



# Le Lavallois

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

**FAITES PARTIE DE l'histoire**

155<sup>e</sup> anniversaire

SOYEZ DES NÔTRES LE 24 MARS PROCHAIN

Tous les détails au [www.sbdl.net](http://www.sbdl.net)

## Activités à ne pas manquer

La communauté chrétienne de Sainte-Brigitte-de-Laval vous convie à un souper et une vente à l'encan, le samedi 10 mars à 18 h, au centre communautaire du Trivent 1.

Les Matinées mères-enfants vous invitent à leur grande fête familiale, le samedi 7 avril, de 10 h à 15 h, au centre communautaire du Trivent 1.

Détails page 9

## À lire

*Emprunt de 1,5 M\$ p. 3*

*Projets rassembleurs p. 4*

*Art, culture et patrimoine p. 5*

*Les Centaures de la Courvilloise pp. 6 - 7*

*Programme d'aide aux familles pp. 10 - 11*

Mars 2018

Volume 36

Numéro 2

**CENTRE DE L'AUTO ELITE**

424B, Ave Ste-Brigitte  
Sainte-Brigitte-de-Laval, Qc, G0A 3K0  
[centredeautoelite@hotmail.com](mailto:centredeautoelite@hotmail.com)

**418 456-5456**

**familiprix EXTRA**

**VANESSA TREMBLAY**  
224, Ave Ste-Brigitte, local 102  
Sainte-Brigitte-de-Laval

**418 825-4646**

**Service d'infirmière  
Service de livraison**

Heures d'ouverture :  
Lundi au vendredi : 9 h 30 à 21 h  
Samedi et dimanche : 10 h à 17 h

restaurant

**LE LAVALLOIS**

**Menu**

Voir nos spéciaux p. 3

**418 825.2969**

416 avenue Ste-Brigitte  
Service de livraison gratuite  
[www.restaurantlavallois.com](http://www.restaurantlavallois.com)

restaurant **LE LAVALLOIS**

**Clinique dentaire Sainte-Brigitte**

224, avenue Ste-Brigitte, bureau 101 - Sainte-Brigitte-de-Laval (Québec)

**418 606-8125** [info@ledentiste.net](mailto:info@ledentiste.net)

Les docteurs Serge-Alexandre Bellavance et Julie Linteau vous attendent !

**Dentisterie générale et esthétique  
Services d'orthodontie - d'endodontie - de chirurgie et d'urgences**

# Impôt 2017

## Principaux changements

Nous devons bientôt produire nos déclarations d'impôt pour l'année 2017. Voici les principaux changements significatifs pour les particuliers non en affaires.

### Provincial

Le montant d'exemption personnel de base passe de 11 550 \$ à 14 890 \$.

La période d'admissibilité au crédit d'impôt Réno-Vert a été prolongée jusqu'au 31 mars 2018. L'aide fiscale accordée est d'un montant maximal de 10 000 \$. Elle correspond à 20 % de la partie des dépenses admissibles excédant 2 500 \$. Les travaux doivent être payés avant le 1<sup>er</sup> janvier 2019 et réalisés par un entrepreneur qualifié.



Il existe aussi un crédit d'impôt remboursable pour la mise aux normes d'installations d'assainissement des eaux usées résidentielles réalisée par un entrepreneur qualifié pour une entente conclue après le 31 mars 2017 pour une résidence principale ou un chalet. Le montant correspond à 20 % de la partie des dépenses admissibles excédant 2 500 \$ pour un maximum de 5 500 \$.

Un nouveau crédit d'impôt a été créé pour la remise en état d'une résidence secondaire endommagée à la suite d'une inondation.

L'âge d'admissibilité pour travailleurs âgés est passé de 64 à 63 ans et le montant du revenu gagné de 6 000 \$ à 8 000 \$.

La contribution santé a été abolie en 2017.

Les ménages ayant un revenu net de plus de 50 920 \$ en 2017 doivent payer une contribution additionnelle au moment de produire leur déclaration de revenus s'ils ont bénéficié du tarif de base à 7,75 \$ pour les services de garde.

### Fédéral

Le montant pour aidants naturels est nouveau pour l'année 2017 et remplace :

- le montant pour aidants familiaux;
- le montant pour aidants naturels;
- le montant pour personnes à charge atteintes d'une déficience âgées de 18 ans ou plus.

La définition a été élargie pour les frais de scolarité à tous les cours donnés dans un collège, une université ou un autre établissement d'enseignement. Ces dépenses peuvent donner lieu à un allègement fiscal même si ce n'est pas considéré enseignement supérieur.

### Les crédits suivants sont abolis pour 2017

- le crédit d'impôt pour la condition physique des enfants;
- le montant pour les activités artistiques des enfants;
- les montants pour études et pour manuels;
- le montant pour transport en commun a été supprimé à la mi-année.

Si vous faites une demande de crédit d'impôt pour personnes handicapées, votre médecin n'est plus le seul à pouvoir remplir la paperasse. En effet, les infirmières sont aussi autorisées à le faire.

Les coûts associés au traitement de l'infertilité sont maintenant inclus dans les dépenses médicales admissibles. Ce changement est rétroactif, ce qui veut dire que si vous avez payé pour des traitements de fertilité dans les 10 dernières années, vous pouvez demander un rajustement des déclarations de revenus passées afin d'inclure ces montants.

Si vous avez acheté une maison ou un condo pour une première fois vous pouvez obtenir un crédit d'impôt non remboursable de 750 \$ (avant abattement du Québec).

Si vous avez vendu votre résidence principale en 2017 vous devez le déclarer. Il n'y a pas toutefois de gain en capital.

*Doris Tessier*

## Sommaire

### Actualité

|                                      |       |
|--------------------------------------|-------|
| Impôt 2017.....                      | 2     |
| Assemblée générale du Lavalois.....  | 3     |
| Emprunt de 1,5 M\$ au municipal..... | 4     |
| Centre Santé.....                    | 4     |
| Vente de fleurs.....                 | 8     |
| Médaille aux Lynx du Trivent.....    | 8     |
| Programme d'aide aux familles.....   | 10-11 |

|          |    |
|----------|----|
| MRC..... | 14 |
|----------|----|

### La vie de chez nous

|  |     |
|--|-----|
| Comité consultatif Art, culture.....     | 5   |
| Médaille d'argent de cheerleading.....   | 6-7 |
| Activité pastorale.....                  | 9   |
| Matinées mères enfants.....              | 9   |
| Fête familiale au Trivent 1.....         | 9   |
| Collecte de sang au Trivent.....         | 12  |
| Soccer : inscription, ass. générale..... | 13  |
| Bonheur pour les jeunes du Trivent.....  | 16  |
| Sel de déglacage.....                    | 17  |
| Âge d'Or.....                            | 17  |
| Élite au hockey à la Seigneurie.....     | 18  |
| Achat Bio.....                           | 18  |
| La Barak.....                            | 19  |
| Ass. générale Sentiers Lavalois.....     | 20  |

### Chroniques

|                       |    |
|-----------------------|----|
| Massothérapie.....    | 20 |
| Horticulture.....     | 21 |
| Petites annonces..... | 23 |

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

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

**Dr<sup>e</sup> Sophie Léonard,**  
Chiropraticienne, D.C.  
142 de Lucerne, Sainte-Brigitte-de-Laval  
418.997.6443 • chirosbdl.com

24, DU DOMAINE  
SAINTE-BRIGITTE-DE-LAVAL  
QUÉBEC G0A 3K0

T 418 825-1093  
F 418 825-1092  
EBENISTERIEMG2003@LIVE.COM  
*Cuisine, salle de bain et mobilier*

## Station Service Alpin Inc.

327 Ave Sainte-Brigitte  
418 825-2219

Depuis 30 ans à votre service

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

**LE SPÉCIALISTE**

**ENTRETIEN ET RÉPARATION**

Jacques Tremblay, prop.



## Finances municipales

Par André Lachapelle

# Emprunt de 1,5 M\$ pour des travaux d'immobilisation

Le 19 février dernier, les membres du conseil municipal ont adopté un règlement d'emprunt de 1,5 M\$.

Pour bien comprendre les raisons qui les ont amenés à emprunter ce montant, j'ai rencontré le conseiller municipal du district 5, responsable du dossier des finances, M. Louis-Georges Thomassin.



D'entrée de jeu, il m'apparaît utile de préciser qu'une municipalité doit adopter chaque année un budget équilibré et un programme triennal d'immobilisations (PTI). À Sainte-Brigitte-de-Laval, l'adoption du budget et du PTI a été effectuée le 20 décembre 2017.

Le budget d'une municipalité est en fait un budget d'opérations, c'est-à-dire que les revenus d'une municipalité, qui proviennent majoritairement des taxes qu'elle perçoit, doivent lui permettre d'assurer des services à sa population : entretien du réseau routier, eau potable, salaire des employés, etc.

Le PTI, quant à lui, est un outil de planification des investissements qu'une municipalité veut effectuer compte tenu de ses priorités et des ressources financières dont elle dispose.

Le PTI ne concerne pas les opérations courantes d'une ville mais bien les investissements en immobilisations qu'elle entend réaliser. Des exemples : des travaux d'aqueduc et d'égout, l'asphaltage d'une rue,

l'ajout ou le remplacement de glissières de sécurité, l'aménagement d'un parc, etc.

Contrairement au budget d'opérations, les projets d'immobilisations ne sont pas financés uniquement par les taxes.

En effet, différents programmes de subvention sont disponibles pour permettre aux municipalités de réaliser des travaux d'immobilisations.

Ainsi, le programme de la taxe sur l'essence et de la contribution du Québec (TECQ) permet d'obtenir une aide financière pour la réfection des rues Langevin et de l'Étang, pour la réparation des conduites de la rue du Collège et de la Patinoire. Cette contribution gouvernementale doit s'ajouter aux investissements que fait habituellement une ville.

Pour l'année 2018, la ville de Sainte-Brigitte-de-Laval prévoit des investissements totaux de près de 3,3 M\$ à ce chapitre.

Parmi les projets, on retrouve le remplacement de glissières de sécurité, l'amélioration des terrains sportifs, les travaux de dragage du Lac Goudreault, le remplacement de véhicules, etc.

Bien que la Ville puisse bénéficier de différents programmes d'aide financière, elle doit obligatoirement contribuer au financement pour la réalisation de tous ces projets.

L'adoption d'un règlement d'emprunt pour financer des dépenses en immobilisations est donc une pratique courante à laquelle a recours une municipalité année après année. Ce projet de règlement doit être soumis au ministère des Affaires municipales et de l'Occupation du territoire (MAMOT) pour approbation.

La Ville a recouru à l'adoption de plusieurs règlements d'emprunt totalisant plus de 2,3 M\$ en 2017 et 3,45 M\$ en 2016 en procédant à l'adoption de règlements par projet.

Pour financer l'ensemble des projets d'immobilisations de 2018, les autorités municipales ont choisi d'effectuer un seul règlement d'emprunt de 1,5 M\$.

Voilà, en espérant que ces quelques précisions vous permettront de mieux comprendre la réalité financière de notre municipalité.



## Assemblée générale du journal Le Lavallois

Le jeudi, 12 avril 2018, à 19 h  
au local du journal  
418, Ave Sainte-Brigitte (sous-sol)

### Ordre du jour

- Ouverture de l'assemblée
- Élection d'un président d'assemblée
- Élection d'un secrétaire d'assemblée
- Lecture et adoption de l'ordre du jour
- Lecture et adoption du procès verbal du 2 mai 2017
- Présentation des états financiers 2017
- État de la situation
- Rapport des activités de l'année 2017
- Résolutions :
  - a) Adoption de : État de la situation
  - b) Adoption de : Rapport des activités
  - c) Demande de subventions
  - d) Choix du mandataire
- Dévoilement des mises en candidature
- Période d'élection des membres du C.A.
- Questions - opinions - commentaires
- Levée de l'assemblée

Lucille Thomassin, présidente

## Élection au conseil d'administration

Lors de l'assemblée générale du 12 avril 2018, on procèdera à l'élection de deux postes au conseil d'administration. Les personnes qui désirent soumettre leur candidature doivent le faire 12 jours avant la tenue de l'assemblée générale. Un formulaire de candidature est disponible à l'adresse suivante :

lelavallois@ccapcable.com

**Estimation gratuite**

**Construction  
Rénovation  
en tout genre**

418 809.1642  
RBQ: 5641-8213-01

APCHA

32, des Grives  
Sainte-Brigitte-de-Laval  
(Québec) G0A 3K0

constructionclf.com  
lambert.fils@hotmail.com

restaurant  
**LE LAVALLOIS**

**Promo Pizza**

Livraison disponible  
du mercredi au dimanche de  
16 h à la fermeture  
418 825-2969

Pizza 12" garnie,  
frites,  
4 canettes de liqueur  
22,60 \$ plus taxes

À l'achat  
d'un sous-marin pizza,  
obtenez  
un petit frite gratuit



## Des projets rassembleurs

Votre Centre de Santé s'occupe de tous les Lavallois et vous propose des initiatives et des projets de prévention et de promotion de la santé.

### Projet « Le bonheur est simple »

Grâce à une subvention du gouvernement du Canada accordée via leur programme *Nouveaux Horizons pour les aînés*, un nouveau projet « **Le bonheur est simple** » prendra forme au cours des prochaines semaines et des prochains mois à Sainte-Brigitte-de-Laval.

Les objectifs du projet et du programme du gouvernement fédéral visent notamment la promotion de l'engagement et du bénévolat de nos aînés et la valorisation de leur grande contribution dans notre communauté.

Réunie en comité, la Coopérative de santé Sainte-Brigitte-de-Laval coordonnera chacune des étapes du projet et comptera sur l'appui et la précieuse collaboration des aînés engagés du journal *Le Lavallois* et du *Club de l'Âge d'or* de notre belle ville.

Ensemble, ils vont développer un cahier journalistique, édition spéciale aînés en santé, qui sera distribué, version Web et papier, l'automne prochain.

### Les ateliers HANS KAI

Grâce à des subventions du milieu jeunesse et autres partenaires, le Centre a acheté la trousse et la licence HANS KAI, développées par le milieu des coopératives de santé (notamment celle de Robert-Cliche) qui regroupe un programme d'éducation à la santé par des ateliers interactifs, ludiques, pratico-pratiques pour tous les âges.

Ce programme s'inspire de groupes provenant du Japon qui ont fait leur preuve depuis plus de 50 ans. Un groupe HANS KAI permet à des personnes d'une même communauté ou d'entreprise de se retrouver entre visages familiers pour vérifier leur état de santé, approfondir leurs connaissances et, sur ces bases, améliorer leur mode de vie.

Au cours des prochains mois, le Centre animera divers groupes au niveau des organismes communautaires jeunesse, des entreprises et des membres de la communauté. Une grande variété de sujets y seront abordés : l'activité physique, le poids santé, l'hygiène de vie, le stress, le sommeil, la tension, la glycémie, l'alimentation et plus encore.

### Cafés du lundi

Les cafés du lundi, rencontres animées entre parents de jeunes enfants ou futurs parents se poursuivront en avril, mai et juin prochains. Surveillez notre page Facebook pour la programmation du printemps qui devrait sortir d'ici la mi-mars ou contactez-nous pour plus d'informations.

### Activités physiques

Nous mettrons également sur pied avec la kinésologue de la clinique de physiothérapie de Sainte-Brigitte-de-Laval, des groupes d'activités physiques pour les aînés et de la remise en forme pour les mamans avec bébé. Détails à venir.

### Prêt à rester seul

Il reste encore quelques places pour cette formation donnée par madame Myra Gagnon, formatrice accréditée par la Croix-Rouge.

Pour les jeunes de 9 à 13 ans

Le samedi 24 mars, de 8 h 15 à 13 h 45

Coût : 40 \$ plus taxes pour les membres,

45 \$ plus taxes pour les non-membres

### Horaire pour le marchand de lunettes

À partir du 13 mars prochain, le marchand de lunettes sera au Centre tous les mardis de 12 h à 14 h.

### Devenir membre

Vous pouvez devenir membre en tout temps. Être membre du Centre de santé vous assure des tarifs réduits sur certains services, formations et activités. Être membre aide le Centre à accomplir sa mission, à poursuivre ses négociations avec les autorités pour concrétiser la venue de médecin, à assurer un fond de roulement nécessaire pour acheter le matériel et les équipements pour vous offrir des services complets de proximité. Un 60 \$ bien investi pour votre santé et celle de votre communauté.

Visitez notre site Web: [www.centresantesbdl.com](http://www.centresantesbdl.com) ou passez nous voir au 20, rue du Domaine, ici, à Sainte-Brigitte-de-Laval.

Merci de votre soutien,

**Véronique Loubier, coordonnatrice**

Tél. : 418 825-5097

## « Le bonheur est simple »

Aînés actifs

des modèles recherchés

Vous êtes un aîné actif et passionné ?  
Vous connaissez un aîné que vous souhaitez mettre en lumière en raison de ce qu'il inspire ?

Nous recherchons une trentaine d'aînés modèles, âgés de 65 ans et plus.

### Critères de participation

- Vous aimez jardiner, tricoter, cuisiner ou danser ?
- Vous aimez vous occuper de vos petits enfants ou de vos proches ?
- Vous donnez votre temps à une cause ou un organisme ?
- Vous êtes toujours amoureux, après toutes ces années ?

C'est vous que nous recherchons pour démontrer que la santé et le bonheur « c'est parfois simple ! »



### Date limite

Déposez votre candidature ou celle d'un proche, avant le 20 mars 2018 en communiquant avec la Coop de santé :

par téléphone : 418 825-5097 ou

par courriel : [info@centresantesbdl.com](mailto:info@centresantesbdl.com)



### Quand

?

Les photos et les entrevues auront lieu, entre avril et août 2018. Les dates seront confirmées avec les participants. Lancement prévu en novembre 2018.

**GOULDS WATER TECHNOLOGY**  
a xylem brand

**Service Régent.com**

**POMPES & PUIITS**

418 849-5614

Benoît Bureau, propriétaire  
C 418 571-8893

111, chemin Rourke,  
Stoneham-et-Tewkesbury  
(Québec) G3C 0W2

info@serviceregent.com  
F 418 848-1796

Licence RBQ : 2545-5577-56

**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

**PRODUITS COMMERCIAUX**

**AUX PETITS MOTEURS**  
DU QUÉBEC INC. (418) 660-9090

RÉPARATION DE TOUTES MARQUES  
VENTE - PIÈCES

2957, boul. Louis-XIV, Québec G1C 4W7  
[www.aux-petitsmoteurs.com](http://www.aux-petitsmoteurs.com) [info@aux-petitsmoteurs.com](mailto:info@aux-petitsmoteurs.com)

LOCATION DE HORS-BORD ET ENTREPOSAGE DE SOUFFLEUSE À NEIGE

# Comité consultatif – Art, culture, patrimoine

Par : Doris Tessier

Madame Hélène Fortier, présidente du comité consultatif sur les arts, la culture et le patrimoine (CCACP) de Sainte-Brigitte-de-Laval a accepté de nous rencontrer pour nous expliquer la raison d'être de ce comité et nous faire part des différents projets en cours et à venir.

Ses qualifications pour présider ce comité méritent d'être soulignées. Diplômée en éducation musicale et en relations publiques, elle travaille dans les milieux artistique et événementiel depuis 1982. Au cours de sa carrière, plusieurs prix lui ont été décernés : Prix du développement culturel dans Québec et Chaudière-Appalaches, titre d'Agente de l'année pour l'Est-du-Québec remis par la Guilde des musiciens.

## Le comité

Le comité a été créé en 2015 dans le but de procéder à des études, d'effectuer des recherches et des consultations et de faire des recommandations aux élus. Outre la présidente, il est composé de : Marc Gadoury, bachelier en histoire détenant aussi une maîtrise en arts et traditions populaires, Geneviève Leblanc, médiatrice culturelle en arts visuels et mère de quatre jeunes enfants, Caroline Plante, comédienne, animatrice de rue et musicienne à ses heures, Édith Couturier, conseillère municipale et Sabrina Thomassin, du Service des loisirs de la ville.



Sabrina Thomassin, Caroline Plante, Geneviève Leblanc, Marc Gadoury, Hélène Fortier (absente sur la photo : Édith Couturier, conseillère municipale)

## Les projets en cours

### Création d'une société d'histoire

Concrètement, le comité souhaite la mise en place d'un organisme à but non lucratif qui aurait comme mission de faire connaître et de promouvoir l'histoire locale. Ses mandats pourraient aller de la mise en valeur du patrimoine culturel bâti, la conservation et la numérisation des archives, la mise en place d'activités pédagogiques à la diffusion et la publication d'ouvrages documentaires.

Une séance d'information se tiendra le 24 mars 2018, à 13 h 30, dans le sous-sol de l'église pour présenter le projet de Société d'histoire, recueillir les commentaires et suggestions de la population et identifier des personnes intéressées. Cette date a été choisie pour s'intégrer à la célébration du 155<sup>e</sup> anniversaire de Sainte-Brigitte. À 18 h 30, toute la population est conviée à un souper-spectacle de musique traditionnelle avec le groupe Rosheen. Le coût est de 15 \$ par personne si vous choisissez de prendre le repas et gratuit sans le repas. (détails sur [www.sbd1.net](http://www.sbd1.net)).



### Fête des montagnes

Poursuivre le développement de la Fête des montagnes afin de mettre en valeur la nature de notre belle ville et faire de l'animation culturelle (création artistique, musiciens ambulants, théâtre jeunesse, etc.). Cette fête se déroule à l'Action de grâce au Parc Richelieu.

## Projets à venir

Élaborer une politique culturelle pour favoriser la prise de décision et l'intervention municipale en termes de priorisation, de planification et de gestion des projets à caractères culturel et artistique.

Animer le Parc Richelieu durant la période des fêtes pour revitaliser le cœur du village en créant, à titre d'exemple, un décor féérique et/ou un sentier éclairé autour du lac Goudreault, en produisant des spectacles, en y tenant l'activité « Les marchands de bonheur », etc.



Créer et publiciser un circuit touristique et patrimonial pour faire connaître nos attraits à la population locale et aux visiteurs en identifiant les sentiers pédestres, les points d'intérêts patrimoniaux et paysagers, les points de service, etc. Distribuer des documents d'information. Collaborer avec la MRC, etc.

## Postes à combler

Si ces projets vous interpellent ou que vous êtes intéressés ou déjà impliqués dans votre communauté au niveau des arts, du patrimoine ou du développement culturel de Sainte-Brigitte, deux postes sont présentement à combler au sein du comité.

Vous pouvez consulter le site Internet de la ville pour plus d'information ([www.sbd1.net](http://www.sbd1.net)) et soumettre votre candidature à [ccacp@sbd1.net](mailto:ccacp@sbd1.net) avant le 16 mars. Nous serons heureux de vous accueillir.

## 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- [huskyneigeinc@gmail.com](mailto:huskyneigeinc@gmail.com)

**YVES LEFEBVRE**  
 ARPEUTEUR-GÉOMÈTRE

1975, rue Thomas-Pope  
 Québec, (Québec), G2A 1X1

- 30 ans d'expérience à Ste-Brigitte-de-Laval
- résidentiel et commercial
- certificat de localisation
- lotissement de terrain
- plan topographique (RCI)
- projet d'implantation, implantation
- copropriété, projet de développement
- piquetage et bornage de terrains et terres

Courriel: [ytag@qc.aira.com](mailto:ytag@qc.aira.com)  
 Internet: [yveslefebvreag.ca](http://yveslefebvreag.ca)  
 Bureau: 418 877-3777 et 418 847-6093  
 Télécopieur: 418 847-6093

## SCIAGE de béton

### A. Tremblay Inc.

À votre service depuis 1989

## SCIAGE FORAGE

Résidentiel • Commercial Industriel

- Asphalte
- Joint d'expansion
- Sciage mural / plancher jusqu'à 48" d'épaisseur
- Scie électrique pour travaux intérieurs
- Perçements de 1" à 36"

Alain et Michaël Tremblay

418 825-3304

Télécopieur: 418 825-2948

[sciage@live.ca](mailto:sciage@live.ca)  
 Licence RBQ: 8229-6963-28

## Médaille d'argent pour les Centaures de la Courvilloise au Mondial de cheerleading à Orlando

par Jean-François Gerardin et Louise Côté

« L'équipe des Centaures, composée de 20 élèves du programme de cheerleading de l'école secondaire de la Courvilloise, a participé au championnat mondial scolaire ICU au complexe Walt Disney à Orlando, qui se tenait du 8 au 13 février 2018. Lors de cette compétition, l'équipe des Centaures a remporté la médaille d'argent dans la catégorie Large Varsity non tumbling. Une première pour une équipe du Québec. »

« En plus de faire partie de leur équipe régulière, ces 20 adolescentes étudiantes-athlètes, sous la responsabilité des entraîneuses Véronique Dubé et Sharly Lemay, se sont entraînées depuis juin 2017 à raison de 3 ½ heures par semaine. En autofinancement, le travail des mamans et de leurs filles ont permis de recueillir au-delà de 15 000 \$ pour assumer les frais élevés de ce voyage aux États-Unis pendant 5 jours. »

Pour apprécier leur excellence et la nature de leur discipline sportive récente, voici le lien :

<https://www.youtube.com/watch?v=hxGvDKiSsjA>

cf Communiqué de presse de la CSDPS

Trois athlètes lavalloises, membres des Centaures : Marilou Morin, Rosie Morin et Justine Rioux, de retour depuis peu d'Orlando, sont venues, accompagnées de leur mère, me rencontrer afin de partager leur belle expérience et leur fierté de faire partie des Centaures et d'avoir mérité la médaille d'argent à cette compétition mondiale.

### D'où provient le cheerleading ?

« C'est une discipline sportive incluant danses, acrobaties et chants... » Voilà l'univers de nos championnes. Les Cheerleaders et les Pom Pom Girls sont des réalités bien différentes. Les trois complices m'ont unanimement mis en garde quant à la réalité de cette comparaison. Ce n'est pas la même chose, loin s'en faut et le débat est ainsi lancé.

Pour Marilou et ses deux compagnes, « les Pom Pom Girls ne sont que de pâles clichés des Cheerleaders ».



Rosie Morin, Justine Rioux et Marilou Morin montrent fièrement leurs médailles d'argent et les 2 trophées gagnés : pour la 2<sup>e</sup> place : Large Varsity Non Tumbling et celui de la 1<sup>re</sup> place à la Coupe des Nations-Canada

À cet égard, je cite ici des commentaires glanés dans mes recherches sur Internet : « Il ne suffit pas d'avoir un beau « popotin » et un sourire enjôleur pour prétendre être cheerleader. » (popotin, mot d'argot pour le fessier)

« La base du cheerleading, lit-on dans le même article, consiste, littéralement parlant, à mener, animer et stimuler les encouragements et donc, à proposer au public des prestations aussi spectaculaires que maîtrisées. »

Je précise que l'équipe de cheerleading des Centaures n'est aucunement rattachée à une équipe sportive.

« Les pratiquant(e)s doivent se soumettre à un véritable entraînement d'athlète pour assurer leurs performances les jours de matches. » « De plus, les cheerleaders prennent également un grand plaisir à encourager tant les joueurs qu'à inciter les fans à une participation active au spectacle sportif en cours. »

Le cheerleading fut inventé au début des années 1900, à l'Université de Princeton, par des hommes. Ceux-ci inventèrent, à ce moment, des slogans pour encourager leurs équipes sportives. Par la suite, d'autres

éléments se sont ajoutés pour en arriver au menu plus complexe du cheerleading.

Ce sport de démonstration exigeant est avant tout un sport d'équipe où la jalousie et les envies personnelles sont mises de côté délibérément pour se concentrer sur chaque geste à accomplir afin que la voisine ne soit ni déséquilibrée ni en danger de chute, des risques documentés et bien réels.

### Qualités athlétiques requises

Ces jeunes athlètes qui se démarquent déjà dans leur parcours scolaire du PEI (Programme d'Études Internationales) avec d'excellents résultats scolaires et une participation non négligeable à la représentation de leur institution scolaire, sont également des sportives de haut niveau. Études, entraînements, activités parallèles de mise en forme sur appareils et arts martiaux font partie de la préparation minutieuse de ce spectacle.

Ancien éducateur physique, je tiens à vous présenter les qualités athlétiques et autres qui sont requises lors de ces démonstrations spectaculaires et de leurs chorégraphies. Le « cheerleading » impose ainsi des conditions physiques et psychologiques indéniables à ses adhérent(e)s qui découvrent des défis identiques à ceux qu'on pratique dans une école de cirque. Une de nos trois complices cheerleaders est d'ailleurs passée par là. Au plan physique, cette activité sportive requiert de l'endurance et de la résistance musculaire. Elle exige également de la puissance, de la force, de la souplesse, de l'amplitude articulo-musculaire, de la psychomotricité fine, de la vitesse de réaction et d'exécution, de l'équilibre. L'excellence en gymnastique est un atout incontournable.

R.B.Q. 5736-8409-01

**Ventilation**  
**PRO-CONFORT** INC.

**Le PRO du chauffage**  
**418 999-8316**  
Entrepreneur général

• **Climatisation** • **Ventilation**  
• **Chauffage**

APCHA

**STÉPHANIE MORASSE**  
NOTAIRE

- Droit corporatif
- Testament
- Mandat de protection
- Immobilier
- Succession

11025, boul. du Lac, bureau 226  
Lac Beauport (Québec) G3B 0X1  
418 907-8954

**jd innovation extérieure**

Entretien de pelouse  
Déchaumage  
Aération  
Pose de tourbe

Terrassement  
Imperméabilisation d'asphalte  
Lavage à pression  
Déneigement

**418 997-9465**

[www.jdinnovationexterieure.com](http://www.jdinnovationexterieure.com) Nous donnons un coup d'éclat à votre aménagement paysager



Rosie Morin, voltigeuse



Marilou Morin, voltigeuse

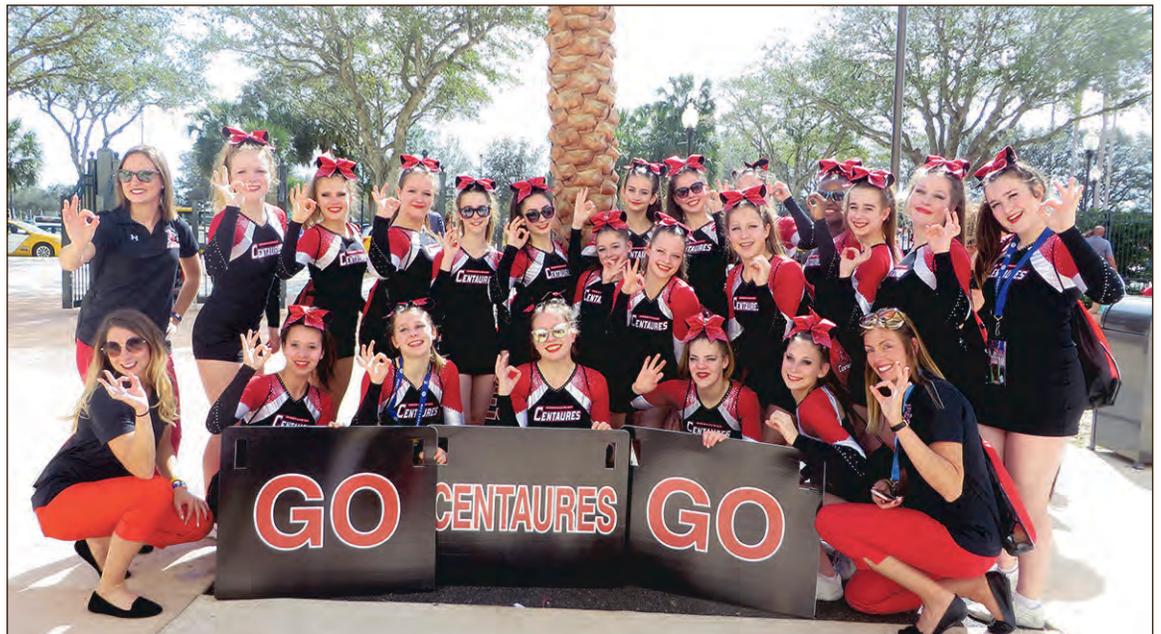
Rosalie Parent, à gauche  
Catherine Lapointe Salvas, droite  
Laurie Girard, arrière

Sara Moussodji, à gauche  
Océane Tremblay, à droite  
Anabel Tremblay, arrière

Et puis, celles qui escaladent la pyramide jusqu'en haut sont particulièrement à risque avec les culbutes, les portées, les voltiges. Deux de nos trois complices sont justement concernées par ces « sommets » d'où les voltiges s'effectuent de même que les équilibres... et les chutes volontaires et spectaculaires. Toutes les positions demeurent importantes, quel que soit l'étage de la pyramide et la solidité de l'ensemble est assujettie à une parfaite harmonie de la part de ces « alpinistes » et de leurs appuis humains. La force d'un groupe, telle une chaîne, étant limitée à son maillon le plus faible, les filles doivent, sans exception, présenter une parfaite tenue sur scène et une excellente maîtrise dans l'exercice de leur sport acrobatique.

### « Une pour toutes et toutes pour une »

Cette discipline requiert aussi un excellent esprit d'équipe, une capacité d'attention et de concentration en scène, une excellente communication et une réciprocité avec les autres. L'estime de soi, la confiance en soi, sont des atouts pour le succès de la troupe entière. En pastichant la devise des trois mousquetaires « *UN pour tous et tous pour un* », ces filles me l'ont exprimé à leur façon complice.



Médailles au cou, les Centaures ont bien mérité leurs moments de repos  
Bravo à toutes les athlètes et à leurs entraîneurs !

Ainsi, les Centaures de la Courvilloise forment, malgré une différence au niveau scolaire et des âges variés, une seule et même famille où toutes se serrent les coudes pour l'objectif commun qui induit forcément la collaboration, la fraternité, l'union et la réussite de l'opération.

À titre d'exemple de la solidarité et de la fraternité des Centaures de la Courvilloise, mes invitées m'ont mentionné ce cas où un montant d'argent avait été recueilli pour financer l'achat du gilet des Centaures parmi la troupe.

### Championnat mondial de cheerleading 2018

Le 11 février 2018, elles se sont illustrées en se classant en seconde place et en récoltant cette médaille d'argent que Marilou, avec fierté, avait apportée avec elle. Elles ont aussi remporté le prix pour le meilleur pointage parmi toutes les équipes canadiennes, toutes catégories confondues.

L'aventure des filles et de leurs parents (bien sûr) a commencé au mois de juin 2017 pour les sélections. Et, le 16 décembre 2017, sept mois après les débuts, ce fut la compétition Adrenaline avec des équipes de l'Est du Canada. « *À l'issue de cette rencontre, nous avons remporté la première place, ce qui nous a permis d'obtenir notre laissez-passer pour Walt Disney.* », m'ont écrit Marilou et Rosie Morin.

Rosie est la plus jeune, en secondaire 1, mais dégage une force mentale et une présence qui font plaisir à voir. Elle a touché à l'École de Cirque quand elle n'avait que 7 ans. Marilou et Justine ont, quant à elles, débuté le cheerleading en 2<sup>e</sup> année.

### Remerciements

Justine, Rosie et Marilou m'ont demandé de remercier les organismes et les gens qui les ont appuyées financièrement, psychologiquement ou autrement pour permettre à leur équipe de défrayer, en partie, les coûts de cet événement mondial à l'étranger. Que toutes ces personnes se voient ici remerciées chaleureusement.

Le cheerleading commence à se répandre un peu partout dans nos écoles élémentaires, institutions secondaires, collégiales, voire universitaires et n'a pas encore livré toutes ses promesses mais les jeunes pour qui la chose est devenue passion, dès l'enfance, choisissent de s'exprimer de cette façon.

Bravo aux jeunes sportives des Centaures de la Courvilloise et à Marilou, Justine et Rosie qui résident à Sainte-Brigitte-de-Laval et qui ont fait parler de notre ville.

« Mens sana in corpore sano »...

« Une âme saine dans un corps sain »

Merci à madame Danie Saint-Jean, mère de Marilou et de Rosie, pour sa collaboration et toutes les photos.

## 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**



**Sablère M.J. Vallée enr.**

Tamissage  
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](mailto:cbourget@vl.videotron.ca)



**LES IMPRESSIONS**  
**Stampa**

446, avenue Marconi Tél. : 418 681-0284 www.stampa.ca  
Québec (Québec) G1N 4A7 Fax : 418 681-1178 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

## Les Lynx du Trivent remportent des médailles



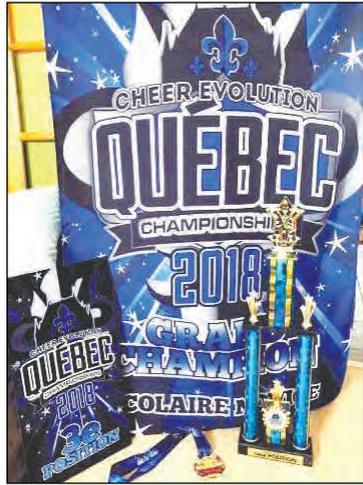
Le 24 février 2018, le Centre des congrès de Québec accueillait le Championnat québécois de cheerleading, de la Canadian Cheer Evolution, la plus grande compagnie de cheerleading au Canada.

Les équipes des *Lynx*, niveaux 1 et 2 du Service de garde de l'école du Trivent ont participé à ce championnat québécois et ont excellé devant une foule de plus de 500 personnes.

Cet événement haut en couleurs et en acrobaties, réunissait toutes les catégories et les âges : niveau 1 et niveau 2 (classement selon les difficultés), tant au primaire qu'au secondaire.

Nos jeunes championnes et champions sont repartis avec une médaille au cou:

- la médaille d'or pour les Lynx niveau 2;
- la médaille de bronze pour l'équipe niveau 1;
- De plus, les Lynx niveau 2 ont été déclarés grands champions de niveau 2 toutes catégories.



La fierté que leurs yeux révélait vaut bien tout l'or du monde et fait oublier tous les efforts exigés pour parvenir à cette qualité de performance.

Bravo aux entraîneurs, mesdames Marion Chêne et Gabrielle Brochu, au personnel du service de garde du Trivent 2, aux parents dévoués et à tous ces jeunes athlètes ! Nous souhaitons à tous d'excellents résultats pour les compétitions à venir.

*Véronique Loubier, une maman*



## Appel à tous Vente de fleurs - Centre-jardin samedi le 26 mai 2018



La vente de fleurs fêtera sa 23<sup>e</sup> année d'existence à Sainte-Brigitte-de-Laval le samedi 26 mai 2018.

Étant impliquée depuis le début, je me rappelle que cette activité a commencé comme moyen de financement pour un regroupement de scouts afin de financer leurs activités. Des parents se sont mobilisés et ont organisé à chaque printemps un Centre jardin d'un jour avec un producteur de l'Île d'Orléans. Cette idée répondait à un besoin auprès de la population de Sainte-Brigitte-de-Laval qui désirait acheter des produits d'horticulture dans leur quartier.

Après quelques années, le mouvement scout n'existant plus, la vente continua avec des parents pour financer les activités de l'Association de baseball de Sainte-Brigitte-de-Laval.

Les treize dernières années, pour le plaisir, j'ai continué à organiser cette vente avec quelques passionnés d'horticulture. Les bénéficiaires étaient remis à des organismes de la communauté.

Cette campagne de financement est bien établie et répond à un réel besoin de la population, il serait donc très intéressant qu'un regroupement sportif ou culturel puisse reprendre cette activité pour les années futures. La quincaillerie Rona ayant récemment fermé ses portes, il serait dommage pour les Lavallois de perdre cette activité de proximité.

J'invite donc toute personne ou organisme, ayant la même vision de bénévolat, à s'impliquer pour éventuellement prendre en charge cette belle activité. Je suis disponible pour faire le transfert de connaissances afin d'assurer une bonne continuité de cette campagne de financement.

Si ce projet vous intéresse, veuillez me contacter par téléphone au 418 825-3100 ou par courriel au [rki@ccapcable.com](mailto:rki@ccapcable.com) et ce, avant le 1<sup>er</sup> mai 2018.

**Rachel Kirouac, prés.**

Comité de la vente de fleurs  
Centre jardin d'un jour

# BM TEC

ÉLECTRIQUE  
ENTREPRENEUR ÉLECTRICIEN

RBQ 5680-7662-01

 Corporation  
des maîtres électriciens  
du Québec

418 825-5578

418 955-5578

[info@bmtec.ca](mailto:info@bmtec.ca)

ENTREPRENEUR GÉNÉRAL

  
RBQ: 5646-9802-01  
**CONSTRUCTION F.G.**  
ENTREPRENEUR GÉNÉRAL  
COMMERCIAL ET RÉSIDENTIEL  
**418-809-2895**  
[www.constructionfg.com](http://www.constructionfg.com)  
[info@constructionfg.com](mailto:info@constructionfg.com)

 Plus de 20 ans d'expérience  
**Plomberie**  
**Denis Lajeunesse**  
Résidentiel et commercial  
Service de réparation  
Tél : 418 998-3446 Fax: 418 661-9127  
1 239, Boul. Raymond, Québec, G1B 1K1

Communauté chrétienne de Sainte-Brigitte-de-Laval  
Paroisse Notre-Dame-de-Beauport

## Activité bénéfique

Souper spaghetti  
Encan de biens et services  
Donateurs locaux  
Soirée dansante avec Micheline et Jean-Guy Boutet

Le samedi 10 mars 2018 à 18 h  
Gymnase de l'école du Trivent 1  
3, rue du Couvent, Sainte-Brigitte-de-Laval

Spécial pour les familles  
2 adultes et enfants de moins de 12 ans - 30 \$  
1 adulte et enfants de moins de 12 ans - 18 \$  
Personne : 13 ans et plus - 12 \$

Permis de consommation - Apportez vos breuvages  
Achat de billets : 418 825-2596 - 418 931-7116



Raymond Bernier  
Député de Montmorency  
ASSEMBLÉE NATIONALE  
SOUS-CLASSE



Joël Godin  
Député Portneuf-Jacques-Carré  
SMA 104-105, Saint-Augustin-de-Desmaures - 418 879-8007 - jg@parlament.ca



Matinées mères-enfants

## Fête familiale 2018

Venez fêter avec nous  
Samedi le 7 avril prochain de 10 h à 15 h

Les Matinées mères-enfants présentent la 7<sup>e</sup> édition de leur grande fête familiale au gymnase de l'école du Trivent 1.

- Jeux gonflables Proludik
- Personnificateurs de Star Wars (501<sup>e</sup> Légion)
- Atelier-bricolage avec au Précieux temps
- Atelier de pose de vernis à ongles avec Familiprix
- Animation clownesque avec Jacques Pétard
- Tire sur la neige avec la Maison des Jeunes La Barak
- DJ Danik Desrochers
- Maquillage
- Comptoir-lunch de collations et repas légers maison
- Tables d'exposants d'entreprises lavalaises
- D'autres surprises
- Le coût d'entrée est de 3 \$ par enfant et servira entièrement à financer les Matinées mères-enfants, un dynamique organisme de chez vous.

De nombreux prix de présence offerts par nos généreux commanditaires seront attribués par tirage tout au long de la journée.

C'est un rendez-vous.

Maude Émond, responsable des Matinées  
matineesmeresenfants@hotmail.com  
Page Facebook : Matinées mères-enfants SBDL  
Tél. : 418 907-9800



## Service de repas pour les garderies en milieu familial

  
À vos marques,  
prêt, savourez!

- Vous êtes propriétaire d'une garderie en milieu familial, faites comme plusieurs de nos clientes et simplifiez-vous la vie pour les repas de vos petits amis. Venez nous rencontrer à la fête familiale pour déguster nos mets préparés.
- «À vos marques, prêt, savourez» offre non seulement des mets de qualité que les enfants raffolent, mais aussi, les portions sont généreuses et leur prix très abordable! J'ai adoré pouvoir goûter à leurs repas et discuter avec eux de mes besoins. Annie Pruneau
- «Après avoir essayé plus de 3 traiteurs, c'est avec une très grande satisfaction que j'offre aux enfants de mon milieu familial les repas de «À vos marques, prêt, savourez»! Le menu sur 6 semaines offre une variété de mets préparés comme à la maison! Cristel Morel

Fête  
familiale  
le 7 avril  
Trivent 1  
de 10h à 15h

Venez nous rencontrer à la fête familiale  
ou contactez-nous au 418 606-2070  
ou savourezsbd@gmail.com

# Programme d'aide aux familles SBDL

par Jean-François Gerardin

Les membres du CA des Matinées-mères-enfants ont annoncé en octobre dernier la création du Programme d'aide aux familles de SBDL.

Voulant faire mieux connaître cette initiative, mesdames Maude Émond, Marie-Aude Lemaire et Émilie Carrier m'ont invité à venir les rencontrer dans leur local situé au sous-sol de la Barak (MDJ) au 7, rue de la Patinoire.

Pendant que les enfants jouaient sagement, nous avons pu échanger longuement sur le projet qui était au menu de cette rencontre vivante et charmante. Comme dans toutes les entrevues que j'ai eu le plaisir de réaliser, j'en suis ressorti plus riche qu'à l'arrivée... encore une fois.

## Pourquoi un tel projet d'aide ?

J'emprunte l'extrait suivant du document de présentation de madame Émond et de ses collègues car il campe très bien la situation présente.

«... souvent confrontées, en tant que membres du CA des MME (Matinées Mères Enfants) à des problèmes graves et lourds touchant des familles fréquentant les MME ou leur réseau. »

« Souvent, nous avons sollicité l'aide de nos membres afin qu'elles nous prêtent main forte pour le gardiennage, pour des dons à faire transiter par un traiteur, pour la réalisation de plats maison. »

« Malgré le succès rencontré lors de ces sollicitations, force nous est de constater que les besoins sont plus nombreux, notre réseau de membres allant grandissant d'année en année. De plus, les membres actifs et impliqués dans les actions de ce genre sont régulièrement les mêmes. »

Or, « elles participent souvent à d'autres demandes de bénévolat dites « régulières » au courant de l'année. À titre d'exemple la confection de collations mises en vente lors de deux événements à ne pas manquer : le Festival des Neiges et notre Fête Familiale. »

« Le but de ce programme d'aide est donc, également,

de ne pas trop en demander à nos membres qui ont aussi leur famille et leur vie privée à ne pas négliger. »

« Enfin, nos ressources financières étant trop limitées, nous ne sommes pas en mesure d'aider autant que nous le voudrions. »

## Une bouée de sauvetage

Cette équipe m'est donc apparue comme une véritable bouée de sauvetage pour des familles de notre communauté qui, subitement, connaissent de lourdes difficultés. Le projet du Programme d'aide aux familles de SBDL est déjà sur les rails et permet à des personnes en urgence de faire face aux drames subits dans les meilleures conditions matérielles et psychologiques.

Les personnes qui ont jusqu'à maintenant profité d'un service d'aide ponctuel, furent ainsi sélectionnées en raison de la pertinence de leur dossier ou de la nature gravissime de l'événement déclencheur : impacts subits, imprévus très souvent et qui affectent lourdement toute personne fragile. Nous le sommes tous à des niveaux différents mais quand frappent subitement à la porte suicides, accidents, maladies, accouchements, relevailles douloureuses, incendie, etc. L'urgence impose sa loi et une bonne dose d'humanité et de compassion « concrète » demeurent essentielles en l'occurrence.

## Conditions pour y être admissibles

Le comité de sélection sera composé de cinq personnes, décidant à l'aveugle, c'est-à-dire, sans que le nom de la demandeuse ou du demandeur ne leur soit révélé. Une grande équité, une grande objectivité et une totale discrétion marquent le travail d'analyse, la sélection des dossiers retenus, les décisions afférentes selon des critères précis.

1. Les gens concernés par cette aide sont invités à faire eux-mêmes leur demande en exposant leur situation problématique à :

[aidefamilleSBDL@hotmail.com](mailto:aidefamilleSBDL@hotmail.com)

+

2. Du même souffle, nous invitons quiconque ayant

pris connaissance du besoin d'aide de quelqu'un, voisin ou connaissance, à formuler une demande d'aide à cette adresse électronique. \*

3. Afin de bénéficier du programme d'aide, certaines conditions doivent baliser cette demande. Voici des critères d'admissibilité auxquels le CA actuel a pensé d'emblée.

- Être résidant(e) de Sainte-Brigitte-de-Laval;
- Être parent d'enfants âgés de 0 à 12 ans;
- Vivre une difficulté soudaine, imprévue et majeure;
- Exprimer le besoin d'une aide temporaire.

\* Ce n'est pas chose facile que de demander de l'aide aux autres, Voilà pourquoi nous croyons qu'il s'agit là d'une démarche qui, parfois, nécessite même de passer par des intermédiaires qui prennent le relais et adressent eux-mêmes ou elles-mêmes les demandes pour une étude de cas. Et, bien sûr, il faut l'assentiment des personnes dont on prend la place.

L'appui aux familles sélectionnées n'est pas financier proprement dit, mais vise à faciliter concrètement l'organisation de la vie quotidienne de ces familles sans pour autant négliger les besoins de base en alimentation et en services connexes.

## Analyse et intervention

Pour une intervention ponctuelle et adéquate, le comité s'est donné l'obligation d'agir dans un délai maximum d'une semaine. Ce comité n'étant constitué présentement que de trois personnes, vous pouvez aisément imaginer le nombre d'heures additionnelles au quotidien de ces mamans engagées dans des tâches domestiques additionnelles à celles de leur propre foyer et famille.

Appel à la solidarité et à la communauté

**Maude, Marie-Aude et Emilie, noyau précieux de cet organisme familial bénévole, lancent un appel à LEUR communauté SBDL pour que des volontaires et des bénévoles viennent mettre l'épaulé à la roue.**



## 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



ENTREPRENEUR GÉNÉRAL ET SPÉCIALISÉ

418, AVENUE SAINTE-BRIGITTE,  
SAINTE-BRIGITTE-DE-LAVAL QC  
GOA 3K0

**MARTIN CHABOT**  
CELL: 418 808-0588  
TÉL. : 418 825-1954

[CHABOTCONSTRUCTION.CA](http://CHABOTCONSTRUCTION.CA)

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



TIRAGE

COURRONS LA CHANCE  
DE GAGNER  
LE DOUBLE DE VOTRE  
ACHAT D'ESSENCE

- Essence
- Propane

## Programme d'aide (suite)

Notre ville ne compte plus ses bénévoles engagé(e)s dans tant de missions axées sur le bien-être de la famille, tout comme notre Saint-Vincent de Paul, notre Centre de Santé, la Fabrique et ses fidèles marguilliers. Ces personnes ont permis et permettent toujours de mener à terme des interventions et des projets, avec succès, discrétion et humanisme.

## La relation d'aide et son coût

Le risque, voire le danger de s'épuiser en relation d'aide est documenté et doit être pris en considération très sérieusement. Mes interlocutrices en étaient très conscientes mais j'ai tenu à en discuter avec elles. Quand on est passionnée et qu'on désire l'équité, il y a avantage à économiser ses énergies et ne pas être des cordonniers mal chaussés qui oublient de bien s'équiper en premier.

À cet égard, une de mes trois interlocutrices raconte la remarque que sa fille de 9 ans lui avait adressée : « Tu aides les autres, et toi maman ? » Je pense que le besoin de nouvelles collègues et mamans s'impose pour venir épauler cette équipe.

## Un comité formé en soutien au Programme d'aide

En octobre dernier, Maude, Marie-Aude et Émilie lançaient un appel à la population afin de rassembler autour d'elles une équipe de bénévoles afin de mettre l'épaule à la roue au sein du Programme. Tous et toutes étaient bienvenus. C'est ainsi que plusieurs jeunes femmes : Karine Bilodeau, Maude Langevin, Laurie Thibault-Julien, Jessika Pinkos, Caroline Huot et Marie-Andrée

Cloutier, toutes des citoyennes de SBDL, se sont jointes à elles lors d'une première rencontre faisant l'étalage des besoins du conseil d'administration, et permettant à toutes de s'exprimer sur ce qu'elles étaient prêtes à offrir (temps pour du ménage, pour cuisiner, accompagnement aux devoirs, présence à la maison, gardiennage, recherche de commandites, etc.).

Une équipe solide fut ainsi formée, mais certains besoins restent à combler, en particulier en termes d'entretien ménager, les personnes oeuvrant dans le domaine étant souvent fort en demande. De plus, toute personne qui aimerait offrir du temps est la bienvenue, puisque les besoins à combler sont grands et surtout presque immédiats lorsque vient le temps de soutenir une famille dans le besoin.

## Motifs personnels des trois complices

Ces trois mamans dédiées à la famille et aux enfants ont choisi de se vouer à cette cause palliative, je pèse mes mots, afin de répondre à un besoin de se réaliser, de se sentir accomplies, utiles. Le « métier » de maman à la maison n'est guère valorisé au regard de sa réalité. Sortir de la maison devient un stimulant et ce projet ne peut que leur apporter un bonheur intrinsèque, c'est-à-dire, portant en lui-même sa récompense,

Leur organisme initial, Matinées-mères-enfants est devenu, depuis dix ans, avec Maude qui en a repris les rênes et ses amies qui l'ont rejointes par nécessité et par envie, un lieu de rencontres, d'échanges, de projets et de justice distributive. Ces femmes sont d'excellentes agentes de changement qui vont, progressivement, initier de profonds changements au plan de la conscience et de la solidarité citoyenne.

## Un très généreux bénévole

Je ne peux que répéter, au trio du c.a. des Matinées-mères-enfants, mon admiration et mon soutien pour leur passion et leur ardeur au sein de cet organisme incontournable dans une société comme la nôtre qui prend de l'expansion et qui honore notre communauté.

Bravo à Maude Émond, Émilie Carrier et Marie-Aude Lemaire, au Programme d'aide aux familles SBDL et aux aides ponctuelles qui se sont manifestées !

Notre communauté s'enrichit, petit à petit, d'organismes qui s'ouvrent de plus en plus à une justice distributive et à des interventions de soutien aux plus démunis au moment d'un drame inattendu et imprévisible.

Comme nos pompiers et premiers intervenant(e)s, on tente d'éteindre le feu le plus vite possible et de proposer immédiatement une aide concrète aux victimes d'un événement qui les plonge pour les premiers jours dans une situation si pénible qu'ils deviennent incapables d'y faire face sans une aide rapide et concrète.

Encourageons nos bénévoles  
Rejoignons leurs rangs à la mesure de nos moyens

Vous pouvez rejoindre Maude Émond, Émilie Carrier ou Marie-Aude Lemaire, les trois responsables de l'organisme bénévole légalement et dûment enregistré, sous le nom de « Programme d'aide aux familles SBDL » à l'adresse courriel qui suit :

[aidefamilleSBDL@hotmail.com](mailto:aidefamilleSBDL@hotmail.com)



## 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)



## Collecte de sang au Trivent, fierté des 6<sup>e</sup> années

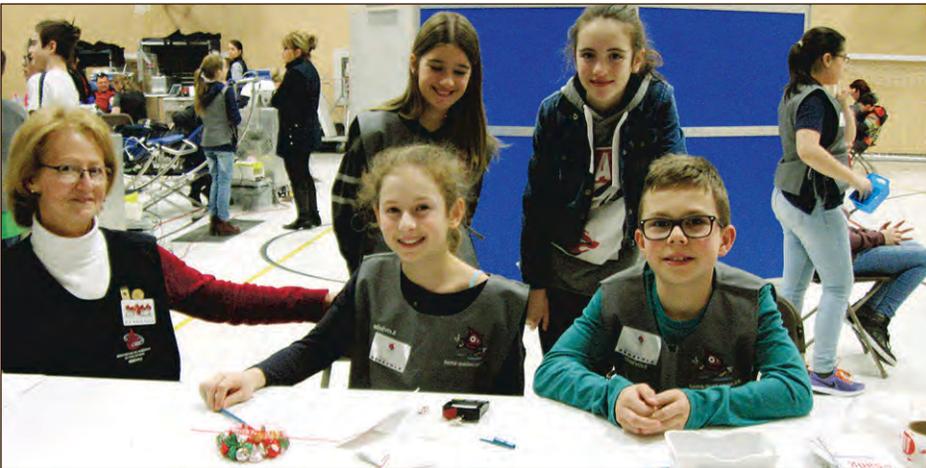


Les personnes responsables d'Héma-Québec qui viennent à l'école du Trivent sont toujours très heureuses de travailler avec nos jeunes Lavallois accueillants, responsables et très fiers de leur participation à cette activité communautaire essentielle.

Cette année, les élèves de 6<sup>e</sup> étaient plus nombreux à vouloir participer à cette activité, de sorte que trois équipes ont été formées pour aider à la collecte de sang du vendredi 26 janvier dernier, une journée pédagogique, entre 14 h et 20 h.

Encore cette année, leur superviseure, M<sup>me</sup> Véronique Richard de Héma-Québec, n'a eu que de bons mots à dire à leur sujet : respect des consignes, distinction, politesse et capacité à bien expliquer aux donateurs les étapes à suivre.

### Félicitations à tous les bénévoles !



**Accueil :** M<sup>me</sup> Véronique Richard, superviseure, et les jeunes : Maeva, William, Mélissa, Maria

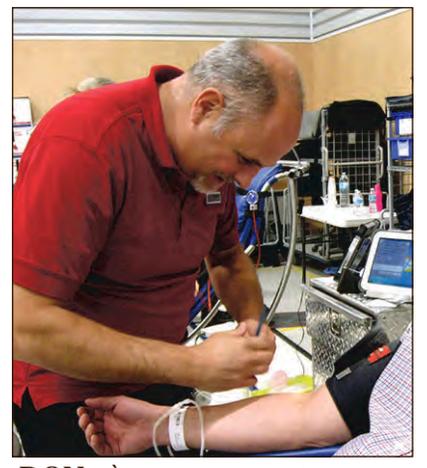


**Inscription :** Sophie donne un numéro et offre une chaise. **Questionnaire à remplir :** Justin et Francis sont disponibles.

Le donneur doit boire un verre d'eau

Rencontre avec une infirmière

Attente avant de rencontrer l'infirmier (ère) qui collectera votre sang



**DON :** À l'infirmier Gilles Ouellet, le patient donne 460 ml de son sang.



**Repos et collation :** Marc-André raccompagne un donneur au lit de repos et lui offre une collation.



**Pansement et départ :** Amélie attend que le patient se soit reposé au moins 5 minutes, lui met un pansement et le donneur peut quitter.



Meghan et Loïla attendent avec ceux qui ne peuvent partir à ce moment.



**Bénévoles toujours prêts :** Anthony, Roselyne et Axelle

**Merci à tous les généreux donateurs !**

À 16 h 20, 60 donateurs s'étaient déjà présentés. J'ai posé des questions à plusieurs jeunes bénévoles et ils m'ont tous répondu avec gentillesse, fiers de partager ce qu'ils savaient et heureux de participer à cette cause importante.

**Un seul don peut sauver 4 vies.**

Louise Côté, texte et photos

# 50 ans

## BILODEAU

CHEVROLET • BUICK • GMC

1965 • 2015

### LE DÉFI DU DÉTOUR...

BILODEAU vous garantit le meilleur prix ou nous payons votre déplacement

- Service de 7h30 à 19h00 du lundi au vendredi
- On va chercher votre véhicule
- Plus de 15 voitures de courtoisie
- Tarif horaire pour entretien **99<sup>95</sup>\$**

9641, boul. Ste-Anne, Ste-Anne-de-Beaupré • 418 827-3773

www.bilodeauautos.ca



## Club de soccer SBDL

- Lors de notre soirée d'inscription, le mercredi 12 mars 2018 au Parc des Saphirs, 175, rue Kildare, de 18 h 30 à 20 h.

Peu importe l'option choisie pour procéder à vos inscriptions, la méthode de paiement reste la même : vous vous devrez de poster votre paiement (chèque ou argent, avec votre feuille d'inscription imprimée à partir de notre site Internet ou du site Web - section des loisirs de la municipalité, ou encore avec votre bordereau d'affiliation si vous vous êtes inscrits en ligne) à l'adresse postale suivante :

Club de soccer SBDL  
C.P. 1026  
Ste-Brigitte-de-Laval, Qc  
G0A 3K0

Nous espérons voir ou revoir les jolies frimousses de vos enfants sur le terrain cette année et espérons que vous serez nombreux à rejoindre les rangs de nos équipes senior.

*Marie-Aude Lemaire*

### Assemblée générale

Le club de soccer SBDL convie toute la population lavaloise à son assemblée générale annuelle

le 21 mars 2018 à 18 h 30  
au 175, rue Kildare (parc des Saphirs)  
à Sainte-Brigitte-de-Laval

À l'ordre du jour :

- Présentation du rapport annuel d'activités 2017
- Présentation du rapport financier 2017
- Période de questions

Venez nous rencontrer pour mieux connaître votre Club, partager vos idées ou vous impliquer avec nous.

*Marie-Aude Lemaire*

## Inscription - Saison 2018

La saison de soccer approche rapidement pour petits et grands. Malgré le temps froid et la grande quantité de neige sur nos terrains, tous les bénévoles du Club de soccer SBDL travaillent à préparer la saison 2018. Le moment est donc déjà venu de songer aux inscriptions. Cette année, elles se dérouleront du 26 février au 26 mars. Surveillez attentivement la sortie du formulaire et des détails sur les inscriptions afin de prendre connaissance des nouveautés qui vous sont offertes cette année.

Pour la prochaine saison, au niveau junior, les enfants nés entre 2005 et 2014 pourront intégrer les rangs de nos équipes U13 à U4. Pour les adultes de niveau récréatif, il y aura chaque semaine une partie intramunicipale, ainsi qu'une partie intermunicipale de calibre légèrement supérieur. Il sera libre à chaque joueur de se présenter à une seule partie de leur choix ou encore aux deux parties, chaque semaine de l'été, et ce pour le même prix puisqu'il y aura un tarif unique.

Nous comptons également une excellente équipe de niveau senior compétitif. Veuillez entrer en contact avec nous via le courriel si vous manifestez un intérêt pour notre équipe senior compétitif à [info@soccersbdl.com](mailto:info@soccersbdl.com).

### Nous vous offrons 3 façons de vous inscrire ou d'inscrire votre enfant :

- Surveillez notre formulaire sur le site Web - section loisirs de la municipalité, ou encore, rendez-vous directement sur notre site Web à l'adresse suivante : <http://www.soccersbdl.com> afin de le faire imprimer et de nous le faire parvenir par la poste.
- En ligne, sur le site de TSI SPORTS à l'adresse suivante et en suivant la démarche indiquée : il est toutefois très important de nous envoyer le bordereau d'affiliation avec votre paiement afin que nous puissions annexer le paiement à votre inscription.

## Clinique de perfectionnement printanière

**PSSSST...** Une autre période d'inscription est également en cours au Club de soccer SBDL, cette fois pour notre **Clinique de perfectionnement 2018**.

**Période d'inscription :** Du 26 février au 26 mars

**Pour qui :** Tout joueur ou joueuse entre 9 et 13 ans

**Quand :** Les 7 et 8 avril 2018 – de 9 h à 11 h

**Où :** Au gymnase du Trivent 2

**Entraîneurs :** Simon Morissette et Natasha Côté

**Places disponibles :** 16

**Coût :** 40 \$ pour la fin de semaine

**Comment s'inscrire :**

En faisant imprimer le formulaire d'inscription sur notre site Web à l'adresse suivante: <http://www.soccersbdl.com/>. Le formulaire est également disponible sur le site Web de la ville et sur Facebook. Le coût est de 40 \$ pour la fin de semaine, payable par chèque (aucun rabais famille ne sera offert pour cette activité). Le formulaire et le chèque doivent être envoyés à notre adresse postale au Club de soccer SBDL, C.P. 1026, Sainte-Brigitte-de-Laval, Québec, G0A 3K0.

*Marie-Aude Lemaire*



**WR Wilbrod Robert**  
Une maison familiale  
[wilbrodrobot.com](http://wilbrodrobot.com) 418 661-9223

**Commémorer. Tout en musique...**

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

**CLÔTURE DE LA CAPITAL Inc.**  
DEPUIS 1978

- Clôture maille de chaîne, bois, fer
- Lattes
- Poteaux de corde à linge
- Creusage de trous
- Clôture piscine amovible
- Enclos à chiens

2699, boul. Louis XIV  
Québec (Québec) G1C 5S9  
[www.cloturedelacapital.com](http://www.cloturedelacapital.com)

Tél. : 418 661-5756  
Fax : 418 661-0843  
R.B.Q. : 8348-2299-47

**SH MACHINERIE Inc.**

**SÉBASTIEN HUOT**  
Cell. : 418-264-5454  
Fax : 418-825-5133  
[shmachinerie@hotmail.com](mailto:shmachinerie@hotmail.com)

RBO : 5629-7039-01 [www.shmachinerie.com](http://www.shmachinerie.com)

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

**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

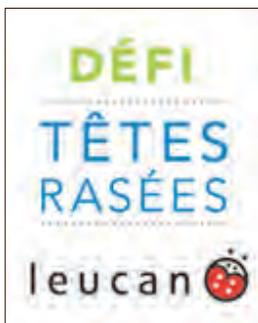
1265, boulevard Charest Ouest,  
bureau 1200, Québec (Qc) G1N 2C9  
T 418.628.6019 F 418.628.5200  
[www.groupealtus.com](http://www.groupealtus.com)

# Des nouvelles de la MRC de La Jacques-Cartier

Défi têtes rasées Leucan

## En 2018, faites la différence

Pour une 6<sup>e</sup> année consécutive, les services incendie de la région, la Sûreté du Québec et la MRC de La Jacques-Cartier se mobilisent en vue du Défi têtes rasées de la MRC de La Jacques-Cartier, qui aura lieu, cette année, à Stoneham-et-Tewkesbury, sous la présidence d'honneur de M. Yvan Petitclerc de Prentis and Carlisle.



Le bilan des cinq éditions passées du Défi têtes rasées de la MRC de La Jacques-Cartier est impressionnant. En cinq ans, non seulement, chaque année, une quarantaine de personnes, dont plusieurs femmes, ont accepté de se faire raser le coco, mais plus de 200 000 \$ ont déjà été remis à Leucan afin de venir en aide aux enfants atteints de cancer et à leur famille.

### Faire la différence

La cause des enfants atteints de cancer vous interpelle ? Vous aussi vous pourriez faire une différence, soit en tant que participant du Défi têtes rasées ou en encourageant l'un des participants. Inscription ou détails supplémentaires au [www.tetesrasees.com](http://www.tetesrasees.com).

## Rendez-vous de l'emploi de La Jacques-Cartier

### Choisis ton nouveau défi

À la recherche d'un nouveau défi professionnel ? Envie de changer de carrière ? Encerclez tout de suite le 12 avril prochain à votre agenda car les Rendez-vous de l'emploi de La Jacques-Cartier au Centre de la Famille Valcartier sont de retour.

De 15 h à 19 h 30, une trentaine d'employeurs seront sur place pour rencontrer les chercheurs d'emploi.

Plus de détails au [www.rdvemploi.blogspot.ca](http://www.rdvemploi.blogspot.ca).



Société de développement économique de la Jacques-Cartier

## Envie de vous impliquer dans votre communauté ?



Vous êtes un entrepreneur et aimeriez contribuer davantage à votre communauté ? En devenant membre de la Société de développement économique (SDE) de La Jacques-Cartier, vous serez à même, par votre expérience et votre expertise, de contribuer au développement économique, touristique et social de votre région.

Deux sièges au conseil d'administration seront d'ailleurs en élection lors de la prochaine assemblée générale annuelle du 27 mars prochain.

Devenez membre, tout à fait gratuitement, en remplissant le formulaire au [www.sde.jacques-cartier.com](http://www.sde.jacques-cartier.com).

### À propos de la SDE de La Jacques-Cartier

Digne successeur du CLD, la SDE de La Jacques-Cartier est le carrefour du développement des affaires dans la région. Elle offre notamment des services de soutien et d'aide financière aux entreprises et promoteurs du territoire.

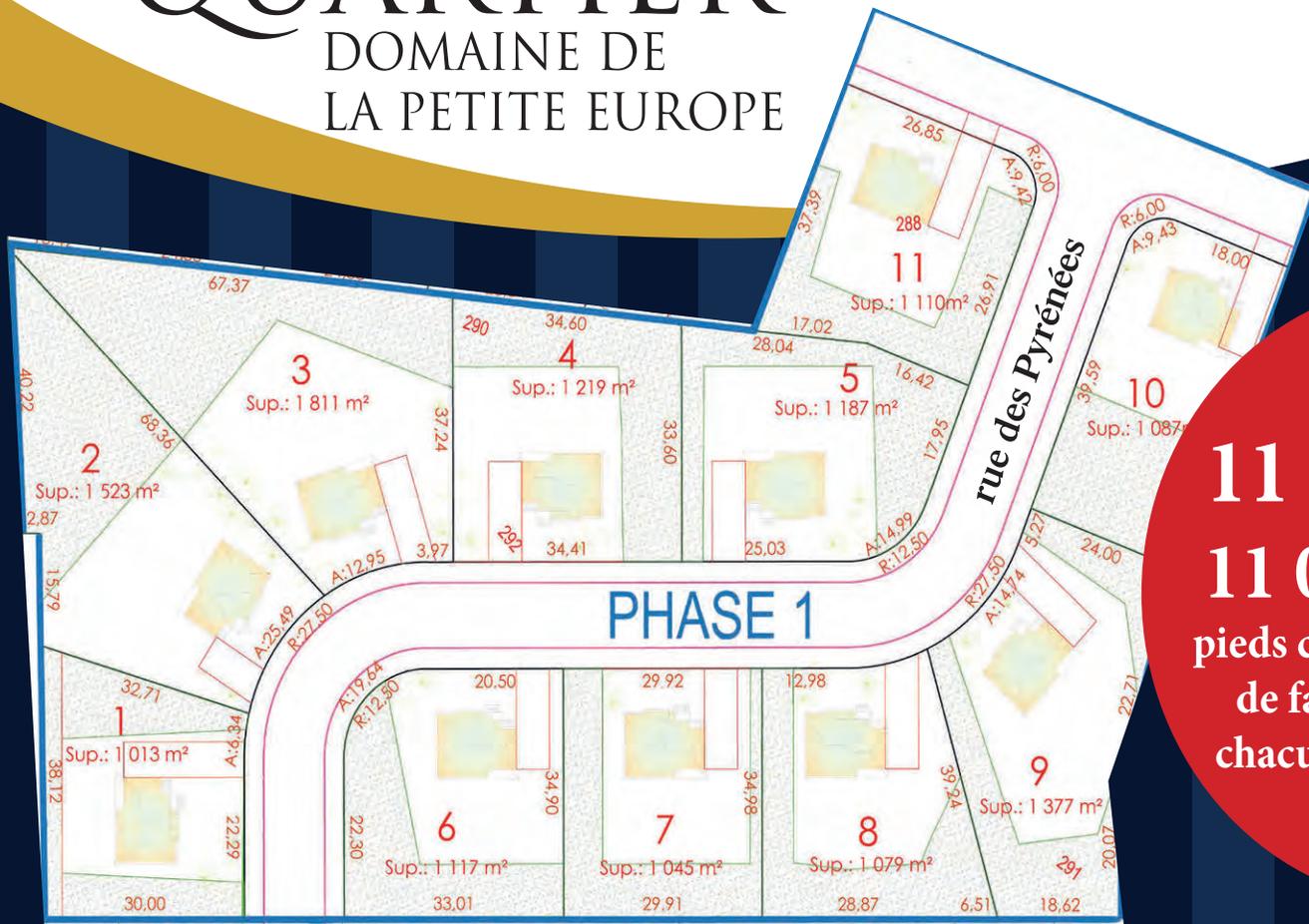




# LE QUARTIER

DOMAINE DE  
LA PETITE EUROPE

À partir de  
**85 000\$**  
incluant les services  
municipaux  
(eau et d'aqueduc)



**11 terrains de  
11 000 à 19 500  
pieds carrés avec 100 pieds  
de façade comportant  
chacun une zone boisée.**

POUR INFORMATION CONTACTEZ LE  
**418-255-8271** OU AU  
**DEVALLIERES.COM**

TRA **1 888 797-3286**  
**info@degrandprepuits.com**  
RBQ : 8335-7996-13 R



DE *Vallières*

CONSTRUCTION  
ENTREPRENEUR GÉNÉRAL



FINANCEMENT PRÉ APPROUVÉ



**Desjardins**

R.B.Q. 5650-4202-01



## Un bonheur pour les jeunes de l'école du Trivent



C'est avec beaucoup de reconnaissance que les membres du personnel de l'école du Trivent, les élèves et les parents remercient tous les partenaires financiers qui ont généreusement donné pour l'aménagement des cours d'école des pavillons I et II.

### MERCI à

M. Raymond Bernier, député de Montmorency  
La Ville de Sainte-Brigitte-de-Laval  
La Caisse populaire Desjardins de Beauport  
L'organisme de participation des parents de l'école du Trivent (OPP).

Votre générosité est très précieuse.

Nadine Tremblay, directrice  
Mélanie Tessier, directrice adjointe

## Des récréations de qualité



Les services de garde des écoles du Trivent, Montagnac et du Harfang-des-Neiges ont décidé de collaborer afin d'optimiser les périodes de récréation. Afin de les aider dans la réalisation de ce grand projet, la **Fondation McConnell** leur a octroyé une subvention considérable de 78 000 \$ sur trois ans.

Le projet « *Des récréations de qualité* » se déroulera sur quatre années et permettra à plus de 2 000 enfants de vivre leur récréation différemment, dans un environnement stimulant qui favorise leur réussite éducative, de même que leur santé physique, mentale et émotionnelle.

Pour les trois écoles, comme pour La Fondation, la priorité est de répondre aux besoins des élèves en leur offrant une variété d'activités animées qui les passionnent. Elles seront adaptées aux différents moments de l'année pour en profiter pleinement.

Le personnel des services de garde s'engage à promouvoir les nouvelles activités auprès des élèves pour permettre à chacun d'eux de s'épanouir. Une belle façon de les motiver à participer à la vie scolaire.

Le projet prévoit également des changements dans l'encadrement des périodes de récréation pour qu'elles soient toujours mieux adaptées aux besoins diversifiés des élèves.

Des surveillants supplémentaires seront ajoutés dans la cour pour animer les activités. Ces personnes seront disponibles et outillées pour aider les enfants à vivre de façon harmonieuse entre eux et, ainsi, développer plusieurs habiletés sociales.

Les écoles sont également soutenues dans ce projet par l'organisme *Cantons'active*.

 Commission scolaire des  
**PREMIÈRES-SEIGNEURIES**  
*Inspirer pour devenir*

 **LES CONSTRUCTIONS MAURICE FORTIER & FILS**  
ENTREPRENEUR GÉNÉRAL  
Rénovation - Menuiserie générale générale & commerciale  
jocelynfortier@ccapcable.com  
354 ave Ste-Brigitte Martin tél: 825-5067  
Sainte-Brigitte-de-Laval cel: 520-1208  
Québec G0A 3K0 Jocelyn tél: 825-2392  
R.B.Q. 1360-2453-03 fax: 825-4126

 **LUMINORE ÉLECTRIQUE INC.**  
**ÉLECTRICIEN**  
Tél. : 418-683-4981  
Cell. : 418-808-4981  
administration@luminore.ca 

 **Rembourrage Gilles Noël**  
RÉSIDENTIEL & COMMERCIAL  
Rembourrage de tous genres - Estimation gratuite  
Intérieur de roulottes et motorisés - Travail garanti  
Décapage et finition de meubles  
**418 825-3568** gnoel@ccapcable.com  
43, du Centre Ste-Brigitte-de-Laval G0A 3K0

**ABAT-POILS TOILETTAGE**  
  
chiens & chats  
**418 825-2103**   
Réservation 192, ave Sainte-Brigitte  
Service personnalisé Sainte-Brigitte-de-Laval

**DEGRANDPRÉ**  
Puits artésiens  
Puits ▼ Pompes ▼ Traitement d'eau  
1 888 797-3286  
info@degrandprepuits.com  
RBQ: 8335-7996-13

 **ÉLECTRICIEN**  
RÉNOVATION - CONSTRUCTION  
RÉPARATION - MAINTENANCE  
**Rémy Drouin**  
Expérience familiale depuis 1936  
**418 606-2133**  
REMYDROUINELECTRICIEN@GMAIL.COM  
RBQ 5894-1495 C.M.E.Q.14924



## L'Âge d'Or de Sainte-Brigitte-de-Laval

[www.agedor-sbdl.org](http://www.agedor-sbdl.org)

[www.facebook.com/agedor.saintebrigittedelaval/](https://www.facebook.com/agedor.saintebrigittedelaval/)

### Déjeuners au restaurant Le Lavallois

Les mardis 13 mars et 10 avril à 9 h, nous vous attendons au restaurant Le Lavallois pour un déjeuner amical. Réservez et payez avant le 6 avril car les places sont limitées. Taxes et service inclus

Prix : 6 \$ membre SBDL, 8 \$ non-membre

Responsables :

Céline Falardeau 418 825-3408

Jean-Marc Jennings 418 825-1527

### Tournoi de Whist

Participez à notre tournoi de Whist, le mardi 20 mars à 12 h 45, au sous-sol de l'église. Les équipes seront formées au hasard. L'argent recueilli sera remis en bourse.

Insc. : 2 \$ membre, 5 \$ non-membre

Réservez votre place auprès de :

Lilianne Lacroix 418 825-1527

### Brunch au restaurant Pizza Passion

Le dimanche 25 mars à 11 h, venez déjeuner avec nous au restaurant Pizza Passion, 272, ave Seigneuriale.

Prix : 10 \$ membre SBDL, 15 \$ non membre

Réservez avant le 15 mars auprès de :

Céline Falardeau 418 825-3408

Lilianne Lacroix 418 825-1527

### Partie de sucre

Célébrons le printemps en participant à une partie de sucre à Sainte-Famille de l'Île d'Orléans, le mercredi 4 avril. Le transport se fera en autobus, départ à 15 h 45 du 4, rue de la Patinoire.

Apportez vos consommations (vin, bière, liqueurs)

Réservez requise avant le 28 mars.

Prix : 15 \$ membre SBDL, 22 \$ non-membre

Responsables :

Jean-Marc Jennings 418 825-1527

Céline Falardeau 418 825-3408

### Dîner communautaire

Le mardi 27 mars à 11 h 15, au sous-sol de l'église aura lieu notre dîner communautaire mensuel. Une réservation est nécessaire avant le 23 mars.

Prix : 6 \$ membre, 10 \$ non-membre

Responsables :

Lilianne Lacroix 418 825-1527

Céline Falardeau 418 825-3408

### Tournoi de quilles amical

Le samedi 7 avril, au salon de quilles Saint-Pascal à 13 h, se tiendra un tournoi de quilles amical.

Coût : 15 \$ Inscription obligatoire.

Responsable :

Yvon Lamarre 418 825-2784

### Tournois de Kaiser et Politaine

Les mardis 13 mars et 10 avril à 12 h 45, au sous-sol de l'église, nous tiendrons un tournoi de Kaiser et de Politaine. Les équipes seront formées au hasard. L'argent recueilli sera remis en bourse et le club ajoutera 40 \$. Nous ferons également le tirage de prix de présence.

Insc. : 2 \$ membre, 5 \$ non-membre

Réservez votre place auprès de :

Lilianne Lacroix 418 825-1527

### Fête du Printemps

Notre Fête du Printemps aura lieu le 5 mai au centre communautaire du Trivent 1.

Cocktail : 17 h 15

Souper : 18 h

Soirée de danse sociale et de ligne

Aucun service de bar. Apportez vos consommations.

Vous pouvez vous procurer des cartes auprès des membres du conseil d'administration.

Prix : 20 \$ membre SBDL, 25 \$ non-membre

## Le sel de déglacage contamine la majorité des puits

La majorité des puits privés installés dans le bassin versant de la rivière Saint-Charles contiennent des traces de sel de déglacage « préoccupantes ». Une nouvelle analyse révèle que 56 % des 900 puits étudiés contenaient des traces de sodium au-delà du seuil acceptable. Cette proportion est de 46 % dans le bassin versant de la rivière Montmorency révèle aussi une étude de la Communauté métropolitaine de Québec (CMQ).

L'eau reste potable, assurent d'entrée de jeu les experts, mais il faut agir car la tendance est à la hausse.

« Pour nous, ça été une surprise. Ce n'est pas catastrophique, mais on arrive au bon moment », a tranché François Morneau, coordonnateur du plan de protection des sources d'eau à la CMQ.

« Il faudra identifier les zones qui alimentent des réservoirs ou changer nos mesures d'entretien hivernal. On embarque là-dedans », a poursuivi l'expert.

Augmenter le nombre de « routes blanches », ou repenser la façon de capter l'eau qui s'écoule des autoroutes sont des solutions envisageables.

Pour l'étude, 900 puits artésiens de Stoneham, Québec, Sainte-Brigitte-de-Laval, Lac-Beauport, Lac-Delage et Saint-Gabriel-de-Valcartier ont été analysés sur plus de 6 800 contenus sur ces territoires, un échantillonnage significatif selon François Proulx, directeur de la division de la qualité de l'eau à la Ville de Québec.

Lucille Thomassin



## Le clé en main pour devenir propriétaire

Construit avec tous les outils et l'accompagnement dont vous avez besoin en habitation.

**Rencontrez un conseiller dès aujourd'hui.**  
[desjardins.com/maison](http://desjardins.com/maison)



**Siège social:** 799, rue Clémenceau | Québec (Québec), G1C 8J7 | 418 660-3119  
[desjardins.com/caissedebeauport](http://desjardins.com/caissedebeauport)  [caissedebeauport](https://www.facebook.com/caissedebeauport)

<sup>1</sup> La promotion d'un taux hypothécaire à «3,33 % + 1 000 \$ de remise en argent» ou 3,15 % sans remise est en vigueur jusqu'au 30 avril 2018. Offert pour tout nouveau prêt hypothécaire particulier Desjardins à taux fixe de 33 mois. Ne s'applique pas à tout financement entreprise ainsi qu'aux financements d'immeubles de 5 logements ou plus réalisés au secteur particulier. Le montant de 1 000 \$ en argent sera remis au compte opérations lié au prêt hypothécaire. Cette offre peut prendre fin sans préavis. Le taux est sujet à changement sans préavis. Cette promotion ne peut être jumelée à une autre offre. <sup>2</sup> L'assurance prêt est offerte par Desjardins Sécurité financière, compagnie d'assurance vie. <sup>3</sup> L'assurance habitation est offerte par Desjardins Assurances générales inc., manufacturier de produits d'assurance auto, habitation et entreprise. Certaines conditions, exclusions et limitations peuvent s'appliquer.

# Acheter des aliments biologiques

Les aliments biologiques sont de aliments sans pesticides, sans engrais chimiques, sans OGM, sans antibiotiques, sans hormones de croissance, sans irradiation, sans agents de conservation ou colorants chimiques. Trop beau pour être vrai !



Au Québec la loi est claire : pour vendre des produits qui portent la mention biologique, il faut avoir une certification biologique. Les exigences sont élaborées par les gouvernements et les certifications relèvent d'organismes indépendants.

## Obligations des producteurs biologiques

Pour être certifié bio, il faut que les semences, le compost, le fumier et les aliments pour les animaux soient bio.

La production et la transformation d'aliments biologiques sont axées sur la protection de l'environnement, le maintien de la biodiversité, le respect des cycles naturels, l'utilisation de res-

sources renouvelables, le recyclage, l'amélioration de la qualité et de la fertilité des sols, le bien-être et la santé des animaux.

## Comment être certains que ces exigences sont réellement respectées ?

Les organismes de certification, comme Écocert et Québec Vrai font des vérifications sérieuses lors de visites annuelles ou surprises pour assurer le respect du cahier des normes. Ce dernier indique clairement ce qui peut être utilisé ou pas dans le mode de production et dans la transformation des aliments.

Les inspections incluent la vérification des intrants utilisés, l'audit des systèmes de qualité et de traçabilité, l'examen des registres comptables et, le cas échéant, à des analyses physico-chimiques des produits finis.

Ces organismes n'ont aucun intérêt à donner leur certification à rabais. Leur entreprise et leur emploi sont en jeux. De plus, ces organismes sont eux-mêmes supervisés par le ministère de l'Agriculture des Pêcheries et de l'Alimentation du Québec.



Liste des certifications reconnues au Québec <https://www.cartv.gouv.qc.ca/?q=organismes-certification-accredites-reconnus-bio>.

## Et les détaillants me direz-vous ?

Ils ont la responsabilité de s'assurer que les aliments qui sont annoncés comme bio sur leurs tablettes le sont vraiment.

La garantie du bio se fait de la terre aux tablettes des magasins car si des entreprises ou des consommateurs ont un doute sérieux sur la certification bio, ils peuvent porter plainte auprès du Conseil des applications réservées et des termes valorisants (CARTV)

un organisme du gouvernement du Québec. Les contrevenants sont passibles d'amendes et de saisie.

Nous pouvons acheter leurs produits en toute confiance.

**Arlette Rouleau**  
Paniers bio de SBDL

Répertoire des produits biologiques certifiés du Québec <http://www.produitsbioquebec.info/produitsbioquebec/DispatcherInterrogationGrandPublicFr.do>.

École secondaire de la Seigneurie

## Un milieu scolaire d'excellence pour l'élite au hockey

L'école secondaire de la Seigneurie a été retenue comme établissement scolaire pour accueillir en Sport-études les jeunes hockeyeurs élités des nouvelles équipes qui représenteront fièrement la ville de Québec : les As de Québec AAA, et ce, dès 2019-2020.

Ce partenariat entre les associations de hockey mineur de Québec du Centre et de l'Est de la Rive-Nord de Québec et l'école de la Seigneurie permettra d'offrir un développement sportif à long terme aux jeunes athlètes.

Les élèves inscrits pourront recevoir des services pédagogiques adaptés à leur réalité grâce à une école reconnue Sport-Études par le ministère de l'Éducation et de l'Enseignement supérieur.

L'établissement s'adapte aux besoins des athlètes, grâce à un encadrement flexible et des mesures de soutien spécifiques. Les athlètes de 2<sup>e</sup>, 3<sup>e</sup> ou 4<sup>e</sup> secondaire bénéficieront d'un suivi scolaire personnalisé, d'un encadrement

école – hockey – famille, de conférences, d'activités sportives et culturelles variées.

L'école secondaire de la Seigneurie présente plusieurs avantages pour les familles d'aujourd'hui, qui ont besoin d'une plus grande souplesse dans la conciliation travail – études – sport. Située dans l'arrondissement de Beauport (sortie Seigneuriale de l'autoroute de la Capitale), elle est facile d'accès.

Le service de transport scolaire, mis à la disposition des élèves-athlètes, garantira des délais de déplacement raisonnables, ce qui favorisera la qualité de vie des jeunes et de leur famille. Un service de navette entre l'école et les différents arénas sera également offert aux élèves-athlètes.



Votre **Tv** locale

CHAÎNES 1 ET 601

AU NORD DE QUÉBEC

**Les petits chefs de K-Blo Express**

**Parlons-en!**

[www.ccap.tv](http://www.ccap.tv)

**Un message à diffuser dans votre communauté?**

Plusieurs fois par jour, nous diffusons sur nos ondes vos annonces et invitations. C'est sans frais!

Sachez tout ce qui se passe près de chez vous!

# Activités prochaines à votre Maison de jeunes, La Barak



## Une implication gratifiante

Une levée de fonds *Bûches de Noël* effectuée par 11 Barakiens mobilisés leur a permis de vivre quatre jours extraordinaires d'activités. Pour participer à cette semaine de folie, les jeunes devaient absolument s'impliquer dans une collecte de fonds. L'équipe de La Barak est fière de ces jeunes qui y ont participé activement et tient à souligner le dévouement des parents qui les ont aidés à la concrétiser.

À tous,  
une belle

Semaine de  
Relâche

**Mardi, 6 mars :** Journée « **Dehors les meubles** » au Village Vacances Valcartier.

**Mercredi, 7 mars :** Journée « **Culturelle** » à l'aquarium de Québec et au restaurant.

**Judi, 8 mars :** Journée « **Calmos** » au Cinéma Cineplex Odeon de Beauport.

**Vendredi, 9 mars :** Journée « **Action** » au Isaute et au Défi Laser.

Tu es déçu et aurais aimé participer à cette semaine extraordinaire ? Implique-toi dans La Barak. Tu auras d'autres occasions de vivre ce genre d'activité.

## Ateliers de préparation de personnages



En juillet 2018, un Grandeur Nature de 8 heures sera proposé à notre clientèle. Le jeu de grandeur nature (abrégié GN) est une forme de jeu de rôle dans laquelle les joueurs incarnent physiquement un personnage dans un univers fictif. Les joueurs interprètent leur personnage en usant

d'interactions et d'actions physiques, selon des règles de jeu et l'arbitrage des organisateurs.

Pour réaliser ce jeu, les Barakiens seront amenés à créer leurs personnages de A à Z : les qualités, les défauts, les caractéristiques physiques et psychologiques, les costumes, les armes (épées mousses). Les animateurs-intervenants ont donc développé des ateliers afin de vous aider à faire naître ces personnages dans un univers créé pour vous.

Vérifiez notre calendrier du mois de mars sur notre page Facebook pour en savoir plus sur le développement de cette activité et les inscriptions.

## Nuitée et brunch à LA BARAK

Du jeudi, 29 mars 2018 dès 20 h.  
au vendredi 30 mars, 10 h.

Coût : Gratuit



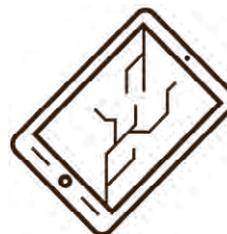
Ce jeudi soir, les Barakiens de seront appelés à venir à La Barak avec leur sac de couchage. Une soirée activités et cinéma les attendent. Le lendemain matin, un brunch sera offert aux participants.

\*Notez que pour le long congé de Pâques, la MDJ restera fermée le reste de la journée de vendredi.

## Défi : soirée sans écran

ET OUI ! À notre programmation mensuelle, vous retrouverez désormais cette image qui en dit long. De 17 h à 21 h, les Barakiens et les animateurs intervenants seront appelés à laisser leur cellulaire dans une boîte à l'entrée. La télévision, les consoles de jeux resteront fermées.

Attention !  
Une surprise attend les tricheurs qui essaieront de passer outre les consignes. Mais comment survivront-ils ?



Les animateurs-intervenants de La Barak et les Barakiens sauront relever le défi, c'est certain.

Suivez le résultat de ces soirées sur notre Facebook.

 Suivez nous sur notre page Facebook MDJ La Barak pour connaître nos prochaines activités.

## Un beau projet



La Barak est fière de développer un projet pour la clientèle 12-14 ans avec le Centre de Santé.



Dans le cadre du projet *Inspire-Autrement*, la Barak a obtenu une subvention pour développer un projet de photo cellulaire avec 8 jeunes du secteur de Sainte-Brigitte-de-Laval : atelier de formation, de création, sortie photographique, exposition et concours.

Soyez à l'affût des développements sur les réseaux sociaux et dans les journaux. Les inscriptions et les détails suivront bientôt.

## Activités extérieures

En 2018, les Barakiens seront appelés à **bouger**. En effet, chaque semaine, une période d'activités extérieures\* est prévue au calendrier (voir le calendrier du mois sur notre page Facebook). Pendant ces jours planifiés, les animateurs-intervenants seront dehors à faire une activité spontanée avec les Barakiens.

Nous demandons à tous nos Barakiens d'être vigilants et de prévoir des habits en conséquence de la température de la journée.

Les activités sont spontanées et décidées par les Barakiens qui désirent y participer. Le cas échéant, ce sont les animateurs-intervenants qui proposent l'activité.

Chose certaine, c'est que lors de ces périodes, sans surveillance à l'intérieur de notre local, La Barak restera fermée à ceux et celles qui ne désirent pas suivre la programmation établie par nos animateurs-intervenants.

\*Ces activités sont sujettes à des changements causés par Dame Nature. Suivez-nous sur Facebook pour en connaître les possibles modifications.

## Horaire de la Barak

Lundi : FERMÉ  
Mardi, mercredi et jeudi : 15 h 30 à 21 h  
Vendredi : 15 h 30 à 22 h  
Samedi : FERMÉ sauf si activité spéciale

*Ève Moffet, coordonnatrice,*

labarak@ccapcable.com

7, rue de la Patinoire

418 948-6769

ALIMENTATION  
**STE-BRIGITTE**  
ÉPICERIE

**IRVING** **SAQ**  
AGENCE

443, ave Sainte-Brigitte  
Sainte-Brigitte-de-Laval, G0A 3K0 418 825-2064

  
LES CONSTRUCTIONS  
PAUL-HENRI FORTIER & FILS INC.  
ENTREPRENEURS EN CONSTRUCTION  
SPÉCIALISÉS DANS LA MAISON UNIFAMILIALE  
VENTE DE TERRAIN

Tel: 418 520-1252 phfortieretfils@hotmail.com

PAUL-HENRI FORTIER: 418 825-2031 8, du Collège  
RICHARD FORTIER: 418 520-8819 Ste-Brigitte-de-Laval  
BRUNO FORTIER: 418 520-1252 G0A 3K0

Plomberie  
**Ricard'eau-Pro**



- Dégel d'aqueducs et artésiens
- Réparation - Débouchage de tuyaux
- Service : 24 hres/24 - 7 jours/7

Richard Lemelin - ricardo1340@hotmail.com  
Rés : 418 825-1474 - Cell : 418 809-4436 CMMTQ

Massothérapie et santé globale

## Chemin menant vers soi

Les photos du calendrier municipal montrent des expériences de vie et d'amour. Amour des enfants, conjoints, amis, animaux. Dans les médias, l'amour est aussi présent partout. Avec tellement de portes qui mènent à l'amour, pourquoi est-ce qu'on souffre autant dans nos têtes, nos cœurs, nos maisons et dans ce qu'on entend aux nouvelles ?

Avec la cyberdépendance et le stress, qui semblent augmenter à chaque jour, le vrai temps pour soi devient plus rare. À mon avis, on a beaucoup à gagner en prenant des moments d'attention à partir des signes que nous donne notre corps.

L'écoute de mes besoins, de mon intuition, demande parfois plus que quelques périodes d'activité physique par semaine. J'aime bien faire bouger mon corps, mais il m'apparaît maintenant encore plus essentiel que jamais d'écouter ce qui parle à l'intérieur. En devenant plus disponible à cette écoute, j'ai remarqué que je grandissais en force et en vitalité.

### Compostelle, contact avec soi-même ?

Qu'est-ce qui fait qu'autant de gens veulent aller marcher sur les chemins de Compostelle ? Ce n'est pas seulement l'attrait de la performance, le tourisme ou la religion. Je crois que c'est un instinct de retour à une expérience en voie de disparition, soit le contact avec soi-même, parfois dans le silence, par cette plus grande disponibilité à nous, habituellement dans le tourbillon des activités et préoccupations.

À mon avis, ce n'est pas nécessaire de faire Compostelle ou même de la randonnée; mais c'est essentiel de prendre conscience du pouvoir de savoir s'écouter.

Si un enfant a mal aux pieds, un bon parent va tout de suite s'en occuper, sachant qu'il préviendra des conséquences potentiellement plus graves. Ceux qui marchent le chemin de Compostelle, à raison d'environ 20 km par jour pendant des semaines, s'aperçoivent très vite que le corps a des limites. Ils apprennent à s'en occuper, ou ils sont brutalement arrêtés par des problèmes de pieds ou de jambes.

Dans la vie de tous les jours, on peut facilement dépasser nos limites et faire des choses contre notre volonté. On peut finir par s'en prendre à son conjoint, ou augmenter sa consommation d'alcool, ou de drogues. On peut en arriver là pour compenser le stress ou la tristesse, et plus tard seulement, se retrouver épuisé ou en dépression. Rester en cohérence avec son être est un défi et c'est ce que marcher Compostelle m'a appris à faire un peu mieux; moi qui étais si dur avec moi-même.



Photo: Jacques Morin

Sur un chemin de Compostelle

Je l'ai importé graduellement dans ma vie à plusieurs égards et je continue à le faire; pas toujours aussi bien que j'aimerais. Parfois, je réussis, par exemple, en restant étendu à certains moments parce que je sens que mon cerveau va dans la direction de mon ego, et m'éloigne d'un équilibre nécessaire pour traverser dans la douceur avec moi-même les défis de l'existence.

Je partage lors d'ateliers en entreprise, plusieurs outils efficaces, graduellement expérimentés et installés en moi, et qui font que je me sens mieux et en constant rajeunissement. J'ai été le genre de gars qui allait au bord de la falaise jusqu'à ce que les petits cailloux déboulent. Je me suis souvent approché des limites de mon corps et de ma tolérance nerveuse. Je me sentais même parfois engagé dans des expériences inconfortables et destructrices.

Il m'apparaît maintenant nécessaire de nommer et de prendre soin de mes besoins, de mes inconforts, et aussi d'être conscient des réactions aux aliments que je choisis. Mes parents proches sont décédés du diabète, du cancer de l'intestin, du cœur. Mon héritage est d'avoir pris conscience de ce stress familial, mais surtout de ce manque de considération envers moi-même, qui m'éloignait de l'essentiel.

### La vraie force de l'amour réside dans notre intérieur

Je nous souhaite tous d'aller dans cet amour dont on parle dans presque toutes les chansons. Il ne réside dans toute sa vraie force qu'à l'intérieur de chacun de nous. En m'arrêtant, en prenant le temps, je peux accueillir ce qui se passe en moi, sur mon chemin. Je vous encourage à trouver un chemin sur lequel vous vous sentirez grandir en conscience, plutôt que de vieillir par usure.

Depuis des années, j'ai eu le privilège de marcher et d'accompagner des groupes sur les chemins de Compostelle en Espagne et en France. À partir de ces voyages et d'autres expériences professionnelles, j'offre ces ateliers sur la prévention de l'épuisement professionnel.

J'accompagne aussi des personnes en cheminement par des Consultations en Transformation Consciente. J'écoute et partage avec humilité ce que je sens le plus utile. C'est ma vérité. Elle est différente pour chacun.

Comme les étapes sur un chemin, il y a plusieurs niveaux dans l'expérience de chacun. Je pense qu'on ne peut bien vivre que sur son chemin et à son rythme. Pour ça, on gagne à s'arrêter souvent, même pour de petits moments. C'est ma vision d'un voyage et d'une vie agréable.

Coordonnées: 418 825-2424

jacquesmorin@ccapcable.com

Jacques Morin

Action Sentiers Lavallois

### Assemblée générale

Vous êtes cordialement invités à l'assemblée générale annuelle Action Sentiers Lavallois (ASL)

Endroit : Bâtiment Saphir,  
175, rue Kildare

Quand : Le mardi 20 mars à 19 h

Venez rencontrer l'équipe d'Action Sentiers Lavallois pour connaître les réalisations de l'année et les projets à venir

Christiane Roy,  
bénévole pour ASL



**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

Clermont Vallée  
Président

**ENTREPRENEUR GÉNÉRAL**  
RÉSIDENTIEL • COMMERCIAL

418.825.2922  
pee@pee.ca

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

Tél.: 418 825-2007 Cell.: 418 932-6679  
Fax.: 418 825-1074  
Email: dp1@ccapcable.com

**ABATTAGE DE LA CAPITALE**  
Abattage - Élagage - Déboisement - Essoucheuse  
Location de nacelles et déchiquteuse

**DANIEL PARENT**, président

10, rue Clavet, Sainte-Brigitte-de-Laval, Qc, G0A3K0

# Coups de coeur et idées pour les associer

par Jocelyne Clavet

## Le *Dicentra spectabilis* "White Gold" : un Coeur de Marie en or et blanc



Ce nouveau Cœur de Marie, vigoureux, séduit autant par son feuillage jaune doré, très lumineux, que par ses charmantes fleurs en cœur, d'un blanc étincelant, qui se montrent en mai-juin. C'est la plante idéale en jardin blanc, mais aussi pour éclairer les zones sombres du jardin, en compagnie de feuillages panachés d'argent ou dorés.

Coeur de Marie White and Gold - Association *Dicentra spectabilis* "White Gold", *Heucherella* "Solar Power", *Carex* "Everillo", et *Pervenche* "Illumination".

## La Digitale hybride "Goldcrest", une digitale vivace à fleurs abricot



Ce nouvel hybride (*D. obscura* x *D. grandiflora*), obtenu récemment en An-

gleterre, a vraiment tout pour plaire : de charmantes fleurs où se mêlent le jaune doux et l'abricot, un port compact (50 cm de haut) et une grande facilité de culture. Robuste et frugale, elle tolère le soleil et les sols pauvres. Elle affiche une très longue floraison, du milieu de l'été jusqu'au début de l'automne. En massif, vous l'associerez aisément avec des vivaces à fleurs ou feuillage rose orangé pour composer un ensemble à la fois chaud et doux.

Digitale Goldcrest - Association Idée d'association à mi-ombre : *Digitalis* "Goldcrest", *Heuchera* "Little Cutie Blondie", *Geranium* "Jolly Jewel Salmon" et *Uncinia* "Belinda's Find".

## Le *Phlox paniculata* "Blind Lion", une variété étonnante



Dans toutes les familles, on trouve un original, à la personnalité vraiment unique. Les Phlox ne font pas exception et la variété "Blind Lion" incarne parfaitement le rôle. Sombre, un peu mystérieux, ce *Phlox paniculata* a été découvert par hasard dans un champ aux Pays-Bas. Il se distingue par ses très nombreuses fleurs qui ne s'ouvrent pas, mais qui portent des bractées pourpres formant un étonnant brouillard. C'est une plante vraiment inédite, parfaite en bordure, dans les jardins contemporains, mais aussi en potée. Plantez-le au soleil, avec, par exemple :

*Phlox paniculata* Blind Lion Association *Phlox paniculata* "Blind Lion", *Echinacea* "Fatal Attraction", *Scabiosa* "Chile Black" et *Achillea millefolium* "Excel".

## La *Filipendula* "Red Umbrellas", une Filipendule hybride à superbe feuillage



Cette nouvelle Filipendule hybride ne manque pas d'atouts : outre ses jolies fleurs plumeuses rose clair, elle porte un feuillage graphique, doté de grandes nervures colorées de pourpre foncé mettant en valeur la forme très découpée de ses feuilles. C'est une plante remarquable, mais de taille moyenne (70 cm de haut pour presque autant de large) qui s'installe même en petit jardin. Elle se plaira en tout sol frais à humide, au soleil ou à mi-ombre.

*Filipendula* Red Umbrella - Association pour sol humide Association en rose et vert pour sol humide : *Veronicastrum virginicum* "Erika", *Filipendula* "Red Umbrellas" (feuillage et fleur), *Buto-mus umbellatus* et *Matteuccia struthiopteris*.

## *Viola walteri* "Silver Gem", une violette américaine à feuillage argenté



Cette charmante violette nous vient des

Appalaches, en Amérique. C'est un petit bijou qui se distingue par son joli feuillage en forme de cœur, fortement teinté d'argent. Tapissant, il rappelle celui des cyclamens. C'est une vivace qui sera parfaite en pot, en bordure de massif ou en sous-bois. Facile à associer, elle se marie particulièrement bien avec d'autres vivaces à feuillage argenté.

Un tapis précieux, poudré d'argent avec : la *Viola* "Silver Gem", le *Brunnera macrophylla* "Mr Morse", le *Chinodoxa lucialiae* alba et le *Lamium maculatum* "Beacon Silver".

## La *Gentiane scabra* "Royal Stripes", un petit trésor pour rocailles ou potée



Vivace compacte et persistante, cette petite gentiane offre, en été, de curieuses fleurs blanches rayées de bleu, façon sucre d'orge. De grande taille, elle masque presque le feuillage.

C'est une plante relativement facile, à condition de respecter ses exigences : un sol riche en humus, frais en été, mais bien drainé. Plantez-la en pot ou dans une rocaille d'ombre et offrez-lui la compagnie d'autres petites vivaces alpines.

*Gentiane royal stripes* idées d'association Harmonie en blanc et bleu pour rocaille avec la *Gentiane Royal Stripes*, le *Cyclamen de Naples* blanc, l'*Ellisio-phyllum pinnatum* et le *Ceratostigma plumbaginoides*.



**Danielle Binette**

Massothérapeute agréée or

Polarité

Massage Momentum  
Méditation - Ressourcement

12 rue du Collège - Ste-Brigitte-de-Laval

418 956-5606

**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



LES JARDINS DE VOS RÊVES

DESIGN ET RÉALISATION

lesjardinsdevosreves.com  
amenagement@lesjardinsdevosreves.com

[418] 825-1081



Sainte-Brigitte-de-Laval

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

Ville de Sainte-Brigitte-de-Laval  
MRC de la Jacques-Cartier

**Avis public**

**SOMMAIRE DU RAPPORT DE DÉPENSES ÉLECTORALES D'UN PARTI POLITIQUE AUTORISÉ ET DES RAPPORTS DES CANDIDATS INDÉPENDANTS AUTORISÉS**

Élections générales du 5 novembre 2017

| Nom du candidat et de l'agent officiel   | Rapport de dépenses électorales                     |                   |
|--|---|-------------------|
|  | Total des dépenses électorales faites ou autorisées | Date de réception |
| <b>MAIRIE (5 407,80 \$) *</b>  |   |                   |
| 1. « Carl Thomassin », indépendant autorisé (Cyril Reboul, agent officiel)             | 2 680,17 \$   | 2017/12/20        |
| 2. « Wanita Daniele », parti Équipe Wanita (Daniel Bédard, agent officiel)             | 1 275,57 \$   | 2018/02/05        |
| 3. « Didier Bonaventure », indépendant autorisé (Didier Bonaventure, agent officiel)   | 973,60 \$   | 2018/01/22        |
| 4. « Vincent Deblois », indépendant autorisé (Louis Bilodeau, agent officiel)          | 118,62 \$   | 2018/02/05        |
| <b>DISTRICT NO 1 (2 178,00 \$) *</b>   |   |                   |
| 1. « Jean Giroux », indépendant autorisé (Jean Giroux, agent officiel)                 | 1 032,51 \$   | 2017/12/04        |
| 2. « Jean-Philippe Mathieu », parti Équipe Wanita (Daniel Bédard, agent officiel)      | 1 103,11 \$   | 2018/02/05        |
| <b>DISTRICT NO 2 (2 208,90 \$) *</b>   |   |                   |
| 1. « Laurie Thibault-Julien », parti Équipe Wanita (Daniel Bédard, agent officiel)     | 1 103,11 \$   | 2018/02/05        |
| 2. « Marie-Ève Lemieux », indépendant autorisé (Marie-Ève Lemieux, agente officielle)  | 619,31 \$   | 2018/02/05        |
| <b>DISTRICT NO 3 (2 157,00 \$) *</b>   |   |                   |
| 1. « Jimmy Laprise », indépendant autorisé (Jimmy Laprise, agent officiel)             | 1 160,03 \$   | 2018/02/05        |
| 2. « Benoît Lamoureux », parti Équipe Wanita (Daniel Bédard, agent officiel)           | 1 103,11 \$   | 2018/02/05        |
| 3. « Dominic Morin », indépendant autorisé (Josée Lessard, agente officielle)          | 74,99 \$  | 2018/02/05        |
| <b>DISTRICT NO 4 (2 126,40 \$) *</b>   |   |                   |
| 1. « Francis Côté », indépendant autorisé (Julie Laforest, agente officielle)          | 390,00 \$   | 2017/12/11        |
| 2. « Alain Dufresne », parti Équipe Wanita (Daniel Bédard, agent officiel)             | 1 103,11 \$   | 2018/02/05        |
| 3. « Sylvain Robitaille », indépendant autorisé (Sylvain Robitaille, agent officiel)   | 0,00 \$   | 2018/02/05        |
| <b>DISTRICT NO 5 (2 159,10 \$) *</b>   |   |                   |
| 1. « Louis-Georges Thomassin », indépendant autorisé (Suzanne Dubé, agente officielle) | 668,80 \$   | 2017/12/11        |
| 2. « Patrick Tremblay », parti Équipe Wanita (Daniel Bédard, agent officiel)           | 1 103,11 \$   | 2018/02/05        |
| <b>DISTRICT NO 6 (2 138,80 \$) *</b>   |   |                   |
| 1. « Édith Couturier », indépendant autorisé (Édith Couturier, agente officielle)      | 675,33 \$   | 2017/12/04        |
| 2. « Jean-Philippe Lemieux », parti Équipe Wanita (Daniel Bédard, agent officiel)      | 1 103,11 \$   | 2018/02/05        |
| 3. « Charles Morissette », indépendant autorisé (Charles Morissette, agent officiel)   | 302,67 \$   | 2018/02/05        |

\* Montant maximum de dépenses électorales permis par la Loi

- Toute personne peut examiner les rapports et les documents qui les accompagnent, et en prendre copie, pendant les heures normales d'ouverture de bureau, à la mairie, sis au 414, avenue Sainte-Brigitte, à Sainte-Brigitte-de-Laval (GOA 3K0).

FAIT À SAINTE-BRIGITTE-DE-LAVAL, CE 8<sup>e</sup> JOUR DU MOIS DE MARS DE L'AN 2018.

La trésorière,  
Ariane Tremblay, CPA CGA

Remarque :

- Les candidats indépendants non autorisés n'ont aucun rapport à produire.

## La garde en milieu familial régie se démarque

Un mouvement qualité est lancé par quatre ambassadrices de la MRC de la Jacques-Cartier

En collaboration avec le CPE, France Garneau de Sainte-Brigitte-de-Laval et trois de ses consœurs responsables de garde en milieu familial (RSG) du CPE Joli-Cœur lancent ce mois-ci une démarche d'amélioration en continu de la qualité : être DANS le mouvement, être LE mouvement. Pour y arriver, elles encouragent les autres RSG du territoire à s'engager dans une démarche de développement professionnel. Le CPE a donc mis en place un nouveau service de soutien et a fait une tournée de présentation qui connaît un beau succès.

### Travail en continu

La démarche être DANS le mouvement, être LE mouvement place la RSG au cœur de son propre développement professionnel pour améliorer ses gestes de qualité avec le soutien du CPE. « Quand je parle de ma démarche autour de moi, notamment aux parents utilisateurs, ils me félicitent. Ils voient concrètement que pour moi la qualité c'est important », s'exclame madame Garneau.

### Une démarche professionnelle

La démarche proposée se résume en trois étapes : la prise de conscience, le passage à l'action, la consolidation. Pour y arriver, du soutien est offert : observations de la RSG en action, références et réflexions.

Afin de l'appuyer concrètement, le CPE Joli-Cœur met à leur disposition un solide outil de référence : Mon guide d'auto-observation, les gestes de qualité en milieu familial. Ce guide, pierre angulaire de la démarche proposée, est l'amalgame de six grilles d'évaluation reconnues dans le domaine de la petite enfance. Il vulgarise et illustre les gestes à poser pour offrir un service de qualité. « Tout comme l'ensemble des services offerts aux RSG reconnues par notre CPE, ce service est gratuit », précise la directrice générale.

*Hélène Potvin*

**TERRASSEMENT EXCAVATION DÉNEIGEMENT**

**418 930.6149**  
terrassmentgmc.com

## Petites annonces

Tombée le 4 avril 2018  
alinefortier@hotmail.com

Succession : maison 3 chambres à vendre à St-Alban de Portneuf. No du Proprio 742434.

**825-0029, Doris**

Skis de fond : 6 pds, homme et 5 pds femme, bottines, bâtons, support pour auto, etc. Bon ordre.

**825-2397**

Marchepied tubulaire noir, neuf pour Ford S 150 2014. Peut être installé.

**825-1653 ou 581 578-4008**

Tapis roulant utilisé 5 fois, 350 \$ - Chaise bercante en bois avec coussin, demande 30 \$.

**825-2640**

#### GARDIENNES

Jeune fille 16 ans, gardienne avertie avec expérience, demeurant rue du Calvaire, garderait jour/soir et fins de semaine. Demandez Marianne

**418 825-1547**

Jeune fille 14 ans, gardienne avertie avec expérience, demeurant rue du Calvaire, garderait jour/soir et fins de semaine. Demandez Émilie.

**418 825-1547**

#### SERVICES

Réparation et entretien de guitares acoustiques et électriques.

**418 606-8078**

Aide aux devoirs, primaire et secondaire. *Spécialité : maths.* Compétence et sourire au rendez-vous.

**418 848-9672**



# Bonne Saint-Patrick



## Leprechauns

**L**eprechauns, nains mystérieux, tout de vert vêtus  
**E**lfes irlandais subtils, aux fines oreilles pointues  
**P**erchés sur les sapins ou les épinettes lavalloises,  
**R**iants gnomes barbus à l'œil vif et à la mine narquoise  
**É**coutant le murmure des sources et l'eau vive des rivières,  
**C**ourant bruyamment sur la mousse, le sable et les pierres  
**H**abillés d'espérance, mariés à l'émeraude du feuillage,  
**A**ncrés dans la sylvie de chez nous, enfants du voyage,  
**U**n mystère demeure pour celui qui a perdu la foi  
**N**âïve des gens qui adhèrent au mystère et à ses lois  
**S**ans cet imaginaire et ses images fortes et... vraies,

**Nous demeurons sans magie et privés de création.**

*Jean-François Gerardin*

## L'histoire de mon gros toutou poilu : Bull

Je m'appelle Bull. Aujourd'hui, j'ai 40 ans « homme » et six ans « chien ». Je suis un Golden-Labrador (mâle). Mes maîtres me surnomment « Bubull ».

J'ai trois maîtres : un de 11 ans et deux de 34 ans. J'ai été adopté en 2012 lorsque je n'étais qu'une petite boule de poils beiges et blancs toute mignonne.

J'adorais manger les peluches de mon jeune maître jusqu'à ce qu'il les protège. En grandissant, j'ai remarqué qu'il avait peur de moi donc, je me suis tenu à carreaux jusqu'à aujourd'hui.

Maintenant, il me caresse, joue avec moi, me donne à manger et m'aime.

J'ai reçu beaucoup de jouets, mais de tous, je préfère mon cochon blanc avec des cercles de couleurs arc-en-ciel. Ah ! C'est génial la vie d'un chien ! Cependant, je suis un peu angoissé en voiture. J'ai une jolie voisine, une Golden, un peu comme moi.

Pour finir, j'adore regarder les voitures et les gens passer.

Woof !

par Étienne Racine, 6<sup>e</sup> année

### Le Lavallois

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

Le Lavallois

C. P. 1020

Sainte-Brigitte-de-Laval, G0A 3K0

Tél. : 418 907-7172

Courriel : lelavallois@ccapcable.com

Web : www.lelavallois.com

### L'équipe du Lavallois

#### CONSEIL D'ADMINISTRATION

|                                   |          |
|-----------------------------------|----------|
| Lucille Thomassin, présidente     | 948-2610 |
| André Lachapelle, v.-président    | 825-3035 |
| Louise Côté, secrét.-trésorière   | 948-8947 |
| Diane Clavet, administratrice     | 825-2502 |
| Doris Tessier, administratrice    | 825-0029 |
| J.-Frs Gerardin, dir. journaliste | 948-8947 |
| Alain Bouchard, dir. photographe  | 934-0121 |

#### COLLABORATEURS

|                              |
|------------------------------|
| Jocelyne Clavet, montage     |
| Aline Fortier, montage       |
| Marie-Andrée Renaud, montage |
| Rita Boucher, montage        |
| François Beaulieu, site web  |

### Calendrier du Lavallois

#### 2017-2018

| Tombée       | Sortie       |
|--------------|--------------|
| 04 avril     | 13 avril     |
| 02 mai       | 11 mai       |
| 06 juin      | 15 juin      |
| 01 août      | 10 août      |
| 05 septembre | 14 septembre |
| 03 octobre   | 12 octobre   |
| 07 novembre  | 16 novembre  |
| 05 décembre  | 14 décembre  |

### Avis de dissolution

Veillez prendre note qu'à la suite d'une résolution votée en assemblée générale extraordinaire tenue le 20 janvier 2018, l'Association des citoyennes et des citoyens de Sainte-Brigitte-de-Laval procédera à sa dissolution. Une intention de dissolution a été déposée auprès du registraire des entreprises.

## COLLABORATEURS



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



**Carrosserie Paré**



**CARROSSERIE PARÉ**  
2998, chemin Royal, suite 102  
Beauport, Québec, G1E 1T3

**Tél : 418 664-1456**  
**Fax : 418 664-0310**

**Genevève Paré**  
Propriétaire

www.carrosseriepare.ca

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

Vos habitudes changent, nos forfaits aussi!

Forfait  
3 services

**97**,09\$\*  
/ mois



**Internet illimité**



Consommation illimité  
Vitesse 15 Mbits/s

**Télévision**



Base numérique  
+ 10 chaînes à la carte &  
location d'un terminal HD G8

**Téléphonie**



300 minutes d'appels  
+ toutes les options incluses

**418.849.7125**

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



Votre Tv locale

\* L'offre est sujette à changement et peut être modifiée sans préavis. Le forfait comprend : Internet Alpha + un forfait Grand consommateur (consommation illimitée), la Base numérique et un combo personnalisé à 10 chaînes, la location d'un terminal G8 et une ligne téléphonique l'Essentiel. Certaines conditions s'appliquent. Taxes en sus.