



Le Lavallois

Le journal de Sainte-Brigitte-de-Laval



Exposition vente

Cercle de Fermières Sainte-Brigitte-de-Laval

Dimanche 4 novembre

10 h à 16 h

Sous-sol de l'église

(entrée côté cimetière)

Début d'automne effervescent

Le début de l'automne a été souligné de belle façon à Sainte-Brigitte-de-Laval. Revoyez dans ce numéro les images du Défi Santé et de la Fête des Montagnes.

La création de la Société d'histoire permettra de préserver notre mémoire et de mettre en valeur le patrimoine culturel de notre municipalité.

Le moment est aussi venu de souligner le travail des bénévoles qui contribuent aux succès des activités sportives. La construction va bon train et il faut finalement souligner l'élection de M. Jean-Francois Simard, à titre de député de Montmorency.

À lire

M. Jean-François Simard, député p. 2

La société d'histoire p. 4

Les grandes marches de Sainte-Brigitte p. 5

La relève au club de golf Alpin p. 6



Tirages : Pièces d'artisanat du Cercle de Fermières
catalogne grandeur lit queen - nappe tissée
couverture de bébé - 2 laizes de plancher
2 ensembles de linge à vaisselle + lavette + linge de table

Octobre 2018

Volume 36

Numéro 8



424B, Ave Ste-Brigitte
Sainte-Brigitte-de-Laval, Qc, G0A 3K0
centredeautoelite@hotmail.com

418 456-5456



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. 11

418 825.2969

416 avenue Ste-Brigitte
Service de livraison gratuite
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

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

Dentisterie générale et esthétique

Services d'orthodontie - d'endodontie - de chirurgie et d'urgences



M. Jean-François Simard, élu dans Montmorency



Pour cet ancien député élu dans les années 2000 sous les couleurs du Parti québécois, il s'agit d'un retour réussi en politique..

Sa campagne électorale au sein de la CAQ lui a permis de concrétiser des retrouvailles avec les gens de sa circonscription. et il s'est dit très reconnaissant d'avoir une nouvelle possibilité de servir le public.

M. Simard a remporté l'élection avec une majorité de près de 13 000 voix. Il a reçu l'appui de 50,87 % des quelque 40 000 personnes qui ont exercé leur droit de vote.

Ses projets immédiats

M. Simard identifie trois enjeux prioritaires. Dès son entrée en fonction, il désire faciliter l'accès à un médecin de famille pour les secteurs de Beauport et de Sainte-Brigitte-de-Laval. Il veut aussi favoriser le développement touristique du site de la chute Montmorency. Il souhaite finalement activer le dossier du troisième lien à l'Est, surtout avec les problèmes de désuétude du pont de l'Île d'Orléans.

Lucille Thomassin

Résultat des élections

Candidats	%	Votes	Majorité
Jean-François Simard (C.A.Q.)	50,87	20 233	12 836
Marie France Trudel (P.L.Q.)	18,60	7 397	
Marie-Christine Lamontagne (Q.S.)	13,14	5 225	
Alexandre Huot (P.Q.)	10,61	4 221	
Daniel Beaulieu (P.C.Q.)	3,79	1 507	
Jean-François Simard (Ind)	1,41	561	
Nicholas Lescarbeau (P.V.Q.)	1,40	558	
Jean Bédard (P.M.)	0,17	69	
<hr/>			
Taux de participation préliminaire :	70,96 %		
Bulletins valides :	39 771 (98,02 %)		
Bulletins rejetés :	802 (1,98 %)		
Électeurs inscrits :	57 179		

Sommaire

Actualité

J.Frs Simard élu député.....	2
Construction.....	3
Défi santé.....	3
Société d'histoire SBDL.....	4
Les grandes marches SBDL.....	5
Golf Alpin.....	6
Refuge éthique Arrière-pays.....	6
Prix Nobel de la paix 2018.....	7
Environnement.....	8
C.S. Des Premières Seigneuries.....	15

La vie de chez nous

Ligue féminine de softball.....	9
Soccer.....	9
Vie municipale.....	10
SDE Jacques-Cartier.....	11
Cafés du lundi.....	11
Centre de Santé.....	12
Âge d'Or.....	13
École du Trivent.....	14-17
Matinées mères-enfants.....	16
Fermières.....	16

Chronique

Horticulture.....	19
Les testaments.....	20
Recette.....	20
Massothérapie.....	22
Voyage.....	22
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

D^{re} 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

Jacques Tremblay, prop.



LE SPÉCIALISTE

ENTRETIEN ET RÉPARATION

Un défi santé relevé



C'est un départ

Le Défi Santé, une belle activité organisée depuis plusieurs années, a été une fois de plus en franc succès.

Par une belle matinée ensoleillée de la fin de septembre, des enfants accompagnés de leurs parents, des gens plus âgés soucieux de conserver leur forme physique se sont côtoyés sur des parcours différents de 1, 3, 5 et 7 kilomètres mis en place au club de golf Alpin.



Photo : André Lachapelle

Bob et sa petite nièce Marilie

La gang du beau Bob

L'événement revêtait un intérêt particulier pour M. Robert Caron, un résident de Sainte-Brigitte-de-Laval. Enseignant, ce septuagénaire en pleine

forme a participé à l'évènement avec ses quatre petits-fils et une trentaine de membres de sa famille.

M. Caron a d'ailleurs tenu à souligner la complicité de Marilie, sa petite nièce qui l'a grandement aidé à réunir tout ce beau monde qui provenait notamment de Victoriaville, Fortierville, Plessisville, Leclercville, Saint-Pierre-les-Bequets et Pintendre.



Beaucoup de mousse à l'arrivée

L'objectif premier de cette journée sportive était de contrer la sédentarité, d'encourager la population à redécouvrir la joie de faire du sport et de l'activité physique.

Bravo aux organisateurs du Défi Santé, au beau Bob et à sa belle gang pour leur participation.

Par André Lachapelle

Quand le bâtiment va, tout va

Nous pouvons facilement observer, une fois de plus, que la construction se porte plus tôt bien à Sainte-Brigitte-de-Laval.

Deux projets importants sont en voie de réalisation. Il y a d'abord celui de Chabot Construction sur l'avenue Sainte-Brigitte qui intégrera des locaux commerciaux et des logements.

Le projet de l'entreprise Nord Expé situé dans le Domaine des Hautes Terres va bon train. Un bâtiment d'accueil pour les motoneigistes et un second réservé à la location et à l'entreposage

des motoneiges sont déjà bien visibles. Les travaux sont réalisés par Peek Construction.

Enfin, plusieurs constructions domiciliaires : des maisons unifamiliales, des duplex et autres sont aussi en chantier.

Il faudra attendre la fin de la présente année pour faire un bilan exhaustif de l'ensemble des projets de construction mais il y a tout lieu de croire que 2018 sera une bonne cuvée.

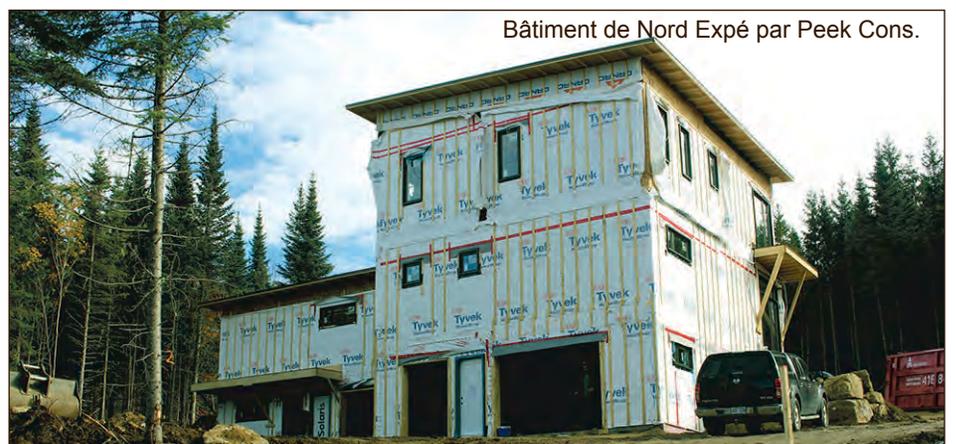
André Lachapelle



Immeuble Chabot Construction



Duplex rue Kildare



Bâtiment de Nord Expé par Peek Cons.

Photos : Alain Bouchard

GMC

TERRASSEMENT EXCAVATION DÉNEIGEMENT

418 930.6149

terrassmentgmc.com

par Jean-François Gerardin

Pour une mémoire retrouvée

la Société d'histoire de Sainte-Brigitte-de-Laval

Les membres du conseil d'administration provisoire de la nouvelle Société d'histoire de Sainte-Brigitte-de-Laval, en collaboration avec la municipalité de Sainte-Brigitte-de-Laval et l'équipe du Comité consultatif sur les arts, la culture et le patrimoine (C.C.A.C.P.) vous invitent à leur

Assemblée Générale de fondation
le 17 octobre 2018,
au Parc des Saphirs, 175, rue Kildare à 19 h.

« *La Société d'Histoire de S.B.D.L.* » est un organisme à but non lucratif inscrit au Registre des entreprises et dont la mission globale est de faire connaître et de promouvoir l'histoire locale.

Celle de chez nous qui attend qu'on lui accorde toute la place et les moyens dont elle a besoin pour se développer adéquatement et pérennément.



Église Sainte-Brigitte-de-Laval,
Patrimoine québécois [Vers 1920] Fonds L'Action catholique

Conseil d'administration provisoire

Lors de la première réunion de fondation de la Société d'Histoire, une équipe a accepté de travailler à établir ses assises, à préparer les grandes orientations et à réaliser les démarches d'enregistrement et les lettres patentes exigées. C'est chose faite...

Maintenant, aux citoyens et citoyennes intéressés de manifester leur intérêt et leur éventuelle adhésion au CA lors de la rencontre du 17 octobre prochain.

Le conseil provisoire est composé de monsieur Allen Dawson, Noël Fortier et Jean-Sébastien Durand.

Ils peuvent compter sur monsieur Marc Gadoury, qui agit avec eux à titre de coordonnateur et de conseiller. C'est lui qui nous a procuré ces deux photos.

Il est prévu de présenter officiellement les buts et les objectifs de la société.

Une rencontre historique 17 octobre 2018

La lecture des règlements généraux fera partie de l'ordre du jour ainsi que l'élection de 7 postes d'administrateurs en fin de rencontre.

Vote: chaque personne présente aura droit de vote et pourra proposer sa candidature.

Renseignements : M. Allen Dawson au 418 825-3200.

Mandat et objectifs dégagés par le CA provisoire depuis juin 2018

M. Allen Dawson m'a fait le plaisir de sa visite et m'a exposé les différents objectifs retenus par son équipe de même que la nature du mandat que ses membres provisoires ont défini depuis juin dernier.

Mandat

« *Mise en valeur du patrimoine culturel de la municipalité.* »

En réunissant des personnes ayant un intérêt pour l'histoire de notre ville, en vue de mettre en œuvre des activités de recherche et de diffusion, de sensibilisation et d'éducation, de protection et de mise en valeur.

Objectifs

- Effectuer et stimuler des activités de recherche afin de développer de nouvelles connaissances.
- Diffuser l'histoire et le patrimoine des différents secteurs de la ville.
- Établir un centre de documentation et un fond d'archives accessible à la population.
- Développer des activités d'éducation et de sensibilisation.
- Veiller à la conservation des éléments du patrimoine naturel et culturel.
- Acquérir, conserver et rendre accessible à la population tout document et objet rattaché à l'histoire locale des différents secteurs de notre ville.
- Appuyer les projets visant la protection du patrimoine.
- Favoriser le développement de produits culturels et de lieux de diffusion mettant en valeur les caractéristiques patrimoniales et paysagères de la ville.
- Développer et appuyer des projets novateurs en matière de mise en valeur des témoins significatifs de l'histoire locale et régionale.
- Enfin, promouvoir les actions en matière de patrimoine selon une vision globale du développement du territoire :
 - Par l'appropriation du passé pour une meilleure connaissance de nos origines.



Pont sur la rivière de l'Île à Sainte-Brigitte-de-Laval
Patrimoine québécois Camille Milot. 1942 Fonds ministère de la Culture et des Communications

- L'amélioration de la qualité de vie par la mise en valeur des ressources patrimoniales.
- La planification du futur par la transmission des richesses patrimoniales aux générations futures.

Page Facebook de notre Société d'histoire

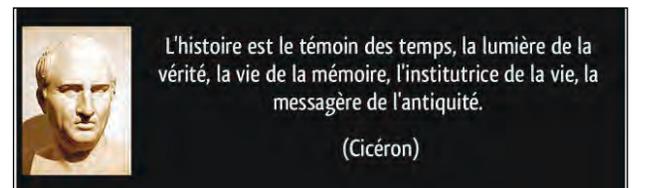
Elle est accessible et vous êtes toutes et tous invités à la fréquenter, voire à la nourrir. En lisant ces objectifs et la nature du mandat qui les a inspirés, je crois que les personnes intéressées à cette rencontre pourront mieux s'y préparer et prévoir des questions le cas échéant.

Il demeure cependant clair qu'on invite les gens en grand nombre à assister à cette assemblée générale de Fondation. Qui sait ? Vous pourriez vous trouver une « niche » intéressante au sein du CA qui sera formé ce soir là...

Beaucoup de travail ingrat préliminaire a été jusqu'ici accompli malgré tous les freins administratifs afférents aux démarches exigées par la loi pour être reconnue et enregistrée dûment.

Je souhaite une longue vie à cette jeune Société d'histoire dont la démarche sera soutenue par des personnes versées en histoire comme le sont Louis Lefebvre et Marc Gadoury, lequel fait partie du CCACP (Comité Consultatif des Arts, de la Culture et du Patrimoine) de Sainte-Brigitte-de-Laval.

Nous espérons que vous viendrez nombreux à ce rendez-vous « historique » et que vous contribuerez à ce que notre ville ne devienne pas Alzheimer...



CHABOT
CONSTRUCTION
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

ACCOMMODATION DU DOMAINE BEAULIEU BOUCHERIE BEAUFRESNE

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

Boucherie

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

Accommodation

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

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

Une autre occasion de bouger

Par Diane Clavet

Les grandes marches de Sainte-Brigitte

Une toute nouvelle activité

Avec ses couleurs flamboyantes et sa température fraîche, l'automne est la saison idéale pour s'adonner à la randonnée pédestre.

Le Club de l'Âge d'Or, en collaboration avec la FA-DOQ, vous offre « Les grandes marches de Sainte-Brigitte », une autre occasion d'adopter un mode de vie actif.

Le club vous invite à participer à des randonnées en groupes qui s'adressent à tous les types de marcheurs. Cette activité gratuite se tiendra sur une base hebdomadaire. Vous voulez participer, rejoignez les participants tous les mardis au stationnement de l'église à 10 h.

Pour vous inscrire, communiquez avec Pierrette Chiasson (418 609-0899) ou Jean-François Gabarra (581 578-3138), deux amateurs convaincus du plaisir de marcher qui ont bien voulu accepter d'animer l'activité.



Un sport accessible à tous

Pour vieillir en santé et demeurer autonome le plus longtemps possible, il existe un moyen efficace : bouger. La marche à pied est une activité douce où les risques de blessures sont minimes. Marcher est un excellent moyen d'améliorer sa condition physique.

La physiothérapeute, Caroline Drolet, indique que l'un des atouts les plus importants de la marche à pied est son accessibilité. En effet, quels que soient votre âge, votre condition physique, votre emploi du temps ou encore vos moyens financiers, cette activité saura s'adapter à vous. La douceur de l'activité ainsi que le peu d'équipement nécessaire la rendent accessible au quotidien.

Par ailleurs, marcher en groupe a un effet relaxant sur le mental, car l'exercice à plusieurs crée un sentiment d'appartenance et apporte sourire et sérénité. Vous serez plus

motivé. De plus, vous ressentirez moins l'effort fourni au cours d'une marche, même sur des kilomètres.



Merci aux animateurs Pierrette Chiasson et Jean-François Gabarra qui ont fait un magnifique travail. Gros merci également à Mme Dounia Cherradi qui, à cette occasion, a montré comment utiliser les bâtons de marche et a complété l'exercice par quelques mouvements de gymnastique.

La marche est accessible à tout âge et tout niveau d'endurance. Ses bienfaits sur la santé sont innombrables tant sur le mental que sur le physique.

Bienfaits sur le mental

- Marcher en pleine nature a un impact direct sur la partie de notre cerveau qui influe sur notre humeur, en particulier sur la tristesse, l'anxiété et la dépression.
- Le contact régulier avec la nature stimule notre cerveau et participe à la restauration des fonctions cognitives, telles la mémoire et la concentration.
- La randonnée va permettre de laisser son esprit s'évader et ainsi, réduire les pensées négatives et obsessives.
- S'adonner à la randonnée permet de pouvoir vraiment déconnecter. Se promener dans des endroits sans WiFi aide à atténuer les effets de la fatigue mentale qu'entraîne l'utilisation de tous les objets connectés.

Bienfaits sur la condition physique

- La marche régulière permet de perdre du poids. En moyenne, il faut faire environ 10 000 pas par jour pour maigrir.
- La randonnée étant une activité qui implique une importante prise d'appui, elle permet également d'accroître la force musculaire.
- Elle favorise une meilleure structure et densité des os, et aide à sculpter les muscles des jambes.

- Les activités en plein air réduisent les risques d'AVC et de maladies cardio-vasculaires chez les personnes âgées. Elles permettent également de diminuer les risques de diabète, de tension artérielle et d'obésité chez les plus jeunes.
- Enfin, il est bon de rappeler que la pratique régulière de la marche augmente les chances de rémission face aux maladies les plus graves telles que le cancer.

Faites équipe avec de bons souliers

L'équipement le plus important pour le marcheur est le soulier. Les souliers spécialisés pour la marche ou multisports sont, bien entendu, les plus recommandés si vous marchez régulièrement.

Pour vous aider à faire un bon choix, voici les caractéristiques d'un bon soulier de marche :

- Vos souliers doivent être fermés.
- Vos souliers doivent être confortables et ajustés à vos pieds.
- Vos semelles doivent être souples et coussinées. Les semelles antidérapantes sont également plus sécuritaires pour le marcheur.

Les bâtons de marche

Les bâtons de marche sont des accessoires intéressants pour les personnes qui souhaitent pratiquer une marche plus dynamique. Ils permettent d'augmenter l'intensité de l'activité au niveau des bras, rendant ainsi l'effort plus important.



La première activité des Grandes Marches de Sainte-Brigitte s'est avérée un franc succès grâce à une participation enthousiaste. Vingt-huit participants se sont baladés les rues du village.

Passez à l'action en participant aux grandes marches de Sainte-Brigitte.

Une invitation du Club de l'Âge d'Or de Sainte-Brigitte-de-Laval à ses membres et à tous leurs amis.

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.O. 1360-2453-03 fax: 825-4126

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

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

Club de golf Alpin

Un geste concret pour la relève

La relève représente un enjeu crucial pour les clubs de golf et il faut donc souligner l'initiative du conseil d'administration du club de golf Alpin, présidé par M. Yves Forgues, et du directeur général et professionnel, M. Jean-François Cote, qui ont posé un geste concret pour l'avenir du club.

En effet, un abonnement pour la saison 2019, d'une valeur de 330 \$, a été attribué à 10 jeunes lavallois, soit: Alec Caron, Anthony Careau, Étienne Gosselin, Anthony Hébert, Raphael Laverdière, Thomas L'Écuyer, Boris, Robinson et Maximus Patry et Hakim Proulx.

Dès son arrivée en poste, M. Cote a remis en place un programme d'initiation au golf pour les élèves de 5e et 6e années de l'école du Trivent et des camps pour les jeunes âgés de 8 à 14 ans.

Pour l'année 2018, M. Cote estime qu'environ 170 jeunes de notre municipalité ont suivi des cours de golf.

« Nous avons constaté que plusieurs jeunes, souvent accompagnés de leurs parents, fréquentaient le champ de pratique, mais il fallait poser un geste concret pour qu'ils deviennent membres » indique le directeur général.

Les dirigeants ont donc choisi de mettre en place un tournoi de golf au profit du programme junior. L'événement, qui a eu lieu le 14 septembre 2018, a permis de recueillir l'argent nécessaire pour financer non seulement les 10 abonnements, mais aussi l'encadre-



De gauche à droite : Étienne Gosselin, Hakim Proulx, Thomas L'Écuyer, Anthony Careau et Alec Caron accompagnés de messieurs Gilles Boudreau et Jean-François Cote

ment des jeunes pour assurer leur développement. Messieurs Forgues et Cote profitent de l'occasion pour remercier les personnes et les commanditaires qui ont assuré le succès de cet événement.



Du talent à développer

Le choix des jeunes a été effectué par M. Jean-François Cote et M. Gilles Boudreau, des professionnels qui possèdent une solide expérience en enseignement.

Ils ont été en mesure d'évaluer le potentiel et l'intérêt des jeunes qui ont participé au camp de golf et aux sessions offertes dans le cadre des activités du camp d'été Zactifs.

Il est important de souligner que les jeunes golfeurs auront accès au terrain de golf et au champ de pratique, mais surtout à l'encadrement professionnel de M. Boudreau qui sera responsable de leur développement.

Sainte-Brigitte-de-Laval a la chance de disposer d'un magnifique terrain de golf et il faut encourager les gestes concrets qui permettent à des jeunes de chez nous d'utiliser cet équipement sportif de grande qualité.

Jean-François Cote, qui a eu la chance de bénéficier d'un programme de développement junior, est évidemment très heureux de voir ce projet se concrétiser.

« Voir des jeunes acquérir non seulement des connaissances, mais aussi de développer une franche camaraderie avec d'autres jeunes, c'est déjà en soi une belle réussite et je suis assuré qu'ils deviendront d'excellents golfeurs d'ici quelques années » souligne-t-il.

Par André Lachapelle

Le refuge éthique de l'Arrière-Pays

Contrôle des chats errants

Le Refuge éthique de l'Arrière-Pays est heureux d'annoncer la prise en charge de notre premier bénéficiaire du programme CSRM (Capture, Stérilisation, Relâche et Maintien) des chats errants de Sainte-Brigitte-de-Laval. Les programmes CSRM sont les seuls programmes de contrôle des populations de chats errants humanitaires et responsables.

Lili, a été pris en charge par la SPA de Québec pour sa stérilisation. Nous tenons à remercier cet organisme pour son engagement dans notre cause et leur belle collaboration tout au long du processus.



Nous remercions la municipalité de Sainte-Brigitte-de-Laval pour son soutien dans notre initiative ainsi qu'à la famille qui s'occupe de ce minou et qui a fait appel à nous. Les programmes CSRM ne pourraient exister sans l'aide précieuse de tous les citoyens qui s'occupent gratuitement de ces animaux abandonnés par leurs anciens propriétaires.

Nous avons une pensée toute spéciale pour Daniel Roy, décédé en juillet dernier. Il était bénévole dans notre organisme depuis le début. Il a porté cette opération à bout de bras. Sans lui, rien de tout cela n'aurait été possible.

Le programme continue sur le territoire de Sainte-Brigitte-de-Laval jusqu'au 15 octobre 2018, n'hésitez pas à prendre contact avec nous pour plus d'informations.

Patricia Leclerc (membre du CA)
refuge.ethique@gmail.com

50 ans

BILODEAU

CHEVROLET • BUICK • GMC

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 **99⁹⁵\$**

1965 • 2015

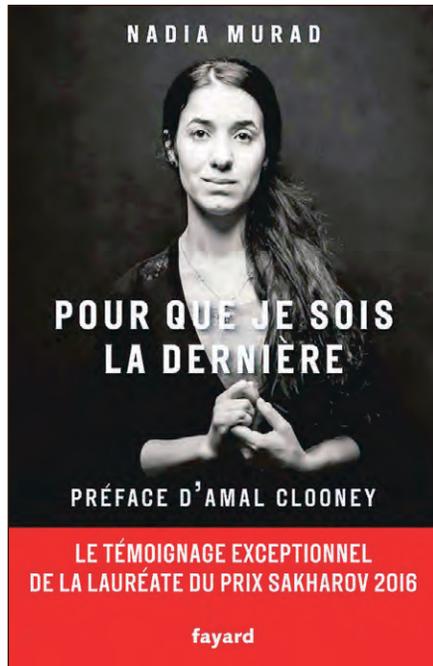
9641, boul. Ste-Anne, Ste-Anne-de-Beaupré • 418 827-3773
www.bilodeauautos.ca

Prix Nobel de la Paix 2018

par Jean-François Gerardin
et Louise Côté

Nadia Murad

Une jeune fille victime des horreurs de la guerre



Âgée de presque 25 ans, ambassadrice de l'ONU pour la dignité des victimes du trafic d'êtres humains depuis 2016, Nadia Murad, dont six frères et la mère ont été tués par l'EI (État islamique), milite désormais pour que les persécutions commises en 2014 contre les Yézidis soient considérées comme un génocide.

Madame Murad a été enlevée et après 11 mois d'horreur passés avec ses ravisseurs de l'EI a enfin réussi à s'échapper. C'est depuis l'Allemagne, pays où elle a rejoint sa soeur en 2015, que Mme Murad mène « le combat de son peuple ».

Nadia Murad a publié en 2017 une autobiographie intitulée *Pour que je sois la dernière* dans laquelle elle témoigne de son histoire.

En 2014, les djihadistes de Daech entrent dans le petit village rural de Kocho, en Irak, et massacrent tous les hommes de la communauté yézidie qui refusent de se convertir à l'islam, ainsi que les femmes trop vieilles pour servir d'esclaves sexuelles. Nadia, 21 ans, est emmenée à Mossoul pour y être vendue. Après avoir été battue et violée, elle réussit à s'enfuir.

C'est alors que commencera son combat.

Denis Mukwege

Un docteur congolais qui « répare les femmes »



Âgé de 63 ans, il « a dédié sa vie à défendre des victimes de violences sexuelles en temps de guerre », a précisé le comité Nobel, notamment en République démocratique du Congo. Avec son équipe, il a « sauvé des milliers de patients victimes de tels assauts ».

Il a régulièrement condamné l'impunité des viols collectifs et « critiqué le gouvernement congolais et d'autres pays pour ne pas en faire assez pour faire cesser l'usage des violences sexuelles contre les femmes dans leur stratégie et comme arme de guerre », précise le comité Nobel.

« Ce n'est jamais de gaieté de cœur que je quitte le bloc opératoire. Tant d'opérations à mener, tant de femmes qui arrivent, encore, ENCORE, et qui ont besoin d'aide... Il me faut saisir toutes les tribunes pour dire au monde ce qui se passe au Congo » raconte ce docteur exceptionnel avec 12 opérations par jour depuis 20 ans et dont la vie est menacée car il dérange...

En 2014, à Londres, au Sommet mondial consacré aux violences sexuelles dans les conflits, le docteur Mukwege a « imploré » un parterre subjugué de 80 ministres venus de 23 pays, de ... **ne plus détourner le regard** sur ce **déni** d'humanité.

Prix décerné à deux personnes d'exception luttant pour le respect des femmes

Le choix 2018 en Nobel de la paix ajoute sa force aux luttes des femmes partout dans le monde.

Quand un président des États-Unis se moque cruellement et salement d'une femme victime de tentative de viol qui témoigne courageusement devant le Congrès et le Sénat américain, que des prédateurs et autres salauds, quels que soient leurs rôles dans la société, continuent à violer et bafouer les femmes en niant toute responsabilité de leur comportement criminel à leur égard.

Pas une journée ne se passe dans notre monde actuel sans qu'elle ne soit marquée par une ou des infamies à l'endroit des femmes en général et les jeunes filles de tous âges dans notre monde ayant, à l'évidence, perdu ses repères d'une existence libre en harmonie avec la nature et toutes ses composantes.

Les scandales de ce type éclatent partout et éclaboussent encore davantage toutes ces femmes victimes d'abus dont beaucoup n'ont jamais émergé à la lumière d'une véritable justice...

Que pouvons-nous y faire ?

Nous détenons toutes et tous un pouvoir de changer certaines choses. D'abord, au regard de nos propres comportements, en présence ou non de femmes. Nos paroles, nos gestes doivent témoigner de notre respect envers la gent féminine.

Ce sont nos égales et le respect s'inculque dès le jeune âge, à la maison, à l'école ou dans la rue. Cela demande une éducation intelligente et des actions appropriées au plan de la magistrature. Cependant, il n'en demeure pas moins que ces attitudes égalitaires doivent se développer...

Nos législateurs ont du pain sur la planche mais le courage politique, la déontologie et l'éthique ne sont que peu ou pas au rendez-vous, pas plus que ne le sont nos législateurs qui semblent manquer de courage et de lucidité.

Que ces prix Nobel de la Paix 2018 mènent l'humanité à la réflexion et aux agissements adéquats !




Spécialités

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

Heures d'ouverture

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

www.sablirevalliere.com

Carrière - Rue de l'Escalade,
Ste-Brigitte-de-Laval (Québec) G0A 3K0

Tout près de chez vous !

VALLIÈRE EXCAVATION ENR.

418 825-2087

info@sablirevalliere.com **TOUT SOUS LE MÊME TOIT**




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

Installation septique et traitement secondaire avancée vous est offert



Appellez-nous dès maintenant!

418 825-2087

**Carrière - Rue de l'Escalade,
Ste-Brigitte-de-Laval (Québec) G0A 3K0**

Tout près de chez vous !

Actions encourageantes pour l'environnement

Les saules, des plantes salvatrices

• Filtration des eaux usées des municipalités

Au Québec, à Saint-Roch-de-l'Achigan, à côté de l'usine de traitement des eaux usées, une ingénieuse station de filtration donne d'excellents résultats, une promesse pour l'avenir. Une plantation de saules compose un marais filtrant qui reçoit une partie des eaux souillées de la municipalité, et les traite.

« Depuis deux ans, on a atteint un niveau d'efficacité tout à fait correct, donc l'eau qui sort des filtres répond aux normes gouvernementales », explique Xavier Lachapelle-Trouillard, responsable de la recherche d'Agro Énergie, une entreprise qui développe une technologie de traitement des eaux pour les petites municipalités.

Agissant comme des éponges, les saules collaborent avec les micro-organismes présents dans le sol. Ces bactéries transforment les contaminants et laissent des éléments comme l'azote ou le phosphore, qui deviennent des fertilisants pour les saules. Ceux qui reçoivent les eaux usées poussent donc plus vite et sont également en meilleure santé que les autres.

• Nettoyage naturel d'eaux contaminées

Les eaux provenant d'un site d'enfouissement peuvent aussi être traitées. En pratiquant une application contrôlée d'eau contaminée sur différents types de sol où des saules sont plantés. « Pour trouver la juste mesure, pas trop de contaminants pour les plantes ou le sol », explique Xavier Lachapelle-Trouillard.

Les résultats sont visibles : l'eau noirâtre et malodorante en ressort claire et débarrassée de sa forte odeur.

• Autres usages

En plus, de traiter les eaux usées de petites municipalités, les saules pourront servir à fabriquer des écrans antibruit. Rien ne se perd dans cette économie circulaire; les restes de saule sont aussi transformés en paillis.

Jardin botanique de Montréal

D'ici cinq ans, le *Jardin botanique de Montréal* va initier le grand public aux phytotechnologies. À l'aide d'un parcours explicatif, on démontrera comment l'utilisation des plantes permet de résoudre des problèmes environnementaux. En outre, cet exemple permettra de régler certains problèmes environnementaux que connaît le Jardin botanique.



Photo: Frédéric Deschênes

Les plantes à la rescousse des villes polluées

« Dans notre parcours explicatif, on va trouver des toits verts, des bassins de rétention ...] des marais filtrants derrière pour traiter les eaux usées qui vont sortir des bassins de nos collections de plantes aquatiques », décrit Andrée Hallé, responsable des programmes éducatifs et chef de section pour les programmes publics au Jardin botanique.

La première des sept stations devrait être prête cet automne (2018), dans la section des plantes aquatiques.

D'après le texte d'Anne-Louise Despatie, 28 juillet 2018.

<https://ici.radio-canada.ca/nouvelle/1114138/environnement-pollution-decontamination-eaux-plantes>

Avec ce lien, vous pourrez regarder une vidéo explicative.

Le Canada s'engage officiellement

Le ministre des Pêches, Jonathan Wilkinson, a indiqué, le 20 septembre dernier, que le Canada s'était joint à la « *Global Ghost Gear Initiative* » (GGGI) dans le cadre d'une campagne contre le rejet d'objets de plastique dans les océans.

Le Canada s'engage donc à aider à débarrasser les océans du monde de millions de tonnes de filets de pêche abandonnés qui représentent un plus gros problème que les pailles, les bouteilles ou les sacs d'épicerie.

Cela représente quelque 640 000 tonnes d'équipements de pêche perdus ou abandonnés en mer chaque année. On ne peut pas encore mesurer la part canadienne de ces équipements.

Josey Kitson, directrice générale de l'organisme *Protection mondiale des animaux Canada*, qui a contribué à la création de la GGGI en 2015, a indiqué que le Canada était devenu le 13^e pays à y adhérer. Elle espère que cette décision incitera le gouvernement à prendre des mesures concrètes pour lutter contre ce problème.



Photo: Olivier Zuïda, Le Devoir

Le ministre des Pêches, Jonathan Wilkinson, a ajouté que le gouvernement étudiait des moyens pour étiqueter le matériel de pêche afin que leur origine puisse être retracée. Ottawa veut aussi mettre à jour la réglementation qui empêche les marins de retirer le matériel de pêche abandonné dans les eaux canadiennes.

Souhaitons que ce programme se réalise pour que, pour une fois, la signature d'un traité soit significative.

par Louise Côté

R.B.Q. 5736-8409-01

Ventilation
PRO-CONFORT INC.
799

Le PRO du chauffage

418 999-8316

Entrepreneur général

Soumission gratuite
Pro-confort@outlook.com

• **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

RÉSIDENTIEL & COMMERCIAL

- Tonte de pelouse
- Nettoyage printanier
- Déchaumage
- Arboriculture
- Déchiquetage de feuilles

ÉCO-VERT
ENTRETIEN PAYSAGER
ARBORICULTURE • ÉLAGAGE

SERVICES D'ARBRES • ÉLAGAGE • FERTILISATION
AMÉNAGEMENT DE SENTIERS PÉDESTRES

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

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

Nous donnons un coup d'éclat à votre aménagement paysager

Ligue féminine de softball

par Sophie Léonard

Les filles savent s'amuser

La saison de softball est maintenant terminée pour la ligue féminine de Sainte-Brigitte. Tout au long de l'année, quatre équipes se sont affrontées tous les lundis soir.

L'équipe commanditée par Terrassement Gariépy s'est démarquée par son esprit d'équipe incroyable. L'équipe formée de plusieurs

filles ayant peu d'expérience, mais beaucoup de coeur, a su garder son positivisme. Elles se sont améliorées grandement au fil de la saison pour finalement remporter une victoire en fin d'année. Bravo les filles !

L'équipe représentant Construction F.G. a été confrontée à plusieurs abandons en début de saison. Malgré tout, elles ont mené une chaude lutte pour la deuxième place au classement. Elles ont terminé leur saison au 3^e rang du classement général.

La deuxième place du calendrier régulier va à l'équipe de J.D Innovation qui n'a perdu que 2 matchs cet été. En série de championnat, lors de la grande finale, les filles ont travaillé très fort pour détrôner l'équipe championne de la saison régulière. Elles sont passées



bien près de ressortir avec les grands honneurs!

La grande finale des séries a été remportée par l'équipe championne de la saison régulière, commanditée par la clinique chiropratique de Sainte-Brigitte. Elle a connu une saison quasi parfaite n'ayant subi aucune défaite et cumulé deux matchs nuls.

Quelle belle saison!. Un merci particulier à nos arbitres, Gilles Dion et Anthony Careau, pour leur superbe travail et à Sara Drouin la marqueuse officielle. Merci à Turbo Pizza qui a offert un certificat cadeau au joueur du match à chacune des parties.

Merci à l'ASSBDL d'intégrer et de supporter la ligue de softball féminine de Sainte-Brigitte.



Club de soccer

par Lucille Thomassin

Une saison formidable

Nous tenons à remercier tous nos membres d'être venus en si grand nombre à la fête de fin de saison. Cette dernière s'est déroulée lors de la superbe journée du samedi 26 août dernier. Nous avons eu droit à une magnifique journée. Grâce à votre participation, l'évènement fut un réel succès!

De plus, merci à tous nos commanditaires pour nous avoir permis de réaliser cette grande fête encore cette année. Nous avons pu récompenser les joueurs du Club grâce à vous.. En effet, de nombreux prix de présence ont été offerts au grand plaisir de tous.

Nous tenons également à remercier Steve Giguère, notre photographe bénévole, pour sa participation tout au long de la saison ainsi que Le journal Lavallois pour sa présence lors de la fête.

Tout au long de l'année, les 5 membres du conseil d'administration ont travaillé ardemment à collecter des fonds, à améliorer la visibilité auprès de la communauté, à préparer des activités de soccer et bien d'autres. Cet été, le Club a pu aussi compter sur la participation de 35 entraîneurs bénévoles. Sans eux, le fonctionnement du Club aurait été impossible, tout simplement! Chacun a collaboré à sa façon afin d'offrir une saison de qualité aux

jeunes et moins jeunes de notre petit coin de pays. Cette année, plus de 322 enfants et 37 adultes se sont inscrits aux activités offertes par le Club.

Afin de remercier tout spécialement les nombreux bénévoles, les membres du conseil d'administration ont organisé, une activité-reconnaissance au Bar



Alpin, le 21 septembre dernier. Ils le méritaient grandement, car le Club de soccer est toujours présent dans notre communauté grâce à eux.

Lors de cette belle soirée, un certificat-cadeau ainsi qu'une bouteille de vin ont été remis à chaque bénévole afin de souligner sa généreuse implication. Nous vous disons... à l'année prochaine!

Club de soccer SBDL



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

YL **YVES LEFEBVRE**
ARPENTEUR-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: ylag@qc.aira.com
Internet: 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
- Joints d'expansion
- Sciage mural / plancher jusqu'à 48" d'épaisseur
- Scie électrique pour travaux intérieurs
- Percements de 1" à 36"

Alain et Michaël Tremblay

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

Un message de la SOPFEU

Non au brûlage de feuilles mortes



Les feuilles mortes qui tomberont sous peu pourraient provoquer des incendies, surtout si l'automne est à la hauteur de l'été 2018 que nous avons connu.

Chaque automne, les pompiers municipaux et la SOPFEU interviennent sur 5 incendies allumés par la perte de contrôle d'un brûlage.

Le vent a facilement de l'emprise sur les feuilles mortes. En plus de les assécher, il les fait voyager d'un endroit à un autre. Situation qui, lors d'un brûlage, pourrait entraîner des dommages, oui à la forêt, mais aussi à des résidences ou à d'autres biens matériels. C'est pourquoi la SOPFEU recommande à la population d'éviter le brûlage et d'opter pour des solutions écologiques comme le compostage, la tonte des feuilles mortes ou encore la cueillette des résidus verts.

Pour la ville de Sainte-Brigitte-de-Laval, la collecte des résidus verts aura lieu le 5 novembre 2018. Vous n'avez qu'à placer vos feuilles mortes, herbes et gazon dans un sac orange ou transparent. Pour les branches d'arbres, il suffit de les attacher en fagots de 1 pied de diamètre sur 3 pieds de long.

Pour plus d'information sur la collecte des résidus verts, veuillez communiquer avec le Service de l'aménagement du territoire au 418 825-2515, poste 246.

Portes ouvertes

Visite de la caserne de pompiers



Dans le cadre de la semaine de prévention des incendies qui se déroulera du 7 au 13 octobre 2018, le Service de la sécurité publique de la ville de Sainte-Brigitte-de-Laval vous invite à sa journée portes ouvertes qui se tiendra le samedi 13 octobre prochain de 9 h à 16 h.

Lors de cette journée, vous pourrez notamment discuter avec nos pompiers premiers répondants, monter à bord des véhicules d'urgence et participer à des ateliers relatifs à la prévention incendie.

De plus, les enfants recevront un passeport pompier averti et prendront part à des formations sur l'utilisation d'un extincteur, la vérification d'un détecteur de fumée et la gestion des situations d'urgence. Ce passeport encourage les jeunes à prendre de bonnes habitudes en ce qui a trait à la prévention et ce de façon instructive, éducative et amusante. Nous vous attendons donc en grand nombre.

Bibliothèque

Des boîtes à lecture en nature

Des boîtes à lecture seront installées au cours de l'automne au parc Richelieu, tout près de l'aire de jeu, ainsi qu'au parc les Fleurs du golf. Sous le principe **Prends un livre, donne un livre**, ces boîtes seront accessibles à tous durant trois saisons. Petits et grands auront donc accès à la lecture, en tout temps, en pleine nature!

Cette réalisation est possible grâce à l'Entente de développement culturel de la MRC de la Jacques-Cartier sur le plan du livre.



En octobre. la chasse aux abonnés

Tout le mois d'octobre, abonnez-vous ou référez un(e) nouvel(le) abonné(e) à la bibliothèque et courez la chance de gagner une tablette numérique (iPad d'Apple).

Tous les détails du concours disponibles à votre biblio.



Projet de règlement

Éthique et déontologie

Projet de Règlement 829-18 - Règlement portant sur l'éthique et la déontologie des employés municipaux, modifiant le Règlement 791-16

Résumé du projet de règlement

Le projet de règlement vise à modifier le Règlement 791-16 portant sur l'éthique et la déontologie des employés municipaux afin de se conformer aux exigences du projet de loi 155. En effet, le règlement sera modifié afin d'interdire aux cadres, et particulièrement au directeur général, au greffier, au trésorier et leurs adjoints, d'occuper un poste d'administrateur ou de dirigeant d'une personne morale, un emploi ou toute autre fonction de telle sorte qu'eux-mêmes ou toute autre personne tire un avantage indu de ses fonctions antérieures à titre d'employé de la ville.

De plus, une référence au respect de toute politique en vigueur concernant l'usage, la possession ou la consommation d'alcool, de drogues et de médicaments est ajoutée.



GOULDS WATER TECHNOLOGY
a xylem brand

Service Régent.com
POMPES & PUITES

Benoît Bureau, propriétaire
C 418 571-8893

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

info@serviceregent.com
F 418 848-1796

418 849-5614

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 info@aux-petitsmoteurs.com

LOCATION DE HORS-BORD ET ENTREPOSAGE DE SOUFFLEUSE À NEIGE

SDE de la Jacques-Cartier

Coup de pouce apprécié

C'est à l'occasion de la séance du conseil d'administration du 11 septembre dernier que la Société de développement économique (SDE) de La Jacques-Cartier a attribué plus de 9 000 \$ pour le développement économique de sa région.

Un coup de pouce financier aux entreprises...

La jeune entreprise Centre Canin Tout doux, la Coop santé Sainte-Brigitte et la Vélopieste Jacques-Cartier/Portneuf ont tous bénéficié du soutien de la SDE de La Jacques-Cartier.

Centre Canin Tout Doux

Le service de garderie et pension pour chiens le Centre Canin Tout doux offre un environnement paisible en plein cœur de la nature où les chiens sont accueillis comme un membre de la famille. La nouvelle entreprise située à Stoneham-et-Tewkesbury propose aussi une garderie de jour et un centre d'enrichissement, une exclusivité dans la grande région de Québec.

Coop de Santé SBDL

La Coop santé Sainte-Brigitte-de-Laval s'est aussi vu remettre une aide financière afin de mettre en place la 1^{re} phase de son projet de télémédecine. En plus de répondre à un besoin grandissant de la population, ce projet générera de nouveaux membres et contribuera au maintien et à la consolidation des emplois existants.

Vélopieste Jacques-Cartier/Portneuf

Enfin, la Vélopieste Jacques-Cartier/Portneuf a pu compter sur le coup de main financier de la SDE pour réaliser une étude de coût en lien avec l'asphaltage d'un tronçon de 10km, visant à renforcer davantage l'attractivité de cette piste cyclable prisée.

...Et aux événements d'ici

La SDE sera l'un des fiers partenaires de l'événement le Défi Tour du lac Beauport 2018 qui a eu lieu le 30 septembre dernier.

« La région de La Jacques-Cartier est animée et en pleine effervescence. Il est de notre mission d'aider les entrepreneurs et les promoteurs de chez nous afin, qu'ensemble, notre région se développe tout en mettant en lumière ses spécificités qui la rendent unique et distinctive », a mentionné M. Pierre Dolbec, président de la SDE de La Jacques-Cartier.

Lucille Thomassin

Les Cafés du lundi

Par Louise Côté

pour les parents de jeunes enfants et les nouveaux parents

Projet de l'OBNL *Centre Famille Sainte-Brigitte-de-Laval*, en collaboration avec le Centre de Santé SBDL et le programme SIPPE du CIUSSS de la Capitale-Nationale.

Objectifs

Rencontrer d'autres parents et obtenir de l'information de la part d'organismes et professionnels sur divers sujets qui interpellent le quotidien et les tracas de parents. Toutes les 2 semaines, des sujets différents seront abordés, parfois sous forme de conférences, d'activités ludiques et créatives. Cette activité est gratuite.

Halte-garderie sur place

Durant les Cafés du lundi, vos enfants peuvent être pris en charge par les éducatrices de la halte-garderie « *Les Super Actifs* » ou sont les bienvenus parmi nous, des jeux calmes sont là pour les occuper. Les nourrissons restent avec les parents à l'atelier.

Session Automne 2018

22 octobre de 10 h à 11 h 30 **Brico d'Halloween et présentation des services et de la programmation.**

On prépare une surprise pour les enfants sous le thème de l'Halloween.

avec **Véronique Loubier, intervenante, responsable des cafés**

12 novembre de 10 h à 11 h 30 **Allaitement/alimentation DME/ implication des papas**

Trucs, techniques, réflexions et échanges au tour de ces thématiques.

avec **Dominique Deblois, marraine d'allaitement**

26 novembre de 10 h à 11 h 30 **Prévention de maladie infantiles, de la tête plate et vaccination**

Trucs, conseils et astuces pour prévenir la tête plate chez les bébés, pourquoi vacciner, prévention des maladies, croissance, etc.

avec **les infirmières du Centre**

Pour information et inscription

Centre famille Sainte-Brigitte-de-Laval.
20 rue du Domaine, SBDL
tél : 418-825-5097
Courriel : centrefamillesbdl@gmail.com



Y.A. MÉTAL
418 271-3810
418 265-3876

Recyclage de métaux
- Ferreux / non-ferreux
- Électroménager
- Aluminium
- Cuivre
- Batterie d'auto
- Vieux cellulaire

- SERVICE GRATUIT -

DÉBOUCHAGE L.B.

Résidentiel - Commercial

debouchagelb@gmail.com
418 802.0315

Évier - Lavabo - Toilette - Bain - Drain de Plancher

NETTOYEUR JAMES

James G. Benoît
Spécialiste en nettoyage de vêtements et autres

C : 418 561-3505
jamesbenoit48@gmail.com
Réparation de vêtements et de chaussures

CLF INC.
CONSTRUCTION LAMBERT/FRÉDÉRIC
418 809.1642
RBQ: 5641-8213-01

Estimation gratuite

Construction
Rénovation
en tout genre

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

constructionclf.com
lambert.fils@hotmail.com

restaurant **LE LAVALLOIS**

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

Promo Pizza

Pizza 12" garnie, frites, 4 canettes de liqueur 22,90 \$ plus taxes

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



Récentes nouvelles



Télé-médecine, un pas vers la médecine de demain

Le Centre prend un virage techno-santé en s'associant à un partenaire québécois qui offrira aux citoyens de Sainte-Brigitte-de-Laval, la possibilité de s'abonner à une plateforme de consultation santé en ligne : des infirmiers et des médecins, accessibles, 7 jours par semaine, via votre cellulaire ou votre ordinateur, et ce, peu importe où vous vous trouvez au Québec et au Canada.

Un projet novateur, une première au Québec

Habituellement, ce service n'est réservé qu'aux entreprises et à leurs employés et il est de plus en plus utilisé dans le réseau même de la santé et des services sociaux. Nous offrons, en primeur, aux membres de la Coop et aux gens de la communauté qui seraient intéressés par ce type de service, la possibilité d'adhérer à cette plateforme, via le Centre.

Fonctionnement

Une soixantaine d'actes médicaux peuvent être réalisés à distance, tels des diagnostics et des prescriptions.

Lorsque vous faites une demande de consultation, vous discutez d'abord avec un infirmier par téléphone, courriel ou vidéo-conférence. Près de 70% des demandes, se terminent souvent à cette étape. Le 30% des autres demandes, est référé à un médecin qui, le jour même, vous donnera une plage horaire de rendez-vous par vidéo-conférence.

Simple, accessible et efficace, l'équipe médicale fait également un suivi après votre consultation. Chaque membre de la famille (habitant sous le même toit) âgé de 14 ans et plus, possède son propre compte et tout ce qui concerne son dossier est conservé de manière strictement confidentielle. Vous pouvez également le consulter en tout temps.

Coûts

Le service coûtera 14\$+tx/mois pour une personne seule et 16 \$ + tx / mois pour une famille. L'abonnement est de 12 mois. Si vous souhaitez plus d'informations, contactez Véronique Loubier au 418 825-5097.

Si vous souhaitez vous abonner, demandez un formulaire d'adhésion par courriel à info@centresantesbdl.com.

Bientôt, il sera possible de s'inscrire directement via notre site Web: www.centresantesbdl.com

Campagne de vaccination contre la grippe, saison 2018-2019

L'équipe de soins infirmiers vous informe que, cette année encore, une campagne de vaccination se tiendra au Centre de santé pendant les plages horaires régulières de la clinique. Deux cliniques de vaccination, le samedi, seront ajoutées (une en novembre et une en décembre).

Pour prendre rendez-vous, vous devez appeler au 418 825-5097 afin de réserver votre place. Le coût des injections est de 10 \$ pour les membres et de 15 \$ pour les non-membres. Le vaccin lui-même est gratuit.

Nouveaux critères 2018-2019 pour l'accessibilité au vaccin, émis par la Direction de la santé publique du Québec

- Les personnes âgées de 6 mois à 74 ans ou plus, atteintes d'une maladie ou d'une condition chronique,
- Les personnes âgées de 75 ans et plus
- Les enfants et les adolescents (dont l'âge varie entre 6 mois et 17 ans) sous traitement prolongé à l'acide acétylsalicylique.
- Les résidents de tous âges des centres d'accueil ou des établissements de soins de longue durée.
- Les femmes enceintes présentant une maladie ou une condition chronique (le vaccin peut être administré quel que soit le stade de la grossesse).

- Les femmes enceintes en bonne santé qui en sont au deuxième ou au troisième trimestre de la grossesse (treize semaines ou plus).
- Les personnes vivant dans les communautés éloignées ou isolées.
- Les voyageurs qui présentent une maladie ou une condition chronique et qui se rendront dans une région où les virus influenza circulent (région des tropiques : à l'année; hémisphère sud du mois d'avril au mois de septembre)
- Les personnes susceptibles de transmettre la grippe à des personnes à risque élevé de complications (aidants naturels).
- Les travailleurs de la santé qui ont *de nombreux* contacts avec des personnes à risque élevé de complications et qui donnent des soins directs à des patients.

Julie Grenier, infirmière

Co-gestionnaire de l'équipe de Soins infirmiers SBDL

Élections

La Coalition Avenir Québec, par l'entremise de monsieur Jean-François Simard (élu), s'était fermement engagée au cours de la campagne à soutenir le Centre en matière de financement et d'effectifs médicaux.

Nous les rencontrerons donc prochainement, car l'affichage des postes pour les nouveaux médecins ou les médecins déjà en pratique s'effectue annuellement entre le 15 octobre et le 15 novembre.

Nous croyons que cette année, les étoiles s'aligneront pour qu'enfin notre souhait d'avoir des soins complets et des médecins sur place se réalise.

N'oubliez pas que le meilleur moyen de nous soutenir est d'utiliser nos services et de devenir membre.

Véronique Loubier, directrice

Centre de Santé



RBQ 5680-7662-01

ÉLECTRIQUE

ENTREPRENEUR ÉLECTRICIEN



Corporation
des maîtres électriciens
du Québec

418 825-5578

418 955-5578

info@bmtec.ca

ENTREPRENEUR GÉNÉRAL



RBQ 5646-9802-01

CONSTRUCTION F.G.

ENTREPRENEUR GÉNÉRAL
COMMERCIAL ET RÉSIDENTIEL

418-809-2895

www.constructionfg.com
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

Par Diane Clavet

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

www.agedor-sbdl.org

www.facebook.com/agedor.saintebrigittedelaval/



Journée internationale des aînés

Les personnes aînées sont une force vivante de notre communauté. À l'occasion de la journée internationale des aînés, nous avons offert des roses à trois de nos membres âgées de 90 ans et plus.



Mme Gilberte Fortier, Mme Blandine Vallée et Mme Madeleine Lépine en compagnie de M. Carl Thomassin et M. Raymond Bernier.

Tournoi de Whist

Participez à notre tournoi de Whist, le mardi 16 octobre 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

Dîner communautaire

Le mardi 30 octobre prochain, nous vous attendons pour notre dîner communautaire mensuel au sous-sol de l'église à 11 h.

Prix : 6 \$ membre SBDL, 9 \$ non-membre

Réservez votre place auprès de :
Lilianne Lacroix 418-825-1527
Céline Falardeau 418-825-3408

Déjeuner au restaurant Le Lavallois

Le mardi 13 novembre à 9 h, venez nous rencontrer au restaurant Le Lavallois pour un déjeuner amical. Réservez et payez avant le 9 novembre car les places sont limitées. Taxes et service inclus.

Prix : 6 \$ membre SBDL, 9 \$ non-membre

Responsables :
Céline Falardeau, 418 825-3408
Jean-Marc Jennings, 418 825- 1527

Tournoi de Kaiser et Politaine

Le mardi 13 novembre 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.

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

Réservez votre place auprès de :
Lilianne Lacroix, 418 825-1527

Brunch Pizza Passion

Le dimanche 18 novembre à 11 h, nous vous invitons à venir bruncher au restaurant Pizza Passion, 272, ave Seigneuriale.

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

Réservez votre place auprès de :
Céline Falardeau, 418 825- 3408
Jean-Marc Jennings, 418 825-1527

Randonnées pédestres

Des randonnées pédestres avec bâtons de marche sont organisées tous les mardis 10 h. Le départ se fait du stationnement de l'église.

L'animation est assurée par :
Pierrette Chiasson, 418 609-0899
Jean-François Gabarra, 581 578-3138

Pétanque

Notre activité estivale, la pétanque extérieure, a pris fin le 4 septembre. Merci de votre participation et au plaisir de vous revoir l'an prochain.

Un merci particulier à Mme Diane Durand, Mme Monique Vallée et M. Paul Henri Fortier pour leur implication dans cette organisation.

Les gagnants de la finale du mardi sont : Mme Céline Falardeau, M. Yvon Thomassin, M. William Lacombe et M. Yvon Lamarre

Les gagnants de la finale du jeudi sont : Mme Yolande Lecours, M. Jean-Charles Millette et M. Paul-Henri Fortier.



Inscrire à votre agenda

Souper et soirée des Fêtes
Centre communautaire du Trivent 1
Samedi 1^{er} Décembre

Conseil d'administration 2018-2019

Michel Després, prés.	418 849-2089
Paul-Henri Fortier, v.p.	418 825-2031
Clémence Thomassin, sec.	418 825-2206
Jean-Marc Jennings, trés.-reg.	418 825-1527
Lilianne Lacroix, relationniste	418 825-1527
Céline Falardeau, adm..	418 825-3408
Diane Durand, adm.	418 948-1023

EXCAVATION MARIO VALLÉE



- Excavation • Démolition
- Nivelage • Essouchage
- Fosse septique • Champ d'épuration



- Déneigement • Transport (gravier, sable, terre, remplissage)

70, rue de la Promenade, Ste-Brigitte-de-Laval

418 825-2011



Sablière M.J. Vallée enr.

Tamisage
Concassage

Pierre de granit

Terre • Sable • Pierre • Gravier



Me Chantale Bourget
Notaire et conseillère juridique

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

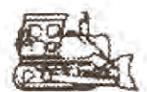
Tél : 418 825-2132
Courriel : cbourget@vl.videotron.ca



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

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



Informations utiles - Spectacle Kronos

par Louise Côté

Du nouveau au Trivent



L'école du Trivent possède maintenant sa page Facebook. Vous pouvez la consulter tant que vous le désirez. Vous pouvez poser des questions.

Allez encourager vos enfants, leurs enseignants et la direction du Trivent.

Allez au <https://www.facebook.com/duTrivent/>

Circulation et débarcadère TRIVENT I - Directives importantes

Il est important de ne pas se stationner dans les deux zones de stationnement des autobus le matin, le midi et en fin d'après-midi.

Sur la rue du Collège, l'accès est interdit tout le long de la clôture.

Sur la rue du Couvent, vous êtes invités à ne pas vous stationner devant les trois bâtisses nommées le Couvent, le Centre Communautaire et le Collège.

Campagne de financement 2018-2019

Comme chaque année, le Trivent aura besoin de votre collaboration pour la campagne de financement. Les sommes amassées permettent de contribuer financièrement à des activités ou spectacles collectifs.

Vers la mi-novembre prochain, les élèves cogneront aux portes des Lavallois pour vendre différentes sortes de chocolat en barres ou en morceaux de même qu'un cahier de recettes maison.

Services complémentaires offerts

- **Psychologie** : M.-Ève Bergeron, Trivent I et II;
- **Psychoéducation** : Claudie Labrecque, Trivent I et II;
- **Orthophonie** : Élisabeth M. Gélinas / Jessica Carrier, Trivent I et II;
- **Orthopédagogie** : Nancy Michaud, Trivent I; Françoise Taché, Trivent II
- **Éducation spécialisée (T.E.S.)** : Jessica Galarneau, Trivent I; Julie Rhéaume, Trivent II.

But du spectacle Kronos

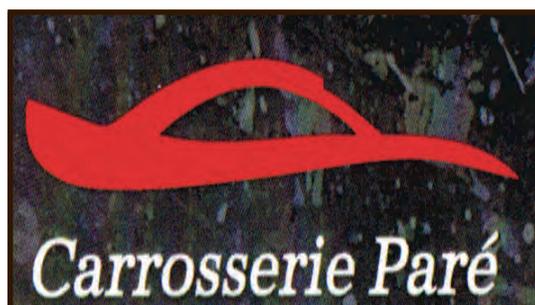
En l'an 2137, l'humanité fait face à de graves problèmes de santé menaçant ainsi son existence. Les humains ont depuis longtemps perdu l'habitude de bouger et de bien se nourrir. Les hautes autorités ont donc créé un groupe d'intervention spatio-temporel afin de retourner dans le passé et tenter de modifier le cours du temps.

L'escouade KRONOS. doit démontrer que les jeunes peuvent trouver du plaisir en pratiquant une activité physique. Elle ira donc organiser, dans le passé, des fêtes actives pour les jeunes afin de promouvoir de bonnes habitudes de vie en utilisant les moyens technologiques qu'ils connaissent, ceux du futur.

C'est ce qu'ont vécu les élèves du Trivent les 17 et 18 septembre dernier. Pour cette occasion, les jeunes du Trivent 2 se sont déplacés jusqu'à leur ancien gymnase. Les deux membres de l'équipe Kronos ont su capter l'attention des écoliers et leur rappeler de saines consignes pour bonifier le futur des leurs descendants.

Ce qui suit illustre l'opinion de Noémie Amyot, élève du Trivent 2, au sujet de cette expérience.

Photos: Louise Côté



Carrosserie Paré

Débosselage et peinture



Redressement de châssis

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

Réclamation d'assurance

Estimation gratuite

Lancement du Plan d'engagement vers la réussite 2018-2022

C'est avec une grande fierté que la Commission scolaire des Premières-Seigneuries (CSDPS) lance son premier plan d'engagement vers la réussite (PEVR 2018-2022). La CSDPS est plus que jamais une organisation tournée vers l'avenir, qui répond aux défis de notre société avec la collaboration de toute une communauté éducative engagée pour chaque élève.

Tournée vers l'avenir

Nous amènerons les élèves à s'engager dans des apprentissages porteurs d'avenir et offrirons des occasions fréquentes d'utiliser et de concevoir des technologies novatrices dans divers contextes.

Nous cultivons chez les élèves des qualités humaines spécifiquement importantes dans un « monde » où les tâches plus répétitives sont de plus en plus automatisées.

Dans l'accomplissement de notre mission qui est d'instruire, de socialiser et de qualifier les élèves, nous les accompagnons dans le développement des compétences qu'il est maintenant nécessaires d'acquérir pour faire face adéquatement aux défis du 21^e siècle.

En réponse aux défis

Le monde de l'éducation rencontre d'importants défis. Nous vivons dans un environnement marqué par la présence grandissante du numérique, la volonté de décloisonner les aires d'apprentissage et le plein emploi, et ce, dans le contexte d'une augmentation d'élèves ayant des besoins particuliers et diversifiés, autant aux secteurs jeune qu'adulte.

Les six orientations ainsi que les cinq objectifs et cibles de réussite du PEVR ont été élaborés pour répondre aux zones de développement identifiées.

Le PEVR place en priorité chaque élève, avec ses besoins, ses intérêts, ses capacités et son engagement.

Une communauté éducative active

Le PEVR est le fruit d'une vaste démarche collaborative avec les parents, les élèves, les membres du personnel et de la direction, les élus, les partenaires et les citoyens du territoire. Sondage, groupes de discussion, ateliers de travail : aucune étape n'a été négligée pour s'assurer que tous aient l'occasion de s'exprimer.

La vision, de même que les valeurs et les principes de gouvernance, sont à l'image de cette communauté éducative riche de sa diversité, qui s'engage à le mettre en oeuvre, en effectuant tous les ajustements requis en cours de route.

Ensemble, tous les membres de la communauté éducative de la CSDPS concrétiseront la vision du PEVR : une communauté éducative riche de sa diversité qui collabore au développement du goût d'apprendre et à l'engagement de chaque élève dans des apprentissages porteurs d'avenir.

Photo : André Lachapelle



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

Matinée mères-enfants

Retour sur le Marché aux puces :

Merci à tous ceux qui se sont déplacés pour le marché aux puces qui a eu lieu le samedi 15 septembre dernier. Le soleil était au rendez-vous et les familles ont pu trouver de nombreux articles à bas prix. De plus, cette activité nous a permis d'amasser des fonds pour notre organisme, fonds qui nous donnent la possibilité d'offrir des activités gratuites pour les familles de notre communauté.

Activités prévues pour les semaines à venir:

Octobre

- 17 - Atelier avec Kiwi sur le thème de l'Halloween
- 19 - Sortie avec Ti-Mousse dans Brousse
* (Lac Neigette au Lac-Beauport)
- 24 - Jeux libres
- 26 - Sortie avec Ti-Mousse dans Brousse
* (Montagne à 2 têtes)
- 31 - Bricolage avec Au précieux temps

Novembre

- 2 - Sortie avec Ti-Mousse dans Brousse
* (Mont Saint-Castin au Lac-Beauport)
- 7 - Jeux libres
- 9 - Sortie avec Ti-Mousse dans Brousse
* (Montagnard, Centre de l'Hêtre)

*Sortie avec Ti-Mousse dans Brousse :

Randonnées animées guidées, pour parents et leurs enfants 0-5 ans, dans différents sentiers de la région avoisinant Sainte-Brigitte-de-Laval, avec Ti-Mousse dans brousse! Les départs ont lieu à 9 h et les retours vers 11 h, porte-bébés disponibles sur réservation! 10\$/adulte et ses enfants, payable sur place. Les lieux de randonnées sont décrits sur la page Facebook des Matinées mères-enfants 2 jours avant la sortie, ou vous pouvez nous demander les informations par courriel.

Pour plus d'informations sur Ti-Mousse dans Brousse
<https://timoussedansbrousse.com/>

Pour nous joindre :

Maude Émond, Responsable des Matinées mères-enfants
matineesmeresenfants@hotmail.com

Page Facebook : Matinées mères-enfants SBDL



Les CFQ, des liens de partage tissés serrés

Partager pour s'enrichir

La réunion mensuelle d'octobre aura lieu le 16 octobre à 19 h donc toujours le 3^e mardi du mois.

L'atelier du mois sera donné par Mme France Clavet le 4^e mardi, donc le 23 octobre à 19 h. Cet atelier consiste à apprendre à faire des tampons à recurer en tulle avec une technique assez simple de tricot au crochet.

L'exposition/vente annuelle du Cercle de Fermières Sainte-Brigitte-de-Laval aura lieu le dimanche 4 novembre prochain de 10 h à 16 h au sous-sol de l'église.

Veillez prendre note que des nouvelles inscriptions sont possibles tout au long de l'année. Nous invitons toute personne intéressée à venir nous rencontrer lors des réunions mensuelles ou en communiquant avec nous le matin directement au local du Cercle (418 825-3384).

France St Hilaire, présidente
Patricia Saint-Pierre, arts textiles
Maria Harvey, sec-trésorière
France Clavet, dossiers
Doris Roy, communications

CCAP
CABLE . COM
TÉLÉVISION • TÉLÉPHONIE • INTERNET

AVIS DE CONVOCATION

Assemblée générale annuelle 2018
Coopérative de câblodistribution de l'arrière-pays

Prenez avis que l'Assemblée générale annuelle des membres de la CCAP aura lieu le **14 novembre 2018**, à 19 heures, au siège social de la CCAP, situé au **20 860 boulevard Henri-Bourassa** dans le but de :

1. Prendre connaissance du rapport de l'auditeur indépendant et du rapport annuel;
2. Statuer sur la répartition des excédents;
3. Nommer l'auditeur indépendant;
4. Désigner des administrateurs (mode de scrutin électronique) :
 - 4.1 Élire un administrateur « Administrateur de Secteur » pour le secteur de Lac-Beauport;
 - 4.2 Élire un administrateur « Administrateur de Secteur » pour le secteur de Lac-Delage et les cantons unis de Stoneham-et-Tewkesbury;
 - 4.3 Élire deux administrateurs universels « Administrateurs Universels » (membres de la CCAP).

(Une candidature ne peut être proposée à l'assemblée que si un préavis, signé par un membre et contresigné par le candidat, en est donné au directeur général de la Coopérative avant le 2 novembre 2018 (12 jours avant l'assemblée), selon le formulaire fourni à cet effet par la Coopérative)
5. Prendre toute autre décision réservée à l'assemblée générale annuelle par la Loi sur les coopératives.

Le Secrétaire, Yvon Habel, 25 septembre 2018

418.849.7125

www.ccapcable.com

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
peeeg@peeeg.ca

peeeg.ca
Prévention et Économie d'Énergie du Québec
RBQ : 5698-5435-01

P.E.E.Q. Construction Inc.
19, rue Auclair Sainte-Brigitte-de-Laval (Québec) G0A 3K0 • Téléc. : 418.825.2845

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 déchiqueteuse

DANIEL PARENT, président

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



Organisme de participation des parents - Land Art

par Louise Côté

Organisme de Participation des Parents (O.P.P.)

Madame Geneviève Binet relève le défi comme principale responsable de l'O.P.P. pour l'année scolaire 2018-2019.

Dans son mot adressé aux parents, elle souligne le plaisir qu'elle a à travailler avec eux et insiste sur l'importance de leur implication. En effet, avoir deux bâtiments demande deux fois plus de travail et plus de bénévoles pour répondre à la tâche.

Être bénévole n'implique pas l'obligation de participer à toutes les activités. Vous choisissez celles qui vous conviennent de même que le nombre d'heures que vous pouvez offrir. Ces occasions vous enrichiront, vous feront connaître d'autres parents et vous permettront d'avoir une idée sur la vie de vos enfants à l'école.

Courriel de Mme Binet: genbinet@hotmail.com

Activités réalisées en septembre

Les jeunes des deux pavillons du Trivent ont été choisis pour débiter leur nouvelle année scolaire. Deux beaux projets leur ont été proposés :

- une création artistique, style Land art
- un spectacle interactif avec exercices physiques

Les enseignants de 6^e année ont demandé si des élèves voulaient bien écrire, pour le journal, un texte sur ces réalisations. Plusieurs se sont empressés de répondre à cette demande. Madame Karine Lamarche a donc choisi les textes à paraître dans le journal d'octobre.

Les photos du *Musée d'un jour* ont été prises par Mme Lamarche pour les deux pavillons du Trivent.

« Land Art »

Le thème de notre rentrée scolaire était « *Une rentrée grandeur nature* ».

Au début de l'année, on nous a donc demandé de concevoir une œuvre d'art à partir d'objets trouvés dans la nature : le « Land Art ». Certaines classes ont choisi de présenter un projet collectif et même des sculptures. C'était très varié.

Lors d'une journée ensoleillée, nous avons pu exposer les photographies de nos œuvres à l'extérieur, pour un musée d'un jour. Chaque élève devait voter pour son coup de cœur.

Vous pouvez admirer les œuvres gagnantes aux secrétariats du Trivent 1 et du Trivent 2.

Photos pour les pavillons 1 et 2

Jade Fournier, 6^e année



WR Wilbrod Robert
Une maison familiale
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 linges
- Creusage de trous
- Clôture piscine amovible
- Enclos à chiens

2699, boul. Louis XIV
Québec (Québec) G1C 5S9
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
RBO : 5629-7039-01 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

Transport collectif

Les horaires seront révisés

Le TCJC amorce un important exercice de révision de ses horaires et parcours. Les horaires remodelés entreront en vigueur à l'hiver 2019.

Un exercice en deux volets

D'une part, une analyse approfondie des temps réels sera faite afin de mettre à jour le temps de passage entre deux arrêts. Ce travail est rendu nécessaire avec l'augmentation constante de la congestion routière, qui influe sur le temps de parcours.

Dans un deuxième temps, le TCJC souhaite adapter son offre de service aux besoins de sa clientèle actuelle et potentielle. Bien qu'intéressées, plusieurs personnes ne peuvent monter à bord du TCJC en raison des horaires actuels qui entrent en conflit avec leurs obligations personnelles, notamment les heures de service de la garderie, les horaires de travail ou l'heure de début des cours.

Mentionnons par ailleurs que les arrêts desservis demeureront essentiellement les mêmes, de même que la fréquence du service.

Participez au sondage et aidez-nous à vous offrir un service qui répond encore plus à vos besoins. Répondez-y au www.mrc.jacques-cartier.com/revision-horaire-TCJC/.

Consultez les horaires au tcjacquescartier.com.

Culture

Nouveau répertoire culturel régional

Artistes et artisans, saviez-vous que la MRC de La Jacques-Cartier proposait depuis peu une toute nouvelle version de son répertoire culturel plus accessible et au goût du jour?

Puits d'information incontournable pour découvrir les richesses culturelles de la région, le répertoire s'adresse autant aux artistes et artisans, qu'aux organismes culturels qui souhaitent promouvoir les produits et services uniques qu'ils ont à offrir. Quel que soit leur discipline artistique ou leur niveau de pratique, les acteurs culturels sont invités à enrichir l'outil. Évolutif, le répertoire culturel est mis à jour régulièrement par les différents acteurs culturels du milieu, quel que soit leur niveau de pratique.

L'inscription au répertoire est simple, gratuite et exclusivement réservée aux citoyennes et citoyens de la région de La Jacques-Cartier. Inscrivez-vous sans tarder à mrc.jacques-cartier.com.



Laissez-vous conduire!

4 départs par jour

2 navettes par jour vers Québec et Sainte-Foy

TCJC
La Jacques-Cartier
TRANSPORT COLLECTIF DE LA JACQUES-CARTIER

418 844-2160
tcjacquescartier.com

Culture et patrimoine

Lancement du DVD Notre histoire en mémoire

Le 4 octobre dernier, le préfet de la MRC de La Jacques-Cartier, M. Michel Beaulieu, a officiellement dévoilé le DVD, *Notre histoire en mémoire*.

Des témoins privilégiés

Les personnes interviewées ont toutes habité la majeure partie de leur vie dans l'une ou l'autre des neuf villes et municipalités de la MRC de La Jacques-Cartier. Ils ont été tous des témoins privilégiés de l'histoire de notre région.

Un outil pédagogique

En plus de permettre de conserver des traces du passé collectif de la MRC de La Jacques-Cartier, ce DVD, composé de sept capsules et mettant en scène des témoignages en lien avec la guerre, la religion, l'éducation, les loisirs, les services, le transport et le travail se veut aussi un outil pédagogique.

« Porteur de notre histoire, c'est avec fierté que la MRC diffusera le DVD auprès des jeunes, des différentes municipalités, écoles, bibliothèques publiques et chaînes de télévision locales », a conclu M. Michel Beaulieu, préfet de la MRC de La Jacques-Cartier.

Les capsules pourront être visionnées sur la chaîne YouTube de la MRC, en plus d'être aussi diffusées sur sa page Facebook au cours des prochaines semaines.

Par: Jocelyne Clavet

Les graminées

Parce qu'on les voit de plus en plus, surtout en automne, les graminées devraient faire partie intégrante de tous les aménagements. Plusieurs municipalités les ont plantées massivement dans leurs plates-bandes parce que leur entretien est minimal et pour leur résistance à nos hivers rigoureux. Elles offrent leur plus beau spectacle en automne.

Calamagrostis

Une des graminées les plus populaires est le Calamagrostis. Elle fleurit tôt (en juillet), et sa floraison ressemble à s'y méprendre à des épis de blé. Son port étroit et érigé est tout désigné pour les aménagements de type contemporain. Le Calamagrostis 'Karl Foerster' est le plus connu, avec son feuillage vert et effilé atteignant environ 150-180 cm de hauteur en pleine floraison. Le Calamagrostis 'Overdam' est tout aussi joli avec son feuillage vert marginé de blanc, présentant une légère teinte rosée au printemps. Un peu plus court, il atteint 120-150 cm. À planter au plein soleil ou à l'ombre légère dans un sol qui se draine bien.

Miscanthus

Pour des graminées géantes dans les plates-bandes, c'est vers les Miscanthus qu'il faut se tourner. Leur floraison en plumeaux est impressionnante, et leur feuillage légèrement retombant leur donne l'allure d'une fontaine. Le Miscanthus 'Malepartus' atteint 175 cm lorsque ses inflorescences rose pourpre apparaissent. Elles virent au argenté en vieillissant. Miscanthus purpureus nous intéresse pour ses plumeaux blanchâtres et son feuillage devenant rouge en automne. En sol plutôt riche, elle peut devenir envahissante, tandis qu'en sol plus sablonneux, elle reste bien à sa place. Pour un Miscanthus plus petit, pensez à Miscanthus 'Kleine Fontaine'. Son feuillage est très effilé et gracieux, et il fleurit tôt, contrairement à la plupart des Miscanthus. Il atteint 100-120 cm de hauteur. Seulement de la couleur et pas de fleurs ? Il faut se tourner vers Miscanthus 'Variegatus' au feuillage panaché de

vert et blanc ou vers Miscanthus 'Zebrinus', coloré de jaune et de vert. La saison de la chaleur n'étant pas assez longue sous notre climat, ces deux variétés ne fleurissent pas, ou très rarement, sous nos conditions.

Molinia

Pour de la légèreté dans vos plates-bandes, il faut absolument se tourner vers la molinie (Molinia). L'inflorescence dorée est très délicate et apparaît sur des tiges sans feuilles. Effet de transparence assuré ! Pour ajouter de la couleur, Molinia 'Variegata' est à essayer. Son joli feuillage vert panaché de jaune-crème est très décoratif. Une molinie de hauteur plus modeste (40-60 cm) que ses sœurs, qui peuvent atteindre jusqu'à 200 cm, inflorescence incluse.



Deschampsia

Peu connues, les Deschampsia valent le détour. Avec son feuillage vert, crème et rose devenant doré en automne, Deschampsia 'Northern Lights' est à inclure dans un aménagement, autant au soleil qu'à l'ombre. Elle atteint 30 cm de hauteur et autant en largeur.

Hakonechloa

Les graminées pour l'ombre ne sont pas légion, mais l'Hakonechloa fait exception. Parfaite pour ajouter de la douceur dans la plate-bande et pour illuminer un coin plutôt ombragé, cette graminée préfère les

sols frais, mais bien drainés des sous-bois clairs. Atteignant 45 cm de hauteur, elle fleurit peu sous notre climat, mais son charme réside dans la couleur de son feuillage. À planter dans un endroit où la neige s'accumule pendant l'hiver afin de la couvrir et lui offrir une protection supplémentaire.

Imperata

Envie de relever un défi ? Essayez l'Imperata cylindrica 'Red Baron', réputée pour être frileuse sous notre climat nordique. La graminée au feuillage le plus rouge tout au long de l'année demande un sol riche et une protection hivernale. Hauteur : 30-45 cm. Largeur : 30 cm.

Puisque leur entretien est plutôt simple, un apport de compost et un engrais granulaire équilibré au printemps sont suffisants aux graminées pour la saison. Un apport trop généreux en azote (le premier chiffre sur les emballages d'engrais) contribuera à la croissance accélérée du feuillage au détriment de sa résistance et de sa rigidité : les tiges et les feuilles résisteront moins aux intempéries comme le vent et les fortes pluies. La plupart des graminées sont résistantes à la sécheresse, l'arrosage n'étant alors nécessaire que dans les premières semaines suivant la plantation.

Tailler les graminées en automne n'est pas une obligation. Le feuillage des graminées sèche lors de la venue des grands froids, et prend souvent de très belles teintes. Pourquoi ne pas en profiter durant la saison hivernale ? De plus, leur feuillage servira de garde-manger et de refuge pour de nombreux animaux, comme les oiseaux et les coccinelles. À tailler tôt au printemps, dès que la neige disparaît.

Les graminées peuvent se marier avec plusieurs végétaux. Puisqu'elles offrent leur spectacle en fin d'été, accompagnez-les de vivaces comme les sédums et les rudbeckies. Les genévriers rampants à feuillage doré permettent aussi aux graminées d'être mises en valeur. Source: Internet

MARCHÉ PUBLIC URBAIN

Jeudi 18 octobre 2018

Dans le stationnement du siège social

799, Clemenceau, Québec, Qc, G1C 8J7

12h à 19h.

«Food truck» et surprises sur place

Desjardins
Caisse de Beauport

A AVANTAGE EXCLUSIF AUX MEMBRES

Les testaments

Par : Doris Tessier

Un testament permet de prévoir à qui vous souhaitez distribuer vos biens, de nommer un liquidateur ou un tuteur si vous avez des enfants mineurs, d'étendre les pouvoirs du liquidateur, de créer les mécanismes juridiques comme la constitution d'une fiducie, d'indiquer vos choix pour vos arrangements funéraires, etc.

Il existe trois types de testament : notarié, olographe, devant témoins. Le choix du genre de testament dépend de vos besoins et de vos ressources financières. Peu importe le choix que vous faites, si les conditions de validité des testaments sont respectées, ceux-ci ont tous la même valeur quant au respect de vos volontés.

Le testament notarié

Le testament notarié est préparé par un notaire et signé en sa présence. Un ou deux témoins apposeront également leur signature. Il doit être daté, rédigé en français ou en anglais tout en mentionnant le lieu de rédaction. Le notaire a l'obligation de lire le testament pour s'assurer qu'il respecte exactement vos volontés.

Le notaire doit respecter de façon très stricte toutes les conditions de validité, vérifier votre identité et votre consentement. Il a toutes les compétences requises pour vous conseiller en cas de besoin. Finalement, il a l'obligation de conserver une copie de votre testament et de l'enregistrer au Registre des dispositions testamentaires de la Chambre des notaires du Québec.

Ce type de testament est par conséquent difficilement contestable devant les tribunaux. De plus, il n'a pas à être validé par un notaire ou les tribunaux au moment du décès. Toutefois, une recherche testamentaire auprès de la Chambre des notaires et du Barreau du Québec est nécessaire après le décès pour s'assurer qu'il n'existe pas de version plus récente.

Évidemment des frais professionnels doivent être payés au notaire et ces derniers varient en fonction de la complexité du testament.

Testament devant témoins

Le testament devant témoins implique que la signature du testament se fasse devant deux témoins réunis en même temps, au même endroit. Les témoins doivent être des personnes majeures et ne peuvent être bénéficiaires du testament. Ils ont la responsabilité d'attester qu'il s'agit bien de votre signature et doivent apposer la leur. Un testament préparé par un avocat est considéré comme un testament devant deux témoins.

Le testament devant témoins peut être écrit à la main, dactylographié ou écrit par ordinateur. Une seule version doit être imprimée et signée. De plus, vos initiales et celles de vos témoins doivent être apposées sur chaque page. La lecture du testament n'est pas

obligatoire devant les témoins sauf si vous ne pouvez le lire (ex : problèmes de vision).

Le testament olographe

Le testament olographe doit être écrit à la main et signé. C'est préférable mais non obligatoire d'inscrire le lieu et la date de rédaction, et ce, dans le but d'éviter toute confusion relativement à la dernière version.

Le testament devant témoins et le testament olographe ne coûtent rien (sauf si vous faites affaire avec un avocat). Vous pouvez aussi le changer à votre guise si votre situation familiale ou sociale change. C'est important de le conserver dans un endroit sûr (ex: coffre de sécurité) et dire à vos proches où il se trouve. Vous devez aussi mentionner que vous annulez les testaments antérieurs s'il y a lieu en inscrivant : (le présent testament révoque en entier tout testament fait antérieurement.)

Ces deux types de testament (olographe et devant témoins) doivent être validés après le décès et par conséquent, il y aura des frais pouvant aller jusqu'à 1500 \$ et des délais (plusieurs semaines). Pour la vérification par le tribunal une demande doit être présentée à la Cour supérieure du district judiciaire du défunt. La demande peut être préparée par un notaire, un avocat ou les héritiers. La vérification par un notaire a le même but que celle présentée au tribunal.



Il est très important de rédiger très clairement vos volontés pour éviter des problèmes d'interprétation. Des modèles existent sur Internet pour vous faciliter la tâche.

Mourir sans testament

- Si vous décédez sans avoir fait de testament, ce sont les règles prévues par la loi qui s'appliquent. Voici quelques situations:

- Vous êtes marié (ou uni civilement) et avez des enfants: le conjoint hérite de 1/3 et les enfants des 2/3.

- Vous n'êtes pas marié et avez des enfants : 100% aux enfants en parts égales.

- Vous êtes marié (ou uni civilement) et n'avez pas d'enfants : 2/3 au conjoint 1/3 aux frères et sœurs en parts égales.

- Vous pouvez consulter le site <https://www.educaloi.qc.ca/capsules/mourir-sans-testament> pour d'autres situations.

ATTENTION! Sans testament, le conjoint de fait n'est pas un héritier. Seul un testament peut lui permettre d'hériter.

Recherches: Éducaloi et autres sites Internet

Ragoût d'original

Par Diane Clavet



Le temps de la chasse bat son plein. Chasseurs et chasseuses seront heureux de pouvoir déguster ce plat au goût de nos ancêtres.

Ingrédients :

- 1 lb de viande d'original
- ¼ tasse huile végétale ou beurre ou les 2
- Farine
- Sel et poivre,
- ½ c. à thé romarin,
- ½ c. à thé thym
- 1 tasse oignons hachés
- 2 branches de céleri haché
- 1 tasse de vin rouge ou bouillon de bœuf
- 1 tasse de tomates cerises coupées en 2 ou de carottes en rondelles
- 1 tasse de sauce brune commerciale

Préparation

- Couper la viande en cubes.
- Dans une poêle, faire chauffer l'huile végétale et faire dorer la viande de tous les côtés.
- Saupoudrer de farine.
- Retirer la viande de la poêle, la mettre dans un bol, saler, poivrer et incorporer le romarin et le thym.
- Dans la même poêle, faire cuire les oignons jusqu'à ce qu'ils soient dorés.
- Ajouter le céleri.
- Déglacer la poêle avec le vin ou le bouillon.
- Ajouter les tomates, la viande et la sauce brune.
- Cuire environ 2 h ou jusqu'à ce que la viande soit bien cuite.
- Rectifier l'assaisonnement et servir avec des pâtes.

(4 portions)

Cette recette est une adaptation d'un ragoût de bison, plat typique des Tlingits, autochtones du Yukon et du nord de la Colombie-Britannique. On pourrait la faire également avec du chevreuil ou de l'ours.

ABAT-POILS TOILETTAGE

chiens & chats

418 825-2103

Réservation Service personnalisé

192, ave Sainte-Brigitte
Sainte-Brigitte-de-Laval

DEGRANDPRÉ

Puits artésiens

Puits ▼ Pompes ▼ Traitement d'eau

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

Rémy Drouin

Expérience familiale depuis 1936

ÉLECTRICIEN

RÉNOVATION - CONSTRUCTION
RÉPARATION - MAINTENANCE

418 606-2133

REMYDROUINELECTRICIEN@GMAIL.COM
RBQ 5894-1495 C.M.E.Q.14924



Dépôt du rôle d'évaluation 2^e exercice (2019)

À tous les contribuables de la Ville de Sainte-Brigitte-de-Laval, avis public est par la présente donné, par la soussignée, conformément à l'article 74.1 de la Loi sur la fiscalité municipale, L.R.Q., c. F-2.1, que :

- Le 2^e exercice du rôle triennal d'évaluation foncière des années 2018-2019-2020 de la Ville de Sainte-Brigitte-de-Laval a été déposé à mon bureau le 27 août 2018;
- Toute personne peut en prendre connaissance, durant les heures d'ouverture, au 414, avenue Sainte-Brigitte, à Sainte-Brigitte-de-Laval;
- Toute personne qui a un intérêt à contester l'exactitude, la présence ou l'absence d'une inscription à ce rôle d'évaluation foncière, relativement à une unité d'évaluation, dont elle-même ou une autre personne, est propriétaire, peut déposer une demande de révision administrative

Pour être recevable, une telle demande de révision administrative doit remplir les conditions suivantes :

- Être déposée au cours de l'exercice financier pendant lequel survient un événement justifiant une modification du rôle en vertu de la Loi ou au cours de l'exercice suivant;
- Être déposée à l'endroit suivant ou y être envoyée par courrier recommandé :

Municipalité régionale de Comté (M.R.C.)
de La Jacques-Cartier
60, rue Saint-Patrick
Shannon (Québec) G0A 4N0
Tél. : 418 844-2160

- Être complétée sur le formulaire prescrit à cette fin, disponible à l'endroit ci-dessus indiqué et à la Mairie de la Ville de Sainte-Brigitte-de-Laval;
- Être accompagnée de la somme d'argent déterminée par le Règlement numéro 6-1997 de la M.R.C. de La Jacques-Cartier et applicable à l'unité d'évaluation visée par la demande.

Fait à Sainte-Brigitte-de-Laval, ce 12^e jour du mois d'octobre de l'an 2018.

La greffière

Caroline Nadeau, avocate, OMA

Fête des montagnes



L'automne est devenu au fil des ans l'occasion de fêter en famille la nature qui revêt ses plus belles couleurs. Il faut dire qu'à Sainte-Brigitte-de-Laval, nous sommes particulièrement choyés par le spectacle automnal.

La Fête des montagnes qui se tient durant la fin de semaine de l'Action de Grâce est l'occasion de célébrer la nature qui nous entoure et la culture qui nous unit.

C'est la chanteuse Pascale Picard qui a donné le vendredi soir le coup d'envoi de cette belle fête. Une programmation variée a été offerte durant toute la fin de semaine, de quoi ravir les parents et les enfants qui y ont participé.



Pascale Picard charmant les visiteurs

Photos: Alain Bouchard



Les alpagas amusent les enfants



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

418.261.2680

Massothérapie et santé globale

Un automne énergisant grâce à la polarité

La période automnale, toujours d'une grande beauté demeure très inspirante. Nous faisons du ménage dans notre environnement et préparons des provisions en prévision des mois plus froids et exigeants de l'hiver. Notre corps a aussi besoin en cette période de transition d'un petit ménage et de se constituer des réserves afin de nous offrir une belle vitalité pour profiter pleinement des joies de l'hiver.

Pour un meilleur bien-être physique

En effet, par le biais de différentes harmonisations ou séances de polarité, les systèmes digestif, circulatoire, éliminatoire et nerveux, entre autres, peuvent être revitalisés, énergisés. Différents protocoles de polarité existent pour cibler des organes en particulier tels, les reins dont la principale fonction est d'éliminer les déchets du sang et de distribuer le sang purifié dans le corps. Les reins contribuent aussi à la formation des os. Ils produisent également des hormones dont la rénine qui aide à régler la pression sanguine. Une harmonisation à ce niveau à cette période de l'année ne peut qu'être bénéfique.

Le colon est une autre partie du corps importante dont nous devons nous occuper à l'automne. Principalement, il gère environ 70% de l'élimination des déchets et se charge de la digestion de nutriments n'ayant pas été absorbés par l'intestin grêle. Il absorbe aussi l'eau permettant une bonne hydratation de tout l'organisme. Son rôle au niveau du bon fonctionnement du système immunitaire est crucial. Il est à la

fois la finalité d'un processus de digestion et d'élimination ainsi qu'un organe très important dans le processus d'homéostasie du corps. Son bon fonctionnement a un impact direct sur notre niveau de vitalité.

Le rôle des reins et du colon dans le corps nous rappelle à quel point celui-ci forme un tout et que le bon fonctionnement d'une région a un impact positif sur d'autres endroits du corps et vice et versa. À titre d'exemple, les déchets : s'ils ne sont pas éliminés, ils peuvent s'accumuler dans l'organisme et devenir toxiques causant ainsi des déséquilibres ailleurs dans le corps qui auront un impact sur notre santé globale.

Pour stimuler notre vitalité mentale

L'automne nous invite également à se tourner vers soi, à s'intérioriser, se ressourcer, se donner du temps de qualité. Ce volet est présent dans chaque séance de polarité et il contribue à notre mieux-être global. Une harmonisation automnale permet donc une meilleure circulation de l'énergie vitale, un fonctionnement plus efficace des organes et différents systèmes associés, ce qui rend la globalité du corps plus opérationnelle. Ce dernier est en mesure de mieux profiter des nutriments que nous ingérons, d'assimiler les vitamines, minéraux tout en éliminant de façon plus efficace les déchets dont nous n'avons pas besoin.

Dans ce processus, le corps est à même de faire des réserves et de renforcer le système immunitaire pour lutter efficacement contre les multiples agressions

hivernales et maintenir un bon niveau d'énergie. Ainsi, nous nous sentons mieux dans notre corps, nous avons les idées plus claires et nous sommes prêt à faire face à ce qui se présente de façon adéquate. Se réénergiser par le biais d'une séance de polarité est un cadeau pour notre corps et tout notre être.

Ceci dit, une séance de polarité ne remplace pas la visite chez le médecin et le *polariste* ne fait aucun diagnostic. Ce dernier fait une *Écoute neutre* qui permet à l'énergie vitale présente dans le corps de se remettre en mouvement et d'enclencher un processus d'harmonisation.



Si vous avez des commentaires ou des questions concernant le contenu de cet article, vous pouvez communiquer avec moi et il me fera plaisir de vous répondre.

massagepolaritedb24@hotmail.ca

Je vous souhaite beaucoup de vitalité pour mieux profiter de ce bel automne.

Danielle Binette,
Massothérapeute agréée or, *polariste*

Trois choses à savoir pour les retraités-voyageurs

De nombreux retraités canadiens passent une partie de l'année aux États-Unis pour échapper au froid hivernal. Voici donc trois choses que vous devriez effectuer avant de partir.

Un dossier transfrontière

Préparez un « dossier transfrontière » à emporter avec vous. Afin de prouver votre intention de retourner au Canada, apportez votre passeport, des factures récentes de téléphone ou de services publics, votre déclaration de revenus canadienne, votre permis de conduire et votre carte d'assurance maladie.

Vérifiez votre protection d'assurance.

Assurez-vous que votre police couvre les frais d'hôpitaux et les frais médicaux connexes, ainsi que le transfert d'urgence au Canada au besoin. Vérifiez également si votre police couvre les états médicaux préexistants.

Vos antécédents médicaux

Emportez un dossier de vos antécédents médicaux. Ainsi, les médecins auront accès à la posologie de vos médicaments et à d'autres renseignements qui pourraient leur être essentiels. Assurez-vous que vos vaccins sont à jour. Avant de partir, désignez un fondé de pouvoir qui peut prendre des décisions en votre nom concernant les soins de santé.

Aux États-Unis, surveillez le calendrier. Il existe différentes règles d'immigration et de fiscalité selon la durée de votre séjour. Si vous êtes aux États-Unis pendant plus de 182 jours au cours d'une année civile, vous devrez peut-être remplir une déclaration de revenus américaine, et vous pourriez même perdre votre assurance maladie provinciale. Pour vous faciliter la vie au quotidien, songez à obtenir un compte bancaire et une carte de crédit américains; ainsi, vous pourrez faire aisément des retraits, des virements et des paiements en tout temps.

Lucille Thomassin

PETITES ANNONCES

Tombée le 7 nov. 2018
alinegfortier@hotmail.com
418 825-1182

SERVICES

Besoin d'aide pour petites travaux d'entretien extérieur et jardinage.

418 825-4083

Tutorat/Aide aux devoirs, secondaire & primaire, mathématique/ Accompagnement scolaire

418 948-8947

Sécheuse à donner

418 825-0029

RECHERCHE

À la recherche d'un(e) technicien(ne) - comptable avec expérience. Temps plein. Faites parvenir votre curriculum itea à l'adresse courriel suivante: emploi.cv@outlook.com



Prochaine séance du conseil municipal

Lundi 15 octobre 19 h

La prochaine séance ordinaire du conseil municipal aura lieu le lundi 15 octobre prochain, à 19 h, au bâtiment de services du parc des Saphirs, situé au 175, rue Kildare (près du terrain de soccer).

La Ville de Sainte-Brigitte-de-Laval diffuse aussi toutes les séances du conseil municipal sur son site Internet par la webdiffusion.

De plus, toutes les séances sont enregistrées et archivées sur la chaîne YouTube de la ville, permettant un visionnement en tout temps au <http://webdiffusion.sddl.net/>.

Remerciements



À la douce mémoire de Mme Huguette Lapierre Des Roches

décédée le 3 septembre 2018

La famille souhaite remercier tous les intervenants et les premiers répondants qui lui ont porté assistance lors de son décès..

Profonde gratitude à ceux et celles qui lui ont porté un dernier hommage.

Avec tout notre amour, Josée et Carol

Le Lavalois

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

Le Lavalois
C. P. 1020
Sainte-Brigitte-de-Laval, G0A 3K0
Tél. : 418 907-7172

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

L'équipe du Lavalois

CONSEIL D'ADMINISTRATION

Lucille Thomassin, présidente	948-2610
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

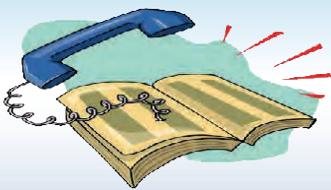
Jocelyne Clavet, montage
Aline Fortier, montage
Marie-Andrée Renaud, montage
Rita Boucher, montage
François Beaulieu, site Web

Calendrier du Lavalois

2018-2019

Tombée	Sortie
07 novembre	16 novembre
05 décembre	14 décembre
17 janvier	26 janvier
28 février	09 mars
04 avril	13 avril
02 mai	11 mai
01 août	15 juin
05 septembre	14 septembre
03 octobre	12 octobre

Bottin téléphonique 2019-2020



La prochaine édition du bottin paraîtra en décembre 2018. S.v.p. nous contacter pour tout changement de nom, d'adresse ou de numéro de téléphone le plus tôt possible. Nous publions les noms des clients faisant partie des listes de Bell et de la CCAP. Si vous ne voulez pas paraître dans le bottin, veuillez nous en informer.

Responsables du bottin:

Jocelyne Clavet 825-2648 jocel@ccapcable.com
Lucille Thomassin 948-2610 lucille@ccapcable.com

Yves Pomerleau 825-3125 sebam@ccapcable.com
Audrey Duchesne 948-2597 aduchesne@ccapcable.com

COLLABORATEURS



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

ALIMENTATION
STE-BRIGITTE
ÉPICERIE
IRVING
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

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

RESTEZ CONNECTÉ AUX BONS MOMENTS

Wifi  360 



Bien plus qu'un routeur, le Wifi 360 est un service complet d'accompagnement pour la gestion de votre réseau Internet sans fil à la maison.

Inclus dans les forfaits Epsilon et Oméga

5,95\$*
/mois

*Taxes en sus.
Certaines conditions
s'appliquent.

CCAP CABLE.COM
TÉLÉVISION ♦ TÉLÉPHONIE ♦ INTERNET

418.849.7125
www.ccapcable.com | 

CCAP .TV
Votre Tv locale