en participant aux nombreuses activités sociales, culturelles et sportives offertes ou encore en contribuant au succès du club à titre de bénévole.

Le club étant partenaire du réseau FADOQ, vous aurez également droit à de nombreux rabais sur des produits d'assurance, des frais d'hébergement, des abonnements à de grands quotidiens et revues, des produits de lunetterie, de prothèses auditives et plus encore...

Venez nous voir à la Maison communautaire, 4, rue de la Patinoire, le mardi 25 août prochain, à 11 h 30, lors de notre épluchette de blé d'Inde annuelle (réservation requise). Nous aurons plaisir à vous faire connaître le programme des activités de la prochaine année et à répondre à toutes vos questions.

Profitez de votre visite pour vous inscrire à nos cours de danse en ligne ou à notre ligue de petites quilles. Du plaisir en perspective !

D'ici là, veuillez prendre note de l'horaire des prochaines activités du Club.

**Michel Després**  
Président

## Jeu de pétanque

La pétanque au Parc Richelieu se poursuivra tous les mardis et jeudis soirs à 18 h 45 jusqu'à la fin du mois d'août et même plus tard si le beau temps le permet.

Cette activité est gratuite et vous n'avez qu'à vous présenter au terrain de pétanque pour jouer.

Responsables des mardis :  
Clémence Thomassin, 825-2206  
Céline Falardeau, 825-3408  
Responsable des jeudis :  
Paul-Henri Fortier, 825-2031

## Épluchette et hot dog

Notre épluchette de blé d'Inde annuelle aura lieu le mardi 25 août à la Maison communautaire, 4, rue de la Patinoire à 11 h 45. Les places sont limitées en raison de l'étroitesse des lieux. Réservation requise avant le 20 août  
Prix : 6 \$ les membres, 9 \$ les non-membres

Responsable :  
Jean-Marc Jennings, 825-1527

## Déjeuner Restaurant Le Lavallois

Le mardi 8 septembre à 9 h, nous vous attendons au restaurant Le Lavallois pour un déjeuner entre amis.  
Prix : 6. \$ membre, 9 \$ non membre  
Réserver et payer avant le 3 septembre.

Responsables :  
Céline Falardeau, 825-3408  
Jean-Marc Jennings, 825-1527

## Tournoi de kaiser et politaine

Mardi le 8 septembre, se tiendra un tournoi de Kaiser et Politaine à 12 h 45 à la Maison communautaire.  
Inscrip.: 2 \$ membres, 5 \$ non-membres

Responsable :  
Lilianne Lacroix, 825-1527

## Brunch au club de golf Alpin

Le dimanche 13 septembre à 11 h, joignez-vous à nous pour un brunch au club de golf Alpin.  
Prix : 12 \$ membre, 16 \$ non membre  
Taxes et service inclus  
Réservation avant le 10 septembre

Responsables:  
Céline Falardeau, 825-3408  
Jean Marc Jennings, 825-1527

## Carte de membre 2015/2016

Grâce à la collaboration de la Ville de Ste-Brigitte-de-Laval et de nos commanditaires, grâce aussi à une gestion serrée du budget, le club peut vous offrir la carte de membre au même prix que l'année dernière soit 24 \$. Les cartes de membres pour l'année

2015/2016 seront disponibles dès le 25 août et doivent être renouvelées avant le 30 septembre pour les membre inscrits en septembre.

Si vous changez d'adresse, n'oubliez pas d'en informer M. Jean-Marc Jennings, 825-1527 le plus tôt possible, pour recevoir votre revue Virage.

## Cours de danse en ligne

Les cours de danse en ligne reprendront le lundi 14 septembre à 20 h, au centre communautaire Du Trivent. Les responsables seront sur place à 19 h 30 pour l'inscription. Notez qu'un minimum de 17 personnes est requis pour que le cours ait lieu. L'inscription peut se faire par téléphone ou lors de l'épluchette de blé d'Inde.  
Prix : 35 \$ membre, 40 \$ non-membre

Responsables :  
Clémence Thomassin, 825-2206  
Michel Després, 849-2089

## Nouveau ! Tournoi de Whist

Le mardi 15 septembre, nous organisons un tout premier tournoi de Whist à 12 h 45 à la Maison communautaire, 4, rue de la Patinoire. Bienvenue à tous  
Inscrip.: 2 \$ membres, 5 \$ non-membres

Responsable :  
Lilianne Lacroix, 825-1527

## Tournoi de quilles amical

Le samedi 19 septembre à 13 h 15 aura lieu un tournoi de quilles amical au salon de quilles St-Pascal des Galeries la Canardière. Ce tournoi est ouvert aux membres et aux non-membres. Un dépôt de 5 \$ est requis pour réserver votre place avant le 17 septembre.  
Prix : 15 \$ par personne  
Pour information et inscription

Responsables:  
M. Yvon Lamarre, 825-2784  
M. Jean-Marc Jennings 825-1527

## Conseil d'administration

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

### Préparez leur avenir



— Épargne-études (REEE)  
— Épargne libre d'impôt (CELI)  
— Placements  
— Assurance

Votre conseiller est là pour assurer à vos enfants un avenir prometteur.



**Maggie Payment**  
Conseillère en sécurité financière

**Industrielle Alliance, Assurance et services financiers inc.\***  
4635, 1<sup>re</sup> Avenue, bureau 200  
Québec (Québec) G1H 2T1  
418 627-3550, 229  
C. : 418 802-3448  
1 888 627-3550, 229  
maggie.payment@agc.inalco.com  
ia.ca

IA Groupe financier est une marque de commerce et un autre nom sous lequel l'Industrielle Alliance, Assurance et services financiers inc. exerce ses activités.  
\* Cabinet de services financiers

**IA** Groupe financier

ON S'INVESTIT, POUR VOUS. P1822S

**Notez que pour la saison 2015-2016,  
toutes les activités régulières  
auront lieu à  
la Maison communautaire  
4, rue de la Patinoire**

Massothérapie et santé globale

## Le processus de deuil dans le mouvement de la vie

Nous entendons souvent dire que la mort fait partie de la vie et que nous avons à intégrer cette réalité dans notre quotidien afin de le rendre encore plus significatif. Cependant, lorsqu'un tel événement se présente, nous vivons de la douleur accompagnée d'une série d'émotions et de sensations très puissantes qui parfois durent assez longtemps. Il arrive souvent que nous nous demandions si nous allons nous en sortir et quand cela ira mieux. Il est bon de savoir qu'il existe une ressource en massothérapie, accessible à tous et très efficace dans ce type de situation.

L'annonce du décès d'un être cher nous laisse toujours dans un état de choc où, tout à coup, le monde s'arrête de tourner, où l'on est dans une bulle en dehors du temps et de la vie quotidienne.

C'est ce que Madame Elizabeth Kubler-Ross, psychiatre suisse, appelle la première étape du deuil, soit le choc et le déni. La plupart des spécialistes en santé mentale s'entendent pour dire que les autres étapes sont la colère, le marchandage, la tristesse, la résignation, l'acceptation et la reconstruction.

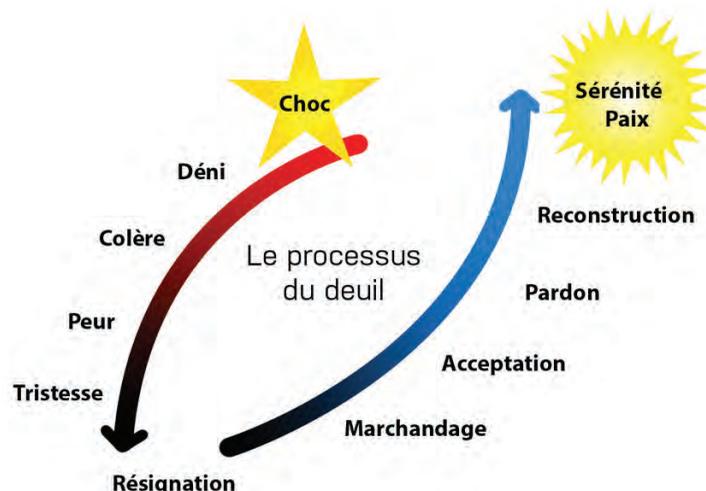
### Vers l'acceptation de la réalité

Il n'y a pas de recette miracle pour franchir cette étape du deuil adéquatement. Chacun la vit à sa façon et à son rythme.

L'important, c'est que ce processus conduise à l'acceptation de cette perte définitive, à son intégration dans notre expérience et à continuer d'avancer sur notre chemin de vie.

Durant cette période, malgré notre vulnérabilité, nous sommes aux prises avec des décisions à prendre et de nouveaux défis auxquels nous devons faire face.

Afin de garder le cap et l'équilibre nécessaire dans une telle situation, il importe de prendre soin de soi et, si besoin est, de se faire accompagner.



Un massage de détente aide à se relaxer et à reprendre contact avec notre corps et la réalité quotidienne. Ainsi, la personne endeuillée est plus à même de prendre les décisions qui s'imposent et à continuer sa démarche vers un mieux-être.

Cependant, à la suite du choc occasionné par le décès d'un proche, un ensemble de réactions chimiques, émotive et physiques s'installe. Pas étonnant que des sensations de douleur, de mal-être, d'incompréhension, de colère, de frustration, de stress et d'anxiété s'installent, que des raideurs et des tensions se fassent sentir, que notre sommeil soit moins bon et que notre système immunitaire soit plus faible. En plus d'avoir de la peine et de nous sentir désorientés, nous sommes susceptibles d'attraper tout ce qui passe.

### La polarité peut vous aider

En cette période de déstabilisation où une journée nous allons bien et l'autre, plus rien ne va, le toucher conscient de la polarité peut faire toute la différence dans la manière de traverser ce moment de notre vie.

Une séance de polarité contribue à réduire le stress, à diminuer l'anxiété, à améliorer la qualité du sommeil, à diminuer les tensions et avoir une meilleure compréhension des événements. Ce toucher effectué par un polariste peut avoir un impact important sur la capacité de prendre des décisions éclairées, de mieux vivre avec nos émotions et de retrouver notre joie de vivre.

Une séance de polarité permet de retrouver l'harmonie et la paix, et ce, tant du côté physique qu'émotif et spirituel. Ce mieux-être qui s'installe en nous s'accompagne d'une force intérieure qui nous permet d'agir en conscience et en confiance dans notre nouvelle réalité.

Le processus de deuil prend alors tout son sens en devenant un mouvement vers une guérison intérieure dont le principal acteur est la personne elle-même. Notre mieux-être intérieur nous aide à accepter la situation, à nous construire une nouvelle vie affective et sociale et à nous réaliser pleinement dans notre expérience de vie.

La polarité en tant que technique de massothérapie offre non seulement une belle détente, mais aussi un accompagnement dans une période de notre vie où nous sommes en changement et désireux de retrouver un sens à notre vie.

La polarité s'adresse à tous: enfants, adultes ou personnes d'âge mûr.

Si vous avez des questions ou des commentaires au sujet de cet article, n'hésitez pas à me contacter à :

[massagepolaritedb24@hotmail.ca](mailto:massagepolaritedb24@hotmail.ca)

Il me fera plaisir de vous répondre.

Belle fin d'été à tous !

par **Danielle Binette**,

Massothérapeute agréée or, thérapeute et enseignante en polarité.



Le Cercle  
de fermières,

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

### Activités du Cercle

Le local est ouvert pour celles qui aimeraient tisser.

### Recrutement

Pour celles qui voudraient se joindre à notre Cercle, il est encore temps de le faire en rejoignant Mmes Hélène Beaulieu, Marie-Josée Lussier ou Maria Harvey aux numéros de téléphone mentionnés en fin d'article.

La carte de membre est de 30 \$ de septembre à juin, comprenant un abonnement à *l'Actuelle*, revue très intéressante des Cercles de Fermières.

Bienvenue aux nouvelles membres. Pour se joindre à notre Cercle, il faut avoir 14 ans et plus, être sérieuse et avoir un intérêt pour l'artisanat.

\*\*\* Nous avons toujours de super beaux livres de recettes, ainsi que Trucs & Astuces; de très bons trucs de nos grand-mères que plusieurs ont essayé avec succès.

\*\*\* Nous ramassons toujours les cartouches d'encre vides d'imprimantes pour la fondation Mira.

### Réunion du Cercle

Notre prochaine réunion se tiendra le 15 septembre, à 19 h 30, à notre local du C. F. Q. au sous sol de l'église de Ste-Brigitte-de-Laval.

Pour celles qui veulent échanger sur différents sujets avant la réunion, vous êtes les bienvenues, veuillez arriver à 19 h pour un café et petit goûter.

S.V.P : Avant le 15 septembre, surveillez vos courriels, je vous enverrai un rappel pour votre réunion.

**Claudette Fercteau**

### Le comité

Hélène Beaulieu, prés.	825 - 2518
Marie-J. Lussier v.-prés.	825 - 2054
Maria Harvey, sec.-trés.	825 - 2584
Rita Ouellet, c. dossiers.	825 - 3014
Claudette Fecteau c. comm	825 - 6011

**créations**  
**Mechanical**

Audrey Girard  
designer mode

Créations de vêtements  
unique et originaux

Vêtements sur mesure

Modification et réparation

418-805-1169  
147 Ave Ste-Brigitte - bureau 1

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

**clinique**  
**CHIROPATRIQUE**  
Rivulide 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 • [chirodbd.com](http://chirodbd.com)

# Des hostas sans limaces

par Jocelyne Clavet

Les hostas comptent parmi les vivaces les plus populaires dans nos jardins. Ils ont la réputation d'être des plantes solides, longévives et de culture facile qui peuvent survivre même dans les coins ombragés où si peu de végétaux réussissent. Cependant les hostas sont très touchés par les limaces qui peuvent, surtout si le printemps est frais et humide, réduire leur feuillage en charpie.



Hosta Blue Mouse Ears à feuilles épaisses décourage les limaces.

Beaucoup de jardiniers appliquent des traitements divers pour contrôler les limaces: vaporisations à l'ammoniaque, cercle de terre de diatomées ou de cendres de foyer autour des plants, pièges à la bière, etc... et même des «trucs» qui se sont avérés complète-

ment inefficaces, comme la barrière de coquilles d'oeufs. Rien de ça n'est réellement nécessaire, car il existe des hostas parfaitement exempts de limaces.

## Prix d'aubaine égale mauvais hosta

Comment se fait-il que des hostas très sujets aux limaces soient encore les plus vendus en jardinerie alors que d'autres, qui ne sont jamais endommagés, languissent sur les tablettes? C'est en fait très facile à comprendre: les hostas à croissance rapide, donc faciles à produire rapidement à peu de frais, ont un feuillage mince que les limaces adorent.

Les trois hostas les plus vendus au Québec appartiennent à cette catégorie: Hosta 'Undulata Albomarginata', un hosta de taille moyenne aux feuilles ondulées assez étroites bordées de blanc, H. 'Undulata Mediovariegata', similaire, mais avec une panachure inverse (c'est le centre de la feuille qui est blanc) et H. 'Undulata Univittata', aux feuilles entièrement vert foncé. Leur facilité de

multiplication les rend moins chers à produire et le jardinier novice, pensant flaire une excellente aubaine, achète à son insu ce qu'on ne peut appeler que de la cochonnerie.

Planter ces variétés vous condamne à des efforts de contrôle de limaces, non pas seulement sur les hostas, mais partout sur votre terrain, car ces hostas sont une véritable pouponnière de limaces: elles pondent leurs oeufs à leur base et les jeunes limaces s'en nourrissent. Quand elles grandissent, elles partent à la découverte de vos autres plantes. Donc, pour avoir de beaux légumes sans devoir réprimer les limaces, il faut d'abord vous débarrasser des hostas nourrices.

Par contre, les hostas à croissance lente produisent un feuillage épais que les limaces n'arrivent pas à gruger. Si vous ne plantez que ces variétés, la population de limaces dans votre jardin chutera à presque zéro. Les bons hostas sont plus lents à produire en pépinière et ainsi coûtent plus cher.

## Comment différencier les bons hostas des mauvais?

N'achetez jamais un hosta à l'aveuglette. Si un ami ou un voisin vous offre une division de hosta, sachez aussi que c'est probablement un des hostas à croissance rapide.

Un bon conseiller de jardinerie saura vous diriger vers une valeur sûre. Si aucun vendeur n'est disponible, utilisez vos yeux et vos doigts pour les détecter, car les hostas à feuillage épais sont résistants aux limaces, tout comme les hostas à feuilles bleutées. Évitez surtout les hostas à feuillage mince, surtout si les feuilles sont un peu ondulées sur le bord.



Hosta Patriot, variété résistante aux limaces

## Les hostas de l'année

Il y a une autre façon facile pour reconnaître un hosta solide et performant: cherchez-en un qui a reçu le titre de hosta de l'année. Pour mériter ce titre, le cultivar doit avoir fait ses preuves sous toutes les conditions possibles et aucun hosta sujet aux limaces n'a jamais remporté ce prix. On peut voir la liste complète sur: [http://jardinsshefford.com/hosta\\_favori.php](http://jardinsshefford.com/hosta_favori.php).

## Leur culture en quelques mots

Les hostas tolèrent presque tout sol qui n'est pas détrempé, mais préfèrent un sol riche et humide. Ils poussent mieux à la mi-ombre et à l'ombre, mais la plupart tolèrent aussi le soleil. On peut planter les hostas vendus en pot en toute saison, mais, si vous voulez les diviser, mieux vaut le faire au printemps ou à l'automne. Arrosez bien la première année. Par la suite, n'arrosez qu'en cas de sécheresse extrême. Comme fertilisant, essayez du compost ou un engrais biologique tout usage.

À la fin de la saison, laissez les feuilles sur place: non seulement elles se décomposent pour disparaître avant le début de la nouvelle saison de croissance, mais le meilleur engrais pour tout hosta est son propre feuillage. Les hostas sont très rustiques (zone 3) et vivent longtemps.

source: Larry Hodgson



Hosta Sum and Substance le plus gros au feuillage jaune résistant aux limaces

## VISION SANTÉ

Clinique d'optométrie



**SERVICE PERSONNALISÉ - DIVERSITÉ DE MONTURES**

examen de la vue • vision sportive • santé oculaire • forfait enfants  
lunettes et lentilles cornéennes • urgence • grande variété de lunettes solaires



Prenez rendez-vous dès maintenant!

**418 825-0044**

caroleroth@cliniquevision.ca

www.cliniquevision.ca

1025, boulevard du Lac Lac-Beauport

Protégez vos yeux avec des lunettes solaires

# Concours La carte de Noël 2015 À vos pinceaux !

Cette année encore, la MRC de La Jacques-Cartier fait appel à votre créativité et vous invite à participer au concours La carte de Noël régionale 2015. Découvrez les changements apportés à cette nouvelle édition.

## Les nouveautés

Cette année, les catégories ont été revues de manière à mieux équilibrer le nombre de participants et à leur offrir plus de possibilité de se démarquer.

Ils seront ainsi répartis dans les cinq catégories suivantes : artistes en herbe 1 (5-7 ans), artistes en herbe 2 (8-10 ans), jeunes talents (11-15 ans), artistes de loisir (16 ans et plus), artistes initiés. Quelques prix ont également été bonifiés pour atteindre 300 \$ de façon à rendre hommage au talent créatif de nos artistes, jeunes et moins jeunes.

Enfin, parmi les techniques utilisées, les collages seront dorénavant acceptés.

Pour connaître les conditions de participation, visitez le [www.mrc.lajacquescartier.qc.ca](http://www.mrc.lajacquescartier.qc.ca), onglet Culture.

## Les modalités d'inscription

Pour vous inscrire, contactez Stéphanie Laperrière au 418 844-2160, poste 227 ou à [slaperriere@mrc.lajacquescartier.qc.ca](mailto:slaperriere@mrc.lajacquescartier.qc.ca).

La date limite d'inscription et de dépôt de l'œuvre est le 14 octobre 2015.

## Le concours

Le concours La carte de Noël régionale vise à encourager et à promouvoir la création en arts visuels dans La Jacques-Cartier tout en stimulant l'expression artistique des participants, peu importe leur âge ou leur niveau.

Il s'adresse aux résidants de la MRC et aux jeunes étudiants fréquentant un établissement scolaire sur le territoire.

## Petites annonces

Tombée le 9 sept. 2015  
[alinefortier@hotmail.com](mailto:alinefortier@hotmail.com)  
Tél: 418 825-1182

Tapis roulant Sears, 350 \$ négo. - Attelage de tracteur Sears, état neuf, prix à discuter.

**825-3997**

Klaxon à air comprimé neuf, 10 \$.

**825-3036 après 18 h.**

Vitre d'auto, bas prix.

**825-1653**

Causeuse brune 300\$, poêle blanc 100\$, set cuisine bois 250\$, meuble ordi 50\$, laveuse-séch. bl. 200\$. télé 50 po 400\$, prix négociables

**825-2803 Carole**

Set de cuisine en bois naturel, 6 chaises recouvertes de tissu, vitre, 300\$

**825-2648**

## À LOUER

A vendre ou à louer, maison sise dans la rue Val-des-Bois.

**825-1188**

## SERVICES

Homme à tout faire: tonte pelouse, petits déménagements etc.

**907-5714**

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

**825-4106**

Installation freins d'auto à bas prix.

**825-1653**

Infirmière professionnelle spécialisée en soins des pieds offre ses services. Peut se rendre à domicile.

**825-1188**

Aide aux devoirs à domicile dès l'entrée scolaire, prim. et secondaire, maths ou autres. 20\$/h.

**848-9672**

## 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](mailto:lelavalois@ccapcable.com)

Web : [www.lelavalois.com](http://www.lelavalois.com)

## L'équipe du Lavalois

### CONSEIL D'ADMINISTRATION

Lucille Thomassin, présidente	948-2610
André Lachapelle, v.-président	825-3035
Louise Côté, secrét.-trésorière	948-8947
Aline Fortier, administratrice	825-1182
Diane Clavet, administratrice	825-2502
Doris Tessier, administratrice	825-0029
J.-Frs Gerardin, dir. journaliste	948-8947

### COLLABORATEURS

Jocelyne Clavet, montage  
Marie-Andrée Renaud, montage  
Rita Boucher, montage  
Alain Bouchard, photographe  
François Beaulieu, site web

## Calendrier du Lavalois

2015

Tombée	Sortie
10 juin	19 juin
05 août	14 août
09 septembre	18 septembre
07 octobre	16 octobre
04 novembre	13 novembre
02 décembre	11 décembre

## Offre d'emploi, urgent, urgent....

Le Salon Johanne est à la recherche d'une coiffeuse pour son salon de coiffure situé au 4, rue de la Fabrique à Ste-Brigitte-de-Laval.

Toute personne intéressée doit contacter Johanne au no suivant 418 907-1278

## COLLABORATEURS



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



### Spécialités

- Pierre de toutes grosseurs
- Sable de remplissage
- Sable tamisé
- Terre végétale tamisée

### Heures d'ouverture

Du lundi au vendredi, de 7 h à 16 h  
Ouvert le samedi (sur demande)

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



Appelez-nous  
dès maintenant!  
**418 825-2087**

Carrière - Rue de l'Escalade,  
Ste-Brigitte-de-Laval (Québec) G0A 3K0  
**Tout près de chez vous !**

## VALLIÈRE EXCAVATION ENR.

**418 825-2087**

[info@sablirevalliere.com](mailto:info@sablirevalliere.com)

**TOUT SOUS LE MÊME TOIT**



- Transport machinerie lourde
- Test de sol - nivelage - drain
- Mur de pierres
- Terrassement
- Essouchage
- Déneigement

Installation septique et  
traitement secondaire avancé  
vous est offert



FORFAIT  
3 SERVICES **87**,20\$  
/mois

Votre prix pour ce mois-ci, le prochain et les suivants.  
Et après 3 mois? Ce sera encore ça! Parce que nous  
vous offrons le meilleur prix, tout le temps.



Internet



Télévision  
Combo Franco  
(plus de 183 chaînes)



Téléphonie  
(incluant toutes les  
options principales)



Terminal G8 qui permet  
l'enregistrement de  
**8 émissions en simultané**



**418.849.7125**

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



Votre **Tv** locale