

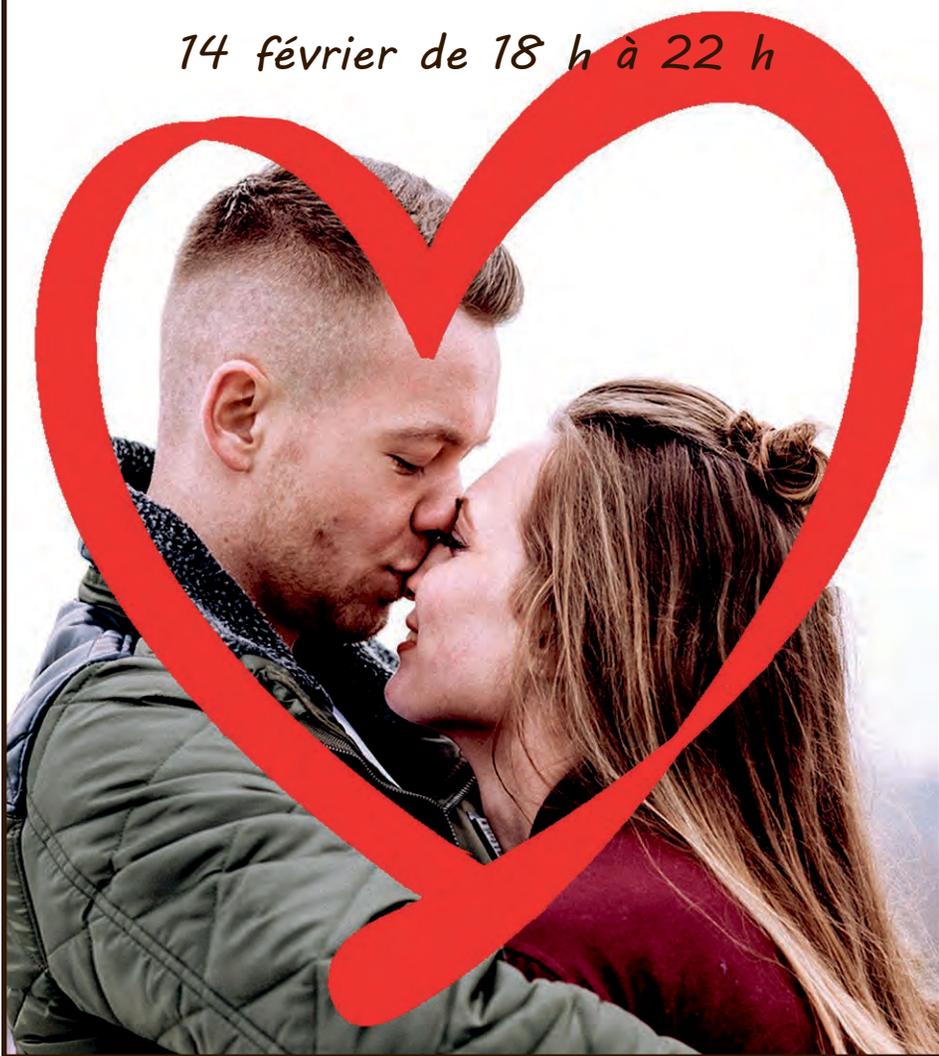


Le Lavallois

Le journal de Sainte-Brigitte-de-Laval

L'anneau de glace de la Saint-Valentin

14 février de 18 h à 22 h



Le 14 février, la patinoire du Parc des Saphirs (rue Kildare) sera illuminée pour les amoureux, les familles et les amis qui souhaitent souligner la Fête de la Saint-Valentin. Une invitation spéciale à venir patiner au son de chansons romantiques.

Une super infirmière M^{me} Marie-Pier Beaudet est enfin arrivée à la Coop Santé.

Marc Antoine Duguay participera au Tournoi International de Hockey Pee-Wee.

M^{mes} Lucille Thomassin et Jacinte Chapados sont les récipiendaires du Mérite Lavallois.

Les faits saillants du budget 2020 de la Ville. Voilà autant de nouvelles à lire dans cette édition.

À lire

Une super infirmière à la Coop Santé p. 2

Budget 2020, les faits saillants pp. 3-6

Marc Antoine Duguay p. 7

Mérite Lavallois, récipiendaires p. 8-9

Écocentre, nouvelle tarification p. 11

lelavallois.com

facebook.com/journallelavallois/

Janvier 2020

Volume 38 Numéro 1

LE LAVALLAIS
416
DEPUIS 1983

416, av. Ste Brigitte
Ste-Brigitte-de-Laval QC
G0A 3K0

418.825.2969

info@restaurantlelavallois.com

 **familiprix**
EXTRA

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

418 825-4646

Service d'infirmière
Service de livraison

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



 **Clinique dentaire**
Sainte-Brigitte

418 606-8125 / info@ledentiste.net
www.cdsaintebrigitte.com
224, avenue Sainte-Brigitte,
Sainte-Brigitte-de-Laval (Québec) G0A 3K0

Jacques Tremblay, prop.



Station Service Alpin
327 Ave Ste-Brigitte
418 825-2219
Avec vous depuis plus de 32 ans

Freins **Suspension** **Mise au point** **Pose de pneus**

LE SPÉCIALISTE
ENTRETIEN ET RÉPARATION

Une Super infirmière est enfin arrivée à la Coop Santé



Louise Côté

Une excellente nouvelle pour souligner le début de la quatrième année de la Coop santé de Sainte-Brigitte-de-Laval.

Le Centre de santé de Sainte-Brigitte-de-Laval est heureux d'annoncer l'arrivée d'une **infirmière praticienne spécialisée (IPS)** communément appelée « Super infirmière », qui se joindra à l'équipe de base du Centre de santé, en assurant des plages horaires de « sans rendez-vous », tous les mardis, à compter du 28 janvier 2020.



Mon nom est **Marie-Pier Beudet**. Je suis infirmière praticienne spécialisée en soins de première ligne (IPSPL). J'ai complété ma formation à l'Université Laval en débutant par un Baccalauréat en sciences infirmières. Par la suite, j'ai pratiqué en milieu hospitalier : unité mère-enfant, salle de réveil, urgence.

Dans l'objectif de profiter au maximum de tout ce que cette profession avait à m'offrir, je me suis envolée vers la Suisse et y ai pratiqué pendant près d'une année.

À mon retour, j'ai suivi la formation en rôle élargi et ai pratiqué dans le Nord du Québec.

Par la suite, dans le but de repousser mes limites et d'acquérir une plus grande autonomie, j'ai débuté la formation de 2^e cycle.

Je détiens donc une maîtrise en sciences infirmières ainsi qu'un diplôme d'études supérieures spécialisées (DESS). Je pratique à titre d'IPSPL depuis 2015.

Marie-Pier Beudet
vous recevra les mardis
lors du sans rendez-vous
entre 8 h 30 et 14 h

Qu'est-ce qu'une Super infirmière?

L'Association des infirmiers et infirmières praticiens du Québec définit bien l'infirmière praticienne spécialisée (IPS) : « c'est une infirmière autorisée qui, au terme d'une formation universitaire de niveau supérieur, se voit ajouter des rôles médicaux et infirmiers.

Elle possède les compétences nécessaires pour évaluer l'état de santé, prescrire et interpréter des examens diagnostiques, prescrire des traitements médicaux et des médicaments et appliquer certaines techniques pouvant porter préjudice auprès d'une grande variété de clientèle.

Elle fait la promotion de la santé par de saines habitudes de vie et la gestion de sa santé. »

Enfin, un début de reconnaissance pour la Coop de Santé de SBDL

L'équipe du Centre de santé est consciente que cela n'est pas suffisant pour répondre aux besoins de notre population (près de 8 000 habitants), mais après cinq ans de longues démarches de mobilisation, de représentation et de négociation avec le réseau de la santé, c'est un pas dans la bonne direction.

Rencontre d'information prévue pour tous les Lavallois

Afin de bien répondre à vos questions, nous allons organiser prochainement une séance d'information publique.

Surveillez notre page Facebook pour tous les détails.

Bref, de nouveaux défis se dessinent à l'horizon pour assurer la pérennité du Centre de santé, mais soudainement les étoiles semblent s'aligner.

Pour questions ou inscriptions :

418 825-5097

ou

info@centresantesbdl.com

Véronique Loubier, dir.



Sommaire

Actualité

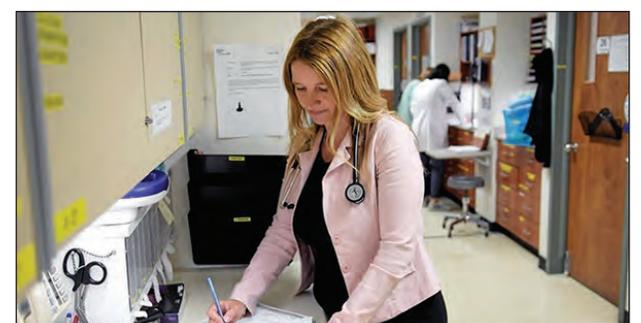
Une super infirmière.....	2
Budget municipal 2020.....	3 à 6
Entrevue Marc-Antoine Duguay.....	7
Mérite Lavallois.....	8-9
Nouvelles de la MRC.....	10
Nouvelle tarification.....	11
Semaine de la relâche.....	12

La vie de chez nous

La Tour....suite.....	13
Le bon forfait.....	13
Centre Santé.....	14
Sainte-Brigitte à travers le temps.....	15
Réfection de la Traverse.....	16
Service cellulaire.....	16
Âge d'Or.....	17
Centre famille.....	18
Fermières.....	20
Premières-Seigneuries, inscriptions...	23

Divers

Que fait une femme?.....	14
Vol d'identité.....	18
Santé des pieds.....	19
L'activité physique.....	19
Réchauffement climatique.....	21
Horticulture.....	22
Petites annonces.....	23



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

Présentation du budget 2020 | Ville de Sainte-Brigitte-de-Laval

DISCOURS DU MAIRE

Chers citoyens,

J'ai le plaisir de vous présenter les prévisions budgétaires pour l'année 2020 ainsi que le plan triennal d'immobilisations 2020-2021-2022.

Il y a un an jour pour jour, nous nous étions engagés à :

- Maintenir une attitude réaliste et responsable dans la gestion de la Ville.
- Avoir une saine gestion des finances.
- Tenir à jour le portrait financier.
- Prendre des décisions responsables selon notre capacité de payer.

Je peux vous confirmer qu'au cours de la dernière année, nous avons respecté ces quatre engagements et nous allons poursuivre en ce sens pour les prochaines années.

Lors de l'élection de 2017, nous avons pris comme engagement d'avoir un portrait clair de nos finances. Après deux ans de travail acharné, je peux vous affirmer que le portrait est maintenant clair. Même s'il comporte des défis, nous pouvons maintenant faire des projections d'avenir réalistes en tenant compte de notre capacité de payer collectivement.

Au cours de la dernière année, nous avons réalisé bon nombre d'actions qui ont permis à la Ville de progresser. En voici quelques-unes :

1. La signature de la convention collective des cols blancs.
2. La mise en place de la plateforme Voilà! facilitant la relation avec nos citoyens en centralisant toutes les interactions possibles en un seul Dossier citoyen personnalisé.
3. La réalisation du sondage Horizon 2030 et l'élaboration de la nouvelle planification stratégique en développement durable en fonction des résultats obtenus lors de la consultation citoyenne, des organismes et de nos employés.
4. La mise en place de programmes d'aide pour faciliter la mise aux normes des installations septiques sur le territoire et la rénovation des façades pour les immeubles situés dans le noyau villa-geois.
5. La mise en valeur de notre sentier pédestre sur la rue des Dunes.
6. La reconduction du programme Reboisons Sainte-Brigitte.
7. La réalisation de 28 projets prévus au PTI pour l'année 2019.

L'ensemble de ces réalisations est le fruit d'une bonne planification et d'une stabilité dans la gestion de notre Ville. Par le fait même, je souhaite remercier l'ensemble des employés pour leur contribution dans la réalisation de ces différents projets.

POUR 2020

À cette même période l'an dernier, je vous parlais de l'importance de se prendre en main comme collectivité dans la gestion de nos matières résiduelles et vous annonçais aussi la venue d'une collecte des ma-

tières organiques. Tel qu'expliqué à ce moment, notre Ville a identifié le développement durable comme une importante priorité et il était temps d'emboîter le pas, car la collecte des matières organiques devenait nécessaire suite à l'annonce du gouvernement du Québec d'interdire l'élimination par l'enfouissement ou par l'incinération des matières organiques dès l'année 2020. Je vous avais aussi dit à ce moment que plus la population de Sainte-Brigitte-de-Laval s'impliquerait dans la gestion des déchets, moins élevés seraient les coûts qui y sont rattachés.

Je sollicite donc à nouveau cette année votre participation de façon plus accrue afin que l'on puisse ensemble reprendre le contrôle de ce poste budgétaire qui ne va pas en diminuant. La gestion des matières résiduelles coûte à la Ville la rondelette somme de 956 749 \$. Il faut donc que toust un chacun s'implique davantage dans la gestion des déchets. Plusieurs outils de sensibilisation ont été développés pour vous aider à faire les bons choix lorsque vient le temps de disposer vos déchets dans chacun des bacs. N'hésitez pas à les consulter en cas de doute. Ça peut faire toute une différence.

L'an dernier, nous avons ajusté la facturation de la gestion des matières résiduelles au coût réel. Pour répondre aux prévisions de 2020, nous devons à nouveau ajuster la tarification à la hausse de 30 \$, car les efforts déployés par l'ensemble des citoyens de la ville ne sont malheureusement pas suffisants pour faire des économies actuellement. Nous n'avons d'autres choix que d'appliquer le principe « utilisateur payeur » au niveau des matières résiduelles, car nous souhaitons voir les citoyens faire leur part en agissant de manière plus responsable dans la gestion de leurs déchets.

Soyons conscients de l'impact que nous pouvons avoir dans notre communauté

En contrepartie, nous sommes très conscients des problèmes vécus avec la compagnie qui effectue les collectes sur notre territoire et des désagréments occasionnés auprès des citoyens. Plusieurs villes environnantes vivent le même type de problématique avec cette entreprise. En 2019, nous avons imposé un montant de 17 500 \$ en pénalité. Nous continuons à les suivre de près et à faire appliquer le contrat qui nous unit afin que le service soit à la hauteur de nos attentes. Nous avons bon espoir que la situation s'améliorera au cours des prochaines semaines.

Concernant l'écocentre, l'orientation prise par le conseil municipal pour 2020 est de payer la première visite du citoyen. Si certains résidants souhaitent utiliser le service plus régulièrement, un montant leur sera facturé au montant de 35 \$ la visite, soit le coût réel facturé par la Ville de Québec en incluant les frais d'administration. Il est important de mentionner que la Ville de Québec a doublé son prix pour les visites à l'écocentre passant de 15 \$ en 2019 à 30 \$ en 2020. Toutefois, les trois collectes porte-à-porte des encombrants prévues au calendrier vont demeurer au même tarif qu'en 2019, soit 25 \$. Il sera donc moins coûteux pour les citoyens d'utiliser le service de collectes porte-à-porte offert à trois reprises au cours de l'année que la visite à l'écocentre.



CARL THOMASSIN, MAIRE

BUDGET DE FONCTIONNEMENT

Les élus, en étroite collaboration avec l'équipe de gestion, ont travaillé d'arrache-pied afin de produire un budget qui maintient une qualité de services à la population tout en préservant l'augmentation du taux de taxation à un niveau acceptable. Il est important de mentionner qu'un peu plus de 80 % des dépenses de la Ville sont de types incompressibles, dont l'électricité, la Sûreté du Québec, les quotes-parts de la MRC et de la CMQ, la masse salariale, les assurances, pour ne nommer que celles-là.

Après avoir parlé des dépenses, il faut regarder du côté des revenus. À Sainte-Brigitte-de-Laval, 86 % des revenus proviennent de la taxe foncière. De ce montant, 95 % proviennent du secteur résidentiel et 5 % du secteur commercial. Vous comprendrez donc que nous ne ménagerons aucune offre afin d'amener de nouvelles sources de revenus et ainsi diminuer le fardeau fiscal des citoyens. L'implantation d'un parc technologique va en ce sens et nous travaillons sur ce dossier de manière constante depuis quelques mois.

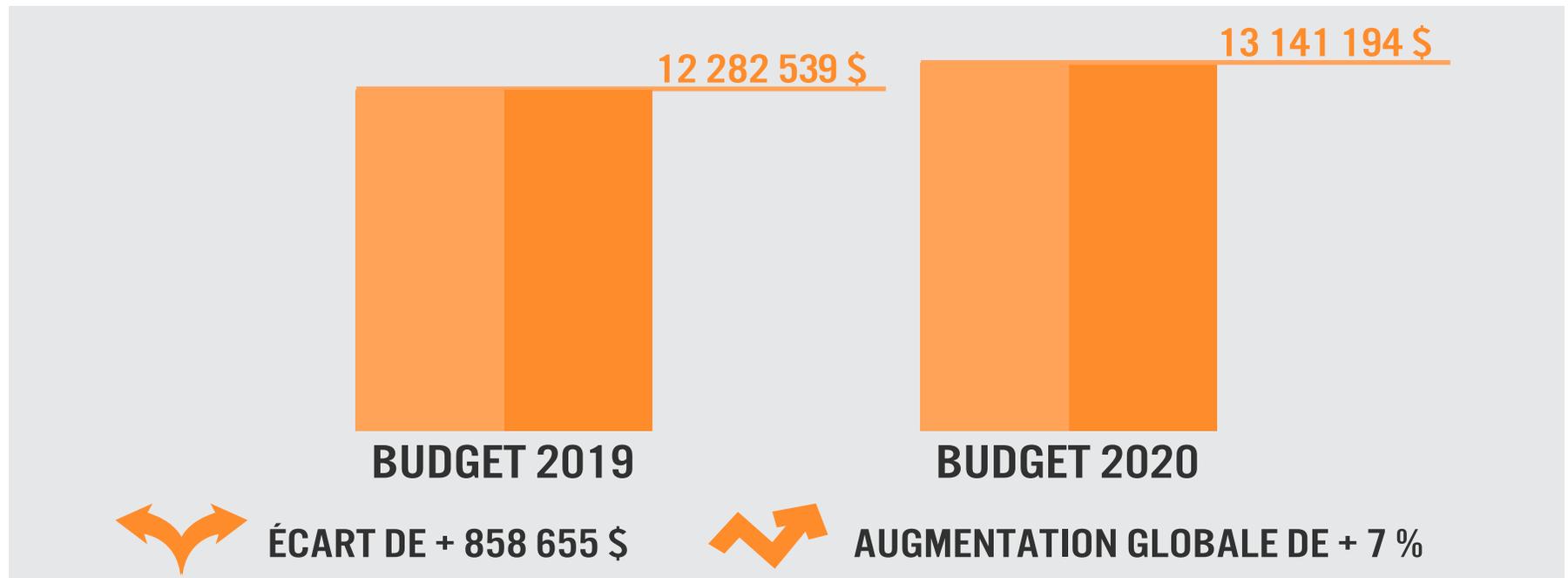
En 2019, dans notre engagement de mettre à jour le portrait financier, quatre millions de dollars se sont ajoutés à la dette à long terme de la Ville. Notre directrice des finances et trésorière nous fait état de la provenance de ce montant et l'impact de ce remboursement dans le budget 2020. La suite du document explique en détail les prévisions budgétaires de la Ville pour 2020.

En terminant, je vous rappelle que les membres du conseil demeurent disponibles en tout temps pour répondre à vos questions et prendre vos commentaires qui seront traités de façon constructive afin de nous permettre de poursuivre le processus d'amélioration continue.

Le maire, Carl Thomassin

Présentation du budget 2020 | Ville de Sainte-Brigitte-de-Laval

ANALYSE COMPARATIVE DES BUDGETS 2019-2020



DÉPENSES

TYPE DE DÉPENSE	BUDGET 2019	BUDGET 2020	% DU BUDGET	ÉCART (\$)
Rémunération globale	4 549 075 \$	4 809 343 \$	36,6 %	260 268 \$
Quote-part organismes régionaux	508 294 \$	539 616 \$	4,1 %	31 322 \$
Sûreté du Québec	660 000 \$	675 000 \$	5,1 %	15 000 \$
Administration générale	522 810 \$	542 944 \$	4,1 %	20 134 \$
Sécurité publique	182 770 \$	226 740 \$	1,7 %	43 970 \$
Travaux publics	1 161 481 \$	1 215 751 \$	9,3 %	54 270 \$
Électricité	326 692 \$	326 692 \$	2,5 %	0 \$
Hygiène du milieu	90 856 \$	94 837 \$	0,7 %	3 981 \$
Matières résiduelles et recyclage	792 977 \$	956 749 \$	7,3 %	163 772 \$
Santé et bien-être	11 500 \$	11 500 \$	0,1 %	0 \$
Aménagement, urbanisme et développement	116 309 \$	107 076 \$	0,8 %	-9 233 \$
Loisirs et culture	481 426 \$	533 940 \$	4,1 %	52 514 \$
Frais de financement	682 739 \$	715 860 \$	5,4 %	33 121 \$
Total	10 086 929 \$	10 756 047 \$	81,8 %	669 119 \$



Carrosserie Paré



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

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

Genevyève Paré
 Propriétaire

www.carrosseriepare.ca

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

Présentation du budget 2020 | Ville de Sainte-Brigitte-de-Laval

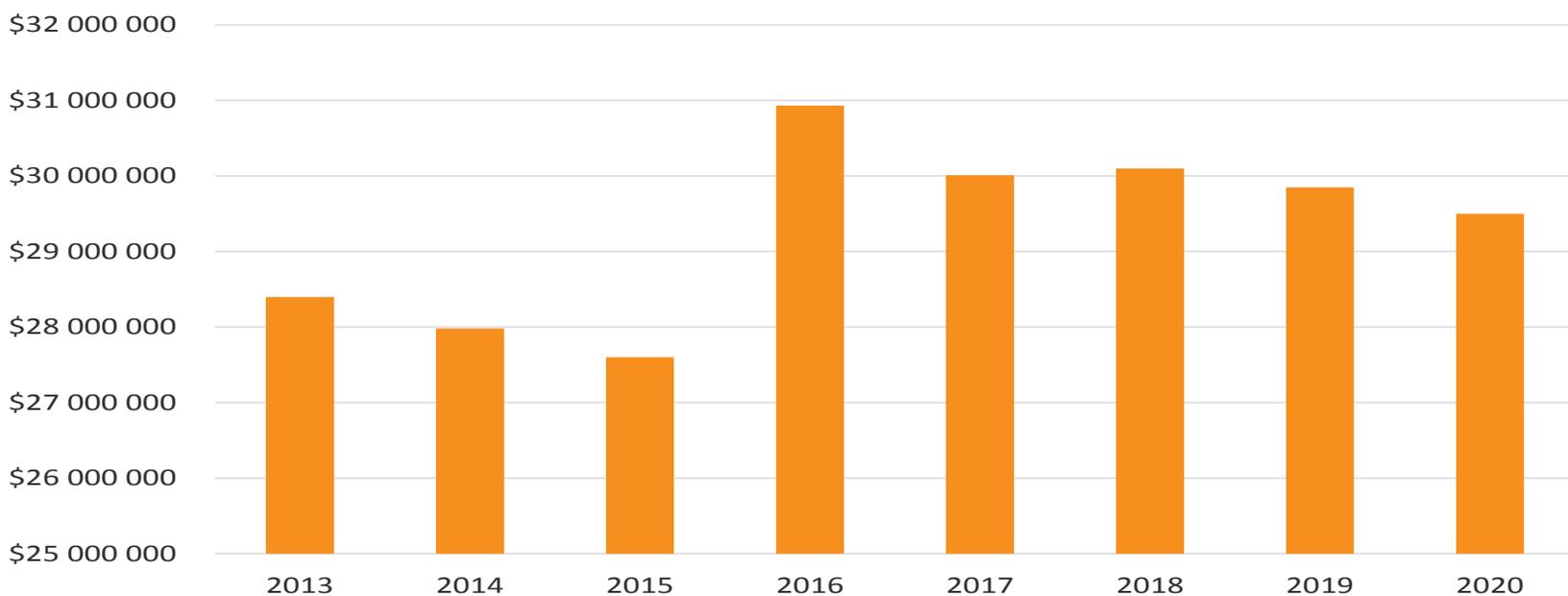
CONCILIATION À DES FINS FISCALES

TYPE DE CONCILIATION	BUDGET 2019	BUDGET 2020	% DU BUDGET	ÉCART (\$)
Remboursement de capital sur dette long terme	1 791 400 \$	2 028 600 \$	15,4 %	237 200 \$
Remboursement fonds de roulement	364 210 \$	312 046 \$	2,4 %	-52 164 \$
Paiement comptant des immobilisations	25 000 \$	25 000 \$	0,2 %	0 \$
Affectation – Réserve déneigement	15 000 \$	19 500 \$	0,2 %	4 500 \$
Total	2 195 610 \$	2 385 146 \$	18,2 %	189 536 \$

NOUVELLE DETTE À LONG TERME 2020

\$ FÉVRIER 2020 > 1,5 M \$

ENDETTEMENT TOTAL NET À LONG TERME 2013-2020



REVENUS

TYPE DE REVENUS	BUDGET 2019	BUDGET 2020	% DU BUDGET	ÉCART (\$)
Taxes sur la valeur foncière	6 503 698 \$	6 927 757 \$	52,7 %	424 059 \$
Taxes sur une autre base	3 927 373 \$	4 248 495 \$	32,3 %	321 122 \$
Compensation tenant lieu de taxes	141 225 \$	118 725 \$	0,9 %	-22 500 \$
Autres services rendus (locations, cours, camps d'été, etc.)	337 800 \$	446 150 \$	3,4 %	108 350 \$
Imposition de droits	567 574 \$	560 875 \$	4,3 %	-6 699 \$
Amendes et pénalités	57 600 \$	67 100 \$	0,5 %	9 500 \$
Intérêts	104 650 \$	120 150 \$	0,9 %	15 500 \$
Autres revenus	142 500 \$	62 500 \$	0,5 %	-80 000 \$
Transferts et subventions	500 119 \$	589 442 \$	4,5 %	89 323 \$
Total	12 282 539 \$	13 141 194 \$	100,0 %	858 655 \$

Présentation du budget 2020 | Ville de Sainte-Brigitte-de-Laval

COMPARAISON DU TAUX DE TAXATION

Taux pour 100 \$ d'évaluation

SAINTE-BRIGITTE-DE-LAVAL	2019	2020	% AUGMENTATION
Taux de base (résidentiel)	0,7481 \$	0,7623 \$	1,9 %
Taxe – Déficit exercice 2016 (4 ans)	0,0120 \$	0,0120 \$	0,0 %
6 logements et plus	0,8236 \$	0,8392 \$	1,9 %
Non résidentiel	1,2826 \$	1,3339 \$	4,0 %
Industriel	1,4462 \$	1,5908 \$	10,0 %
Terrain vague desservi	1,4961 \$	1,5246 \$	1,9 %

COMPARAISON POUR UNE RÉSIDENCE

de 250 000 \$

SAINTE-BRIGITTE-DE-LAVAL	2019	2020	ÉCART (\$)
Taxe foncière générale au taux de 0,7623 \$	1 870,25 \$	1 905,75 \$	35,50 \$
Taxe – Déficit exercice 2016	30,00 \$	30,00 \$	0 \$
Aqueduc et égout	410,00 \$	419,00 \$	9,00 \$
Déchets domestiques	190,00 \$	220,00 \$	30,00 \$
Entretien réseau routier	550,00 \$	550,00 \$	0 \$
Total	3 050,25 \$	3 124,75 \$	74,50 \$

 HAUSSE MOYENNE : 2,4 %

PROGRAMME TRIENNAL D'IMMOBILISATIONS

2020-2021-2022

DÉPENSES EN NATURE D'IMMOBILISATION	2020	2021	2022
Infrastructures - Réseau routier (aqueduc, égout et ponts)	2 201 200 \$	1 832 795 \$	3 598 185 \$
Bâtiments	164 000 \$	-	425 410 \$
Parcs	204 250 \$	-	-
Aménagement du territoire	35 000 \$	10 000 \$	10 000 \$
Véhicules	181 500 \$	320 000 \$	343 000 \$
Équipements	125 000 \$	303 000 \$	-
Petites immobilisations	229 550 \$	-	-
Divers	400 000 \$	-	-
Stationnements et autres aménagements	75 500 \$	-	-
Total	3 616 000 \$	2 465 795 \$	4 376 595 \$

FINANCEMENT	2020	2021	2022
Fonds de roulement	229 550 \$	-	-
Paiement comptant	5 000 \$	5 000 \$	5 000 \$
Taxe de secteur	525 000 \$	-	-
Règlements d'emprunt	1 754 262 \$	1 707 512 \$	2 572 922 \$
Subventions diverses	1 097 188 \$	748 283 \$	1 793 673 \$
Revenus divers	5 000 \$	5 000 \$	5 000 \$

OBJECTIFS STRATÉGIQUES



DÉVELOPPER LE TERRITOIRE



PRÉSERVER L'ENVIRONNEMENT



DÉSENCLEAVER ET SÉCURISER LE RÉSEAU DE TRANSPORT



AMÉLIORER LES COMMUNICATIONS ET LE SENTIMENT D'APPARTENANCE DES LAVALLOIS

Tournoi International de Hockey Pee-Wee de Québec

Un rêve devenu réalité

André Lachapelle

Marc Antoine Duguay, un lavallois de 11 ans, réalisera le rêve de tout jeune joueur de Hockey en participant au Tournoi International de Hockey Pee-Wee de Québec qui aura lieu du 12 au 23 février 2020.



Il est assuré de disputer un minimum de deux parties avec son équipe Pee-Wee BB de Québec Nord-Est, Le Frontenac. La première aura lieu le jeudi 13 février, à 8 h, au Centre Vidéotron. Son deuxième match revêtira un caractère bien spécial puisqu'il coïncidera avec le jour de son douzième anniversaire, soit le lundi 17 février.

Si son équipe remporte la victoire à son premier match, il jouera au Centre Vidéotron et, dans le cas contraire, au Pavillon de la Jeunesse.

Il n'est toutefois pas le premier membre de la famille à participer au plus prestigieux tournoi de hockey mineur au monde puisque son oncle Danny Genois a déjà vécu cette belle expérience.

Le Frontenac a encaissé une seule défaite depuis le début de la saison. L'ailier droit qui porte le numéro 49 a largement contribué au succès de son équipe en maintenant une moyenne d'un point par match. Selon ses parents, M^{me} Manon Genois et M. Sylvain Duguay, qui accompagnent leur fils depuis ses débuts dans le hockey, ses points forts : son lancer frappé et du poignet ainsi que sa force physique.

Une véritable passion

Sa passion pour le hockey lui a été transmise par son parrain, M. Nicolas Fortier, qui l'a initié aux rudiments de notre sport national. Il a consacré beaucoup de temps à lui apprendre à patiner, pratiquer ses lancers, ses passes, ses mises au jeu, etc. Il demeure, avec les parents de Marc Antoine, son plus grand fan.

Le jeune homme joue au hockey d'août à avril durant la saison régulière et, par la suite, jusqu'en juin dans ce que l'on appelle le hockey de printemps avec les meilleurs joueurs de son âge.

Les mois d'été sont synonymes de relâche durant lesquels il peut profiter pleinement des activités en famille avec ses parents et son jeune frère Félix, qui a aussi joué au hockey jusqu'à l'âge de 8 ans. Bien que Félix ait démontré de belles aptitudes, il a tout simplement choisi de passer à autre chose, notamment la robotique et l'informatique.

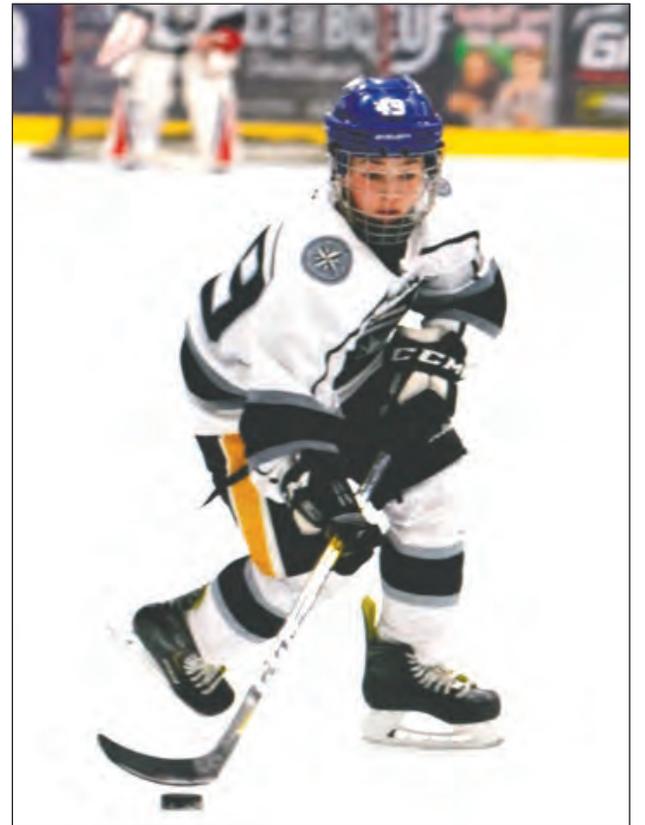


Sylvain, un papa fier de son fiston

Marc Antoine aura la possibilité de vivre intensément son engouement pour le hockey l'automne prochain puisqu'il a été accepté dans le programme concentration hockey de l'école secondaire La Seigneurie.

Marc Antoine a connu beaucoup de succès depuis ses débuts dans le hockey mineur. Il a notamment amassé 39 points en 18 matches lorsqu'il évoluait dans la catégorie novice A.

Il a par ailleurs vécu quelques déceptions notamment lors de sa participation au camp d'entraînement de l'équipe Pee-Wee AA de Québec-Nord-Est. Tout allait bien jusqu'à ce qu'il se déplace une vertèbre, ce qui a



eu pour effet d'annuler ses chances de faire l'équipe. Il était évidemment déçu, mais il a rapidement retrouvé le sourire lorsqu'il a appris que l'équipe Pee-Wee BB était confiée à M. Claude Légaré, un instructeur qui impose le respect et dont la compétence est reconnue dans le monde du hockey mineur.

Son paternel a réalisé plusieurs séquences vidéos de son fils et son équipe dans lesquelles on peut facilement constater les habiletés de Marc Antoine ainsi que son intensité et sa fougue.

Vous pouvez d'ailleurs visionner ces séquences vidéos aux adresses suivantes :

<https://youtu.be/sMeY-xVHPco>
<https://youtu.be/u7yLCD8fO5c>

Estimation gratuite

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

Construction
Rénovation
en tout genre

Cell. : 418 809-1642
lambert.fils@hotmail.com

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

AQUA INGENIUM
Ingénieurs des eaux

418 849-4916
aquaingenium.com
info@aquaingenium.com

• INSTALLATION SEPTIQUE • HYDRAULIQUE • STABILITÉ TERRAIN • GESTION DES EAUX • TRAITEMENT DES EAUX

Pour vendre ou acheter
 Votre projet me tient à ❤️ réalisons-le ensemble!

Carole Fortin
 Courtier immobilier résidentiel
 Bur. : 418-666-5050
 Cel. : 418-951-8856
 carolefortin.ca
 carole.fortin@remax-quebec.com

RE/MAX Référence 2000
 Agence immobilière
 Franchisé indépendant et autonome de Remax Québec Inc.

Lucille Thomassin : Mérite Lavallois *Carrière*

André Lachapelle

Le 9 décembre dernier lors de la séance du conseil municipal, le maire, M. Carl Thomassin, a souligné les accomplissements de deux bénévoles oeuvrant au sein d'organismes ou comités reconnus par la Ville. Les deux récipiendaires de l'année 2019 sont M^{me} Lucille Thomassin dans la catégorie « Ensemble de la carrière » et M^{me} Jacinte Chapados dans la catégorie « Exploit 2019 ».

J'ai eu le plaisir de m'entretenir avec ces deux femmes remarquables.

Madame Lucille Thomassin

Native de Sainte-Brigitte-de-Laval, M^{me} Thomassin a fait carrière dans l'enseignement. Jetons un coup d'œil sur les conditions qui prévalaient pour les enseignantes il y a à peine une cinquantaine d'années. À la fin des années 1960, à l'âge de 17 ans, Lucille gagnait 1 800 \$ par année alors qu'un collègue de sexe masculin recevait 4 200 \$ l'an pour le même emploi. Qui plus est, il était interdit aux jeunes enseignantes de se marier. Heureusement, cette interdiction a été levée quelques années plus tard.

Comme nous pouvons le constater, bien des choses ont évolué au Québec au cours des 50 dernières années bien qu'il reste encore du travail à faire.

Sa première année d'expérience en enseignement n'a pas été facile. Elle décide même de quitter à la mi-décembre. Heureusement, la directrice de l'école lui offre de l'accompagner durant quelques mois, ce qui lui permet de la rassurer sur ses capacités et son amour pour l'enseignement.

Parallèlement à sa carrière d'enseignante, M^{me} Thomassin s'implique rapidement dans le bénévolat.

Son beau-frère, M. Richard Amyot a fondé le journal Le Lavallois en 1983. Quelques années plus tard, la survie du journal est en péril. Il lance une invitation aux personnes qui pourraient être intéressées à prendre la relève. Mme Thomassin hésite et c'est Mme Aline Giroux qui l'incite à se lancer dans l'aventure. « Si tu embarques, j'embarque et je peux t'assurer Lucille que je ne te laisserai jamais tomber ». 37 ans plus tard, celle que l'on surnomme affectueusement ma tante Aline est encore présente et apporte toujours sa précieuse collaboration.

Avec le temps, ses fidèles comparses, M^{mes} Jocelyne et Diane Clavet s'ajoutent à l'équipe de même que M^{mes} Léna Rouillard et Louise Côté ainsi que M. Jean-François Gerardin.



Assurer la pérennité d'un journal durant un si grand nombre d'années, c'est en soi un exploit remarquable. Il aura fallu que Lucille et les autres membres de l'équipe assurent une couverture constante de l'activité politique, culturelle, sportive, communautaire de la municipalité et recrute de nouveaux collaborateurs. Pour assurer la viabilité économique du journal, ses artisans ont dû dénicher et fidéliser leurs précieux annonceurs.

Au début, lorsque l'on apportait des changements à un texte, il fallait tout retaper à la machine à écrire et consacrer une semaine de travail pour le montage de quelques pages. La production du journal a beaucoup évolué depuis, surtout grâce à l'informatique. Les membres de l'équipe ont dû apprendre à maîtriser les logiciels, assurer le transfert des connaissances, alimenter la page Facebook et le site Internet du journal.

Durant toutes ces années, Lucille a été l'âme du journal. Grâce à son jugement sûr, son sens de l'humour, sa capacité de rassembler, de motiver, de dédramatiser certaines situations, elle aura permis à faire du journal Le Lavallois une véritable institution.

« Le bénévolat, c'est une richesse pour Sainte-Brigitte-de-Laval »

Son implication dans le domaine du bénévolat ne se limite pas seulement au journal Le Lavallois, M^{me} Thomassin a contribué à de nombreux projets et événements : la vente de fleurs dont les profits sont versés à des organismes communautaires, le bottin téléphonique, la venue de la câblodistribution, la chorale L'Écho des montagnes, etc.

La Petite Séduction

L'un des hauts faits d'armes de M^{me} Thomassin, c'est sa participation à l'émission La Petite Séduction qui a été diffusée durant de nombreuses années à Radio-Canada. En 2009, la Ville pose sa candidature. Elle aura pour mission de séduire la comédienne Maxim Roy.

On fait appel à l'équipe du journal pour proposer des activités. Parmi celles-ci, il y avait un projet de conte et c'est Lucille qui accepte de relever ce défi en proposant la légende des farfadets.

Un beau matin, le regretté Dominique Lévesque, complice de l'animateur Dany Turcotte, débarque chez Lucille avec

quatre cafés. Il est prêt à passer la journée avec elle afin de s'assurer que le contenu du conte et la prestation de l'auteure soient à la hauteur. À peine une heure plus tard, il prend congé de M^{me} Thomassin considérant qu'elle était tout à fait prête pour l'émission.

M^{me} Sabrina Thomassin du Service des loisirs de la Municipalité lui demande par la suite de mettre en place l'heure du conte. Durant deux ans, le samedi matin à la mezzanine de la bibliothèque municipale, elle raconte des histoires aux enfants et aux parents.

Qu'est-ce qui pousse une personne à faire du bénévolat? « Le bénévolat, c'est une richesse pour Sainte-Brigitte. À la fin d'une journée de bénévolat, mon portefeuille n'est pas plus épais que le matin, ma carcasse est un peu plus fatiguée, mais mon cœur est fier d'avoir aidé des personnes. » Dit-elle.

Mais, la plus belle réussite pour Lucille, c'est sa famille. Son conjoint Robert Careau, ses deux enfants, Martin et Dany et leurs conjointes respectives, Chantal et Audrey, ainsi que ses quatre petits-enfants, Francis, Myriam, Anthony et Alexandre.

Les membres de l'équipe du journal Le Lavallois sont évidemment très fiers de la reconnaissance manifestée envers leur présidente. Nous avons le privilège de la côtoyer régulièrement et nous sommes donc en mesure de dire à nos lecteurs que cet honneur est pleinement mérité.

« Je souhaite que vous soyez contagieuse, que beaucoup de gens prennent exemple sur vous et s'impliquent dans la communauté » a pour sa part souligné le maire, M. Carl Thomassin.

ABAT-POILS TOILETTAGE

418 825-2103

Réservation Service personnalisé 192, ave Sainte-Brigitte Sainte-Brigitte-de-Laval

CLUB ALPIN

Un parcours majestueux dans un décor enchanteur

Jean-François Cote, directeur

20, des Monardes Sainte-Brigitte-de-Laval, Qc Courriel: info@alpin.qc.ca

418 825-3108 www.alpin.qc.ca

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

Jacinte Chapados : Mérite Lavallois *Exploit*

André Lachapelle



Elle possède une vision claire en ce qui a trait à l'avenir de La Friperie, soit augmenter les revenus afin de donner un coup de pouce financier aux OBNL de notre ville.

Elle partage avec son conjoint une volonté d'organiser soigneusement les choses. Ils mettent de l'ordre dans le local situé au 4, rue de la Patinoire que la Ville met à leur disposition. L'espace dont ils disposent n'a rien à voir avec celui des magasins à grande surface, mais ils le réorganisent de façon à ce qu'on puisse s'y retrouver facilement et en utilisant au maximum chaque pouce carré.

Il faut aussi considérer le fait que donner une seconde vie à tout ce que l'on peut trouver à la Friperie contribue à réduire notre consommation et notre empreinte environnementale.

On trouve donc de tout à l'exception des meubles et des vêtements pour homme, et ce, en raison du manque d'espace. M^{me} Chapados accueille évidemment ce type de don qu'elle achemine par la suite à d'autres organismes. En fait, M^{me} Chapados récupère environ 95 % de tous les éléments qu'elle reçoit, à l'exception du matériel qui ne peut être recyclé. Vous pouvez évidemment aller porter vêtements, jouets, articles ménagers, etc. à la Friperie, mais une visite au 4, rue de la Patinoire vous permettra de faire de belles découvertes. M^{me} Chapados vous accueillera avec grand plaisir.

S'il fallait choisir un trait de caractère de M^{me} Jacinte Chapados, lauréate de la catégorie « Exploit 2019 » du Mérite Lavallois, c'est son énergie. Lorsqu'elle s'attaque à une cause, on peut alors être assuré qu'elle va s'investir à fond, c'est précisément ce qu'elle a fait en redonnant vie à la Friperie de Sainte-Brigitte-de-Laval.

Après avoir fait carrière dans la fonction publique québécoise dans le domaine de l'informatique, elle prend sa retraite en 2015. Pour cette Gaspésienne d'origine qui habite Sainte-Brigitte-de-Laval depuis 2012, il était impératif de vivre une retraite active.

C'est en feuilletant le journal Le Lavallois avec son conjoint, M. Claude Lemay, qu'elle décide de s'impliquer dans le Club de l'Âge d'Or et lors d'un souper des Fêtes, elle apprend qu'un Club Lions est en voie de formation à Sainte-Brigitte-de-Laval.

Elle connaît déjà bien la vocation de cet organisme puisqu'elle possède le statut de membre éloigné du Club Lions de Paspébiac dans lequel son beau-frère Roger est président. Jacinte et Claude choisissent donc de faire partie de celui de Sainte-Brigitte-de-Laval.

Le Club Lions est interpellé par la survie de la Friperie, un organisme qui reçoit une panoplie de vêtements et bien d'autres articles pour ensuite les revendre à bas prix. Les autorités municipales souhaitent évidemment la survie de la Friperie, mais il faut absolument trouver des personnes pour prendre en charge cet organisme et proposer un plan de relance qui tienne la route.

M^{me} Chapados, maintenant devenue présidente du Club Lions, avait rapidement évalué le potentiel de la Friperie et déposé à la Ville un plan détaillé pour sa relance.

M^{me} Chapados choisit aussi d'augmenter substantiellement les heures d'ouverture à 26 heures/semaine. La Friperie ne disposant pas d'un espace pour effectuer le tri des marchandises qui lui parviennent régulièrement, elle doit effectuer cette tâche en dehors des heures d'ouverture, ce qui fait en sorte qu'elle consacre un total de 60 à 70 heures par semaine à la Friperie. Comme retraitée active, on peut difficilement trouver mieux!

La caverne d'Ali Baba

Visiter la Friperie, c'est en soi une découverte surprenante. On y retrouve évidemment des vêtements, mais ce qui étonne c'est non seulement la quantité, mais aussi la qualité des pantalons, des robes, des gilets des manteaux, etc., et ce, pour les enfants, les adolescents et les adultes.



Mais, il y a beaucoup plus, à titre d'exemple, des jouets et des livres pour enfants, des jeux de société, des articles ménagers, etc. Toutes ces choses sont en très bon état et sont offertes à des prix très bas.

« Une journée sans rendre service est une journée perdue »

Une aide financière précieuse

En prenant en charge la relance de la Friperie, M^{me} Chapados avait une idée précise en tête : augmenter les revenus et les redistribuer. Son travail acharné a porté des fruits puisque lors du Brunch des bénévoles le 1^{er} décembre 2019, elle a remis un montant total de 4 500 \$ aux OBNL suivants : Matinées mères-enfants, Cercle des fermières, Club de l'Âge d'Or, Maisons des Jeunes La Barak, Chorale L'Écho des Montagnes et l'Association de baseball de Sainte-Brigitte-de-Laval.

Lors de la soirée d'information, intitulée « Qui sont les Lions » qui avait lieu le 25 janvier dernier au Parc des Saphirs, une aide financière additionnelle totalisant 2 700 \$ a été attribuée aux organismes suivants : Prof de secours, Refuge éthique de l'Arrière-Pays et Centre récréotouristique du Domaine des Hautes Terres.

De plus, le Club Lions offrira aussi cette année 3 000 \$ aux familles de jeunes hockeyeurs lavallois qui jouent à Beauport et qui doivent payer des frais d'inscription beaucoup plus élevés que les jeunes Beauportois. La Ville assume une partie des frais d'inscription et l'un des objectifs du Club Lions est de contribuer davantage à la diminution des coûts d'inscription.

Bravo M^{me} Chapados pour la relance de la Friperie SBDL. Cette reconnaissance pour votre implication bénévole dans la vie communautaire de Sainte-Brigitte-de-Laval est pleinement méritée.

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

LE DOMAINE
DÉPANNEUR ET BOUCHERIE
418 667-2540
1779 Boulevard Raymond, Québec
(à l'entrée de Ste-Brigitte-de-Laval)

BOUCHERIE & prêt-à-manger

- Fondue chinoise
- Brochettes marinées
- Tourtière du Lac St-Jean
- Variété de pâtés
- Mets cuisinés
- Sandwichs
- Salades

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

Accumulez des points sur vos achats* en magasin!

Esso
Esso EXTRA

optimum

*certaines conditions s'appliquent

Des nouvelles de la MRC

Gala reconnaissance Les Étoiles de La Jacques-Cartier

Devenez une étoile

Ne manquez pas votre chance de devenir une étoile de La Jacques-Cartier. Inscrivez-vous ou proposez une candidature dans l'un des 12 catégories avant le 6 mars prochain.



Rappelons que le gala reconnaissance, les Étoiles de La Jacques-Cartier, vise à mettre en lumière les gens et les entreprises qui contribuent à faire de la région un milieu de vie dynamique, stimulant et animé.

Inscriptions et détails au www.mrc.jacques-cartier.com/gala-les-etoiles

Société de développement économique de La Jacques-Cartier

S'impliquer dans la communauté

Entrepreneur de la région de La Jacques-Cartier, vous avez envie de vous impliquer dans votre communauté? Devenez membre de la Société de développement économique (SDE) de La Jacques-Cartier.



Votre expérience et votre expertise seront certainement pertinentes au développement économique, touristique et social de votre région. Devenez membre gratuitement au www.sde.jacques-cartier.com.

Rappelons que la SDE de La Jacques-Cartier est le partenaire naturel de votre projet d'affaires. Non seulement la SDE soutient les entrepreneurs par ses conseils et son expertise, mais elle peut aussi les aider financièrement par ses différents fonds et subventions.

Tourisme Jacques-Cartier

Des souvenirs grandeur nature

Pas question de s'encabaner cet hiver!

Alors que votre cour arrière est un véritable terrain de jeux, découvrez des activités pour profiter de l'hiver et créez des souvenirs grandeur nature en famille, en couple ou entre amis.

Inspirez-vous sur le blogue de Tourisme Jacques-Cartier tout l'hiver au <http://www.jacques-cartier.com/blogue>.



Défi OSEntreprendre

Donner vie à ses idées et oser entreprendre

Le Défi OSEntreprendre, un grand mouvement québécois qui fait rayonner les initiatives entrepreneuriales, est de retour pour une 22^e édition. Les intervenants scolaires, les étudiants et les créateurs d'entreprise sont invités à inscrire leur projet d'ici le 10 mars prochain.

Le Défi comprend trois volets. Le volet scolaire vise les élèves et les étudiants qui réalisent des initiatives entrepreneuriales. Alors que le volet création d'entreprises représente une vitrine pour les nouveaux entrepreneurs en cours de démarrage, le volet Réussite inc. met en lumière des entreprises au parcours inspirant ayant déjà participé au Défi OSEntreprendre.

Inscrivez-vous dès maintenant au www.osentreprendre.quebec/defi-osentreprendre/ et vous pourriez voir votre projet récompensé, alors qu'un total de 800 000 \$ en prix sera remis.

Laissez-vous conduire!

Consulter les horaires de votre municipalité.

tcjacquescartier.com  

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

Nouvelle tarification pour l'écocentre



Depuis 2008, la ville de Sainte-Brigitte-de-Laval avait une entente avec la ville de Québec permettant aux résidants permanents de déposer leurs résidus interdits des différentes collectes de matières résiduelles à l'écocentre de l'arrondissement de Beauport sans avoir à défrayer directement sur place.

Entre 2008 et 2018, les modalités de facturation étaient basées sur un nombre de mètres cubes maximal (6 m³) par année et par immeuble pour la disposition des matériaux secs.

Pour les autres types de matières (pneus, encombrants, résidus domestiques dangereux (RDD), etc.), il n'y avait aucuns frais et les quantités étaient illimitées.

Pour encourager les citoyens à se diriger vers l'écocentre, la ville de Sainte-Brigitte-de-Laval payait les trois premiers mètres cubes pour la disposition des matériaux secs.

En 2019, un changement important a été effectué par la ville de Québec. Les modalités d'utilisation des écocentres de la ville de Québec ont totalement été revues pour en arriver à une facturation par visite au coût de 15 \$, et ce, peu importe le type de matières et le volume. La facture totale était donc assumée par l'ensemble des contribuables.

Changement important

À l'automne dernier, la ville de Québec a informé la Ville de nouveaux changements concernant la tarification. En plus d'augmenter tous les frais relatifs à la gestion des matières résiduelles, le coût par visite à l'écocentre a été doublé, passant de 15 \$ à 30 \$.

Devant cette décision de la ville de Québec, et dans un souci de saine gestion des fonds publics appuyé par le principe de l'utilisateur payeur, le conseil municipal de la ville de Sainte-Brigitte-de-Laval a pris la décision d'offrir gratuitement, pour l'année 2020, la première visite du citoyen à l'écocentre de Beauport.

Les visites subséquentes seront facturées directement aux citoyens qui se prévalent du service au coût de 35 \$, soit le coût réel facturé par la ville de Québec en incluant les frais d'administration.

Cette décision a été basée sur les statistiques de visites recueillies au cours de la dernière année et sur la capacité de payer de l'ensemble des citoyens :

- 37,2 % des logements situés sur le territoire de Sainte-Brigitte-de-Laval ont visité l'écocentre de l'arrondissement de Beauport au cours de l'année 2019;

- De ces logements, 40,8 % ont effectué une seule visite au cours de l'année 2019, 46,5 % de deux à quatre visites et 12,7 % plus de cinq visites.

La Ville est toutefois en réflexion quant aux options qui s'offrent à elle afin de diminuer les coûts liés à la disposition des déchets vers l'écocentre.

Collaboration citoyenne

La Ville invite les citoyens à se mobiliser et à s'entraider pour le transport des encombrants vers l'écocentre. Pourquoi ne pas offrir à votre voisin de transporter ses rebuts vers l'écocentre et de venir avec lui que la prochaine visite sera effectuée par lui? De cette façon, vous bénéficierez de deux visites gratuites. Rien n'empêche de faire la proposition au reste du voisinage.

Note importante

La disposition des encombrants dans le bac vert n'est pas une solution. Au contraire, cela aura pour effet d'augmenter le tonnage des déchets et par le fait même les coûts liés à l'incinération.

Lucille Thomassin

Piles, batteries domestiques et téléphones cellulaires

La Ville dispose de boîtes pour y mettre vos piles, batteries et vos vieux téléphones cellulaires. Cette petite boîte se situe dans l'entrée de la mairie au 414, avenue Sainte-Brigitte. Avant de vous rendre au point de collecte, enrubannez les bornes de chaque pile à l'aide d'une bande adhésive, en gardant l'étiquette lisible. N'hésitez pas à profiter de ce service gratuit.



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

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.

SCIAGE FORAGE

Résidentiel - commercial - industriel

- Sciage mural (porte, fenêtre, plancher jusqu'à 48" d'épaisseur)
- Scie électrique pour travaux intérieurs
- Sciage d'asphalte
- Percements de 1" à 36"
- Démolition et excavation

À votre service depuis 1989

Courriel: sciage@live.ca
Site internet: www.sciagedebetontremblay.com
Licence R.B.Q.: 8229-6963-28 Cellulaires
418 825-3304 **418 808-6557**
418 951-3304

Semaine de relâche



Activités de la semaine

Lundi, 2 mars

Sortie au Bora Parc

Piscine à vagues, glissades d'eau, rivière aventure et jeux d'eau. Matériel spécial pour l'activité : un maillot de bain, une serviette, un lunch froid et veste de flottaison au besoin.

Mardi, 3 mars

Sortie aux glissades de Tewkesbury

Tewkesbury, c'est vivre de l'adrénaline à l'état pur sur les plus hautes pistes de glisse de la région. Matériel requis : un habit d'hiver, des vêtements chauds (plusieurs épaisseurs) et un lunch froid.

Mercredi, 4 mars

Sortie à l'Érablière de Lac-Beauport

Tu pourras y manger de la tire d'érable, danser sur la piste de la Icecothèque et visiter le musée de l'érable ainsi que le camp des trappeurs. Matériel requis : un habit d'hiver, des vêtements chauds, des espadrilles et un lunch froid.

Vendredi, 6 mars

Sortie au parc national de la Jacques Cartier Olympiades, raquette, rallye et chocolat chaud. Matériel requis : un habit d'hiver, des vêtements chauds (plusieurs épaisseurs) et un lunch froid.

Jeudi, 5 mars

Sortie au cineplex Odéon, Beauport Démonstration d'animaux par Éducazoo

Vision du film Dolittle où tu y verras un homme qui peut parler aux animaux. Éducazoo qui présente des serpents, des tortues, des iguanes à l'école du Trivent. Matériel requis : un habit d'hiver, des vêtements chauds, des espadrilles et un lunch froid.

Informations importantes

- Chaque journée débute à 9 h et se termine à 16 h au Centre communautaire le Trivent 1 (3, rue du Couvent).
- Un service de garde sera disponible entre 6 h 45 et 9 h ainsi que de 16 h à 18 h. Il est important d'amener ses espadrilles.
- Toutes les activités s'adressent aux enfants âgés de 5 à 12 ans qui fréquentent une école primaire.
- Chaque enfant doit prévoir deux collations et un dîner froid par jour.
- Le nombre de places est limité. Le principe du « premier arrivé, premier servi » s'appliquera.
- Si l'une des activités vient à être annulée pour cause de mauvais temps, les enfants seront pris en charge par l'équipe d'animation présente pour la journée.

Tarification

- Le coût est de 35 \$ par jour **ou** 135 \$ pour la semaine complète.
- Le coût du service de garde est de 10 \$ par jour **ou** 35 \$ pour la semaine.

Inscription en ligne obligatoire

<https://sainte-brigitte-de-laval.appvoila.com/fr/accueil>

MRC de La Jacques-Cartier

Le transport collectif

10 ans au service de la mobilité

Le Transport collectif de La Jacques-Cartier (TCJC) célèbre son 10^e anniversaire avec plus de 427 000 déplacements effectués depuis la mise en place de ce service régional. L'utilisation du transport collectif est de plus en plus ancrée dans les habitudes de déplacement des résidents passant, en 10 ans, de 16 000 déplacements annuels à plus de 60 000 déplacements en 2019.

Desservant les villes de Sainte-Catherine-de-la-Jacques-Cartier, Fossambault-sur-le-Lac, Lac-Beauport, Lac-Delage, Stoneham-et-Tewkesbury, Sainte-Brigitte-de-Laval et Shannon depuis le mois de mars dernier, le TCJC a été mis en place par la volonté des élus d'offrir une alternative de déplacement aux résidents de la Jacques-Cartier.

« La réalité périurbaine est un défi pour notre MRC et le transport collectif est un incontournable en matière de mobilité durable. Le TCJC, dont la pertinence n'est plus à démontrer, s'inscrit ainsi dans ce concept de mobilité en offrant une alternative à l'automobile », a déclaré le préfet de la MRC de La Jacques-Cartier et maire de Stoneham-et-Tewkesbury, M. Claude Lebel.

Un service en évolution

En 10 ans, le TCJC a évolué, toujours dans le souci de répondre le mieux possible aux besoins et à la réalité des usagers. En plus d'offrir des transports directs vers les secteurs de Sainte-Foy et de la colline parlementaire, le TCJC propose un parcours en continu à Lac-Beauport depuis 2017.

Le TCJC est un service de transport collectif mis sur pied en 2010 et géré par la MRC de La Jacques-Cartier. Il dessert sept des neuf municipalités de la MRC sur un service régulier et sans réservation. Le WIFI et des supports à vélo sont mis gratuitement à la disposition des usagers.

Marie-Josée Labbé

Conseillère en communication



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

SH MACHINERIE INC.

SÉBASTIEN HUOT
Cell.: 418-264-5454
Fax : 418-825-5133
shmachinerie@hotmail.com
RBQ : 5629-7039-01 www.shmachinerie.com

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

LES CONSTRUCTIONS MAURICE FORTIER & FILS
ENTREPRENEUR GÉNÉRAL

Rénovation - Menuiserie générale
générale & commerciale
jocelynfortier@ccapcable.com

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

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

LUMINORE
ÉLECTRIQUE INC.

ÉLECTRICIEN

Tél. : 418-683-4981
Cell. : 418-808-4981
administration@luminore.ca

CMEQ

Rembourrage Gilles Noël
enr.

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

La tour... suite

Doris Tessier

Tel que prévu par Vidéotron, la construction de la nouvelle tour de télécommunication dans le nord de Sainte-Brigitte-de-Laval est finalisée, et ce, depuis la fin décembre 2019. On peut maintenant la voir lorsque l'on circule sur l'avenue Sainte-Brigitte.



Un appel auprès de Vidéotron nous a permis de valider que la mise en service se fera comme prévu au cours des quatre premiers mois de 2020. Il reste à installer les équipements nécessaires au fonctionnement et à effectuer des tests pour assurer un service de qualité. Puisque nous sommes en période d'essais, le signal apparaît de façon sporadique et disparaît.

Fournisseurs de service associés

Certains fournisseurs de service ont conclu ou concluront une entente avec Vidéotron pour acheter un espace sur la tour afin d'offrir le service à leurs clients. **Avant de choisir un forfait assurez-vous que le fournisseur de services aura conclu une telle entente** sinon après une période de trois mois Vidéotron pourra ne plus vous desservir. Sachez toutefois que l'accès occasionnel est disponible et ce peu importe le forfait.

L'équipe du journal continuera d'assurer le suivi auprès de Vidéotron afin de vous tenir informés des développements et si possible de vous mentionner les fournisseurs qui ont déjà conclu une entente.

Choisir le bon forfait

Doris Tessier

Si vous êtes déjà abonné ou vous souhaitez acquérir un forfait, prenez le temps de bien vous informer car vous pourriez faire des gains intéressants. En effet, la compétition a amené les fournisseurs de service à multiplier les offres de service.

Voici ce que quelques recherches nous apprennent :

La première étape consiste à bien définir vos besoins. À quelle fréquence utilisez-vous votre cellulaire? Avez-vous ou désirez-vous garder une ligne résidentielle? Combien d'appels faites-vous ou pensez-vous faire avec votre cellulaire? Combien de messages (texto) envoyez-vous? Avez-vous besoin d'Internet?

Si vous avez déjà un forfait, analysez votre facture et vérifiez combien d'appels locaux, interurbains, messages avez-vous faits au cours des dernières périodes.



Si l'utilisation d'Internet était comprise dans votre forfait, avez-vous dépassé ou surestimé vos besoins.

Cette analyse vous permettra d'exprimer vos besoins aux fournisseurs qui seront alors en mesure de vous proposer le bon forfait approprié. Des sites spécialisés francophones comme planhub.ca et wirelesswave.ca, peuvent vous aider à trouver les offres les plus adéquates pour vos besoins.

Forfait mensuel ou service prépayé

Si vous n'utilisez pas souvent votre cellulaire, il est

possible qu'un forfait ou carte prépayée soit suffisant. On peut en obtenir à partir de 10 \$ par mois ou 100 \$ par année. Chaque appel, chaque message texte est alors facturé à l'unité. À titre d'exemple un appel peut coûter 1 \$ par minute, un message 0,50 \$. Dans certains cas, les appels ou messages en surplus sont coûteux. Dans d'autres cas, lorsque le montant est épuisé on ne peut plus téléphoner ou texter.

Quand on achète un forfait mensuel, on signe un contrat pour un an ou deux. Si vous voulez l'annuler, sachez que des frais s'appliquent. Informez-vous pour éviter les surprises.

Forfait avec téléphone inclus ou non

Si vous êtes un fan de technologie et désirez avoir toujours le dernier modèle en main, il peut être avantageux d'opter pour un forfait mensuel incluant le coût du téléphone. Le prix de l'appareil sera alors réparti sur la durée du contrat.

911

Si vous désirez avoir un cellulaire seulement pour contacter le 911, ce poste est joignable à partir de n'importe quel téléphone même sans avoir de forfait.

Utilisation d'Internet sur le cellulaire

Si vous souhaitez utiliser votre cellulaire (sans WIFI) pour envoyer des courriels, aller sur Internet, télécharger des applications, ce service est facturé en fonction des gigaoctets (GO) que vous prévoyez utiliser. Un ou deux GO peuvent coûter près de 30 \$ par mois. Si vous dépassez, des frais supplémentaires s'appliquent.

Utilisation du cellulaire à l'étranger

Si vous passez beaucoup de temps à l'étranger, il peut être avantageux d'avoir un forfait international. On peut obtenir ce type de forfait à compter d'environ 50 \$. Certains fournisseurs de service proposent un forfait international pour la durée du voyage. Une autre solution généralement plus économique est d'acheter une carte prépayée dans le pays de destination.

Fière partenaire de la 31^e édition du

Tournoi international de hockey Atome Pee-Wee de Beauport!

Bonne chance à tous les participants!



Sous la présidence d'honneur
de Madame Valérie Pelland,
Conseillère communication & vie associative
Caisse Desjardins de Beauport

Siège social
799, rue Clémenceau
Québec (Québec) G1C 8J7

418 660-3119
desjardins.com/caissedebeauport
caissedebeauport

 **Desjardins**
Caisse de Beauport





Qu'est-ce que tu fais toute la journée?

Je travaille à la maison 24 heures par jour
 Je suis mère
 Je suis une femme
 Je suis une fille
 Je suis le réveil
 Je suis la cuisinière
 Je suis la serveuse
 Je suis la maîtresse d'école
 Je suis la babysitter
 Je suis l'infirmière
 Je suis l'ouvrière
 Je suis l'agent de sécurité
 Je suis la conseillère
 Je suis celle qui reconforte
 Je n'ai pas de vacances
 Je n'ai pas de congés maladie
 Je n'ai pas de jour de congé
 Je travaille jour et nuit
 Je suis tout le temps en service
 Je ne suis pas payée

Et pourtant j'entends la phrase:

« Mais qu'est-ce que tu fais toute la journée? »

Ce message est dédié à toutes les femmes qui donnent leur vie pour le bien être de leur famille.

Par hasard et avec une certaine curiosité, je suis tombé sur ce témoignage féminin écrit par un algérien, Brahim Achoury.

Je m'empresse de le partager car il correspond parfaitement à ma conviction depuis que je suis « conscient » de la réalité, et cela remonte à mon enfance.

J'observe la tâche immense des mamans et de toutes les femmes qui s'éreintent jour après jour pour « SERVIR » leurs enfants et leur compagnon...
 Ce dernier ne le mérite pas tout le temps...
 On disait jadis « ménagère »...
 Aujourd'hui, on dit « femme à la maison »...

Malgré toute ma bonne volonté, je n'ai jamais réussi à égaler le travail accompli par une maman ou une femme dédiée et occupée quotidiennement à tant de tâches...

Occupée... Je devrais dire attelée à des corvées. Au four et au moulin toute la journée... sans compter tant de nuitées auprès d'enfants malades ou apeurés. Et, j'en passe!



Dans les années 50, le seul rôle qu'on voulait bien laisser à une femme, c'était celui de mère et de ménagère. Voilà ses seuls droits, voilà l'étendue de ses devoirs: faire plaisir à son mari en étant une bonne femme au foyer.

C'est ce que rappelle l'article publié en mai 1955 dans un magazine pour femmes, *Housekeeping Monthly*, et retrouvé par le site Trenzified. Le titre donne déjà le ton: «The Good Wife's Guide», ou « **Le guide pour être une bonne épouse** ».

S'ensuit une liste de conseils à suivre pour être la femme parfaite, tous plus sexistes et affligeants les uns que les autres. Si cela nous paraît insensé aujourd'hui, c'est un parfait reflet de la situation des femmes il y a 60 ans et du carcan dans lequel on tentait de les enfermer.

Les règles citées ici dépeignent un monde où la femme idéale est forcément une femme au foyer, qui passe sa journée à s'occuper des enfants, des tâches ménagères et des repas.

Le moment fort de sa journée est le moment où le chef de famille rentre du travail: elle peut avoir alors l'immense bonheur de le servir et de veiller à anticiper le moindre de ses désirs. En silence, de préférence, et en souriant gentiment.

A relire quand on désespère de voir un jour la cause des femmes avancer, pour se rappeler qu'on revient de loin, tout de même.

Jean-François Gerardin

Services du Centre de Santé



Promotion pour la massothérapie

Massage de 60 minutes à 50 \$, tout le mois de février.

Venez profiter de l'expertise des massothérapeutes qui sont également thérapeutes en physiothérapie. Elles sauront considérer vos problématiques afin de vous offrir un soin de qualité en s'adaptant à votre condition.

Que ce soit pour ses bienfaits thérapeutiques ou simplement pour de la détente, un bon massage vous aidera à débiter l'année du bon pied. Réservez votre place.

Vertiges –Étourdissements

Avez-vous pensé à la physiothérapie?



La rééducation vestibulaire

C'est une approche spécialisée qui vise à diminuer les symptômes de vertiges et d'étourdissements. Ces symptômes sont souvent très inconfortables et vous limitent dans les activités de tous les jours.

Un vertige est une sensation de mouvement rotatoire où l'environnement autour semble tourner comme dans un manège et d'autres symptômes peuvent être présents (nausées, vision embrouillée, maux de tête...). Les diagnostics les plus courants sont: vertige positionnel paroxystique bénin (VPPB), labyrinthite, syndrome de Ménière, etc.

Le physiothérapeute effectuera une évaluation de plusieurs systèmes reliés aux symptômes (ex: physique, oculomoteur, équilibre, etc.). Il donnera ensuite des exercices à faire à domicile afin de diminuer les symptômes et améliorer la qualité de vie. Le pronostic de récupération pour les VPPB est excellent si les exercices appropriés sont enseignés.

N'hésitez pas à venir consulter notre physiothérapeute.

Centre famille SBDL

C'est le retour des cuisines collectives et celui des cafés rencontres entre parents.



Horaire des prochaines activités:

Judi, 10 février 2020, de 9 h 30 à 13 h

Cuisine collective

Au sous-sol de l'église
 Inscription obligatoire, 10 places maximum,
 contribution demandée de 10 \$.

Lundi, 24 février 2020, de 10 h à 12 h

Café-rencontre

Développement du langage avec Marie-Ève Arcand,

Judi, 12 mars 2020, de 9 h 30 à 13 h

Cuisine collective

Au sous-sol de l'église
 Inscription obligatoire, 10 places maximum,
 contribution demandée de 10 \$.

Pour questions ou inscriptions:

418 825-5097 ou info@centresantesbdl.com
 Véronique Loubier, dir.

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

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

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

ÉBENISTERIE M.C.
 QUALITÉ & SAVOIR-FAIRE DEPUIS 2003

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

CATHERINE Théoret NOTAIRE

Conseillère juridique

T : 418.914.9104
F : 1.866.610.7265
 catherinetheoret@notarius.net

10, rue Odette-Pinard
 Québec (Québec) G1E 5P4



Sainte-Brigitte-de-Laval, son nom à travers le temps



Nathalie Bourguignon

Le premier segment de ce nom, Sainte-Brigitte, a été choisi à cause de la forte présence des Irlandais au début de sa fondation et que la sainte patronne de l'Irlande se prénomme Sainte-Brigitte-de-Kildare ou Sainte-Brigide-de-Kildare.

Le dernier segment, Laval, représente le propriétaire des lieux, soit Messire François de Laval puisque ce territoire faisait partie de la Seigneurie de Beauport qu'il avait acquise de 1662 à 1668.

Changement de nom

La première concession fut donnée à M. O'Sea le 29 novembre 1830. Le territoire faisait alors partie de la Seigneurie de Beauport et de la paroisse de l'Ange-Gardien.

Page Facebook :

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

Le 27 novembre 1833, l'évêque demanda à l'abbé Bouché d'ouvrir une mission du nom de Laval. Le registre de la paroisse sera ouvert le 14 décembre 1834. Le premier acte inscrit est celui du baptême de **Peter Dawson**, fils de Patrick Dawson et de Johanna Butter.

La paroisse sera érigée le 24 février 1863 et obtiendra ainsi son premier curé en titre en la personne de l'abbé Hyacinthe Gagnon. Il y avait alors 103 familles pour une population de 600 âmes. C'est le 31 octobre 1873, lors de la 2^e érection canonique, que les limites officielles soient établies définitivement par Mgr Baillargeon.

Le décret du 11 février 1875 vient créer l'entité civile ayant pour limite celle définie pour la paroisse. C'est ainsi que naquit la municipalité de paroisse de Sainte-Brigitte-de-Laval.

Le 24 août 1988, les élus obtiennent le changement de nom en celui de municipalité de Sainte-Brigitte-de-Laval.

Le 22 novembre 2012, la municipalité passe d'une régie par le Code municipal du Québec à celle de la Loi sur les cités et villes. Par le fait même, elle changea de nom pour ville de Sainte-Brigitte-de-Laval.

Du côté des paroissiens, un grand changement a été vécu le 1^{er} janvier 2017 alors que la paroisse devient la Communauté chrétienne Sainte-Brigitte-de-Laval de la paroisse Notre-Dame-de-Beauport.

Courriel:

societehistoiresbdl@gmail.com

Allen Dawson, président

Téléphone 418 825-3200

Le tableau ci-dessous résume tous les changements nominatifs vécus par notre ville et notre paroisse:

	1834	1863	1875	1988	2012	2017
Civil	Seigneurie de Beauport		Municipalité de paroisse de Sainte-Brigitte-de-Laval	Municipalité de Sainte-Brigitte-de-Laval	Ville de Sainte-Brigitte-de-Laval	
Religieux	Paroisse de l'Ange-Gardien	Mission de Laval	Paroisse de Sainte-Brigitte-de-Laval		Communauté chrétienne Sainte-Brigitte-de-Laval de la paroisse de Notre-Dame-de-Beauport	

↑ Première concession le 29 novembre 1830 à John O'Sea

Sources :
Livre Civilisation traditionnelle des Lavallois, Sœur Marie-Ursule, 1951
Gazette officielle du Québec
Journal Le Lavallois, décembre 2016

AMP MAÇONNERIE (2002) INC.
www.maconnerieamp.com
Tél. 418 825-1887
Cel. 418 564-8757
Fax. 418 825-1889

Maçonnerie AMP (2002) inc.
ENTREPRENEUR BRIQUETEUR MAÇON
116, rue Tremblay
Sainte-Brigitte-de-Laval, QC.G0A 3K0
Martin Parent maconnerieamp@ccapcable.com

EXAMEN DE LA VUE • VISION SPORTIVE • SANTÉ OCULAIRE
FORFAIT ÉTUDIANTS • LUNETTES ET LENTILLES CORNÉENNES
URGENCE • GRANDE VARIÉTÉ DE LUNETTES SOLAIRES

VISION SANTÉ
Clinique d'optométrie
Prenez rendez-vous dès maintenant!

caroleroth@cliniquevision.ca
1025, boul. du Lac, Lac-Beauport
www.cliniquevision.ca
418 825-0044

ABQ: 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

GOULDS WATER TECHNOLOGY
a xylem brand

Service Régent
POMPES & PUITES
418 849-5614

Benoît Bureau, propriétaire
C 418 571-8893
111, chemin Rourke,
Stoneham-et-Tewkesbury
(Québec) G3C 0W2
info@serviceregent.com
F 418 848-1796
Licence RBQ : 2545-5577-56

Clermont Vallée
Président

418.825.2922
pee@peeq.ca

teeq CONSTRUCTION
ENTREPRENEUR GÉNÉRAL
RÉSIDENTIEL • COMMERCIAL

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

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

La réfection de la Traverse encore reportée

Le maire de Lac-Beauport, Michel Beaulieu, en a lui-même fait l'annonce à la fin de son discours sur le budget 2020, après avoir dévoilé des hausses de taxes foncières majeures de 13 à 15 %, lesquelles ont davantage retenu l'attention.

« La réfection de la Traverse de Laval à hauteur de 4,2 M\$ sera reportée en 2021, à moins qu'une subvention très importante du gouvernement ne soit octroyée en 2020. Seule, la Municipalité ne peut assumer ce fardeau fiscal », a déclaré le maire qui a fait inscrire la dépense au programme triennal d'immobilisations (PTI) en 2021.

L'obtention d'une subvention d'au moins 50 % est une condition *sine qua non* pour la réalisation du projet, a maintes fois répété le maire Beaulieu dans les dernières années, depuis que les coûts de réfection ont été réévalués et ont doublé.

En entrevue, il affirme que ce type de projet, « trop coûteux, pour trop peu de citoyens, dérègle le service de la dette » sans aide financière. Cela dit, les plans et devis sont prêts et s'il reçoit le coup de pouce demandé en 2020, les travaux pourraient débuter « demain matin », nuance-t-il.



La Traverse de Laval, entre Lac-Beauport et Sainte-Brigitte-de-Laval, est réputée pour le mauvais état de sa chaussée et ses nombreux trous.

Depuis 2015, elle revient presque systématiquement dans le classement des pires routes du Québec, établi à la suite d'un vote en ligne sur le site Web du CAA-Québec.

Lucille Thomassin

Portrait de la qualité du service cellulaire

La MRC de La Jacques-Cartier entame une analyse pour obtenir un portrait de la couverture cellulaire sur son territoire.

La topographie de la région, qui est caractérisée par ses lacs, ses montagnes, ses rivières et son couvert forestier, pose certains défis, et ce, malgré la présence de tours de télécommunication cellulaire. La couverture est encore déficiente, voire absente dans plusieurs secteurs de la MRC.

« En 2020, la couverture cellulaire est aussi importante que l'accès à Internet. Alors que des dizaines de familles et d'entreprises et des centaines de milliers de touristes choisissent chaque année la MRC de La Jacques-Cartier, la couverture cellulaire devient un enjeu autant pour nos résidents que pour les visiteurs », a mentionné le préfet de la MRC de La Jacques-Cartier et maire de Stoneham-et-Tewkesbury, M. Claude Lebel.

En plus de fournir un portrait plus exhaustif de la couverture cellulaire, cette analyse permettra d'identifier plus précisément les secteurs de non-couverture ou de couverture inadéquate.

Lucille Thomassin



Source : Marie-Josée Labbé
Tél. 418 844-2160, poste 302
mjlabbe@mrc.jacques-cartier.com
www.mrc.jacques-cartier.com

**Cet hiver,
il y a plus
pour répondre à vos
besoins de santé ou
d'aide psychosociale**

Découvrez les cliniques d'hiver

Jusqu'au 31 mars, profitez d'un accès bonifié aux services par l'ajout de personnel ou de plages horaires dans une clinique près de chez vous.

**Il y a plus de services
que vous pensez.**

Apprenez-en davantage au :
Quebec.ca/cliniqueshiver





www.agedor-sbdl.org

www.facebook.com/agedor.saintebrigittedelaval

Diane Clavet

Déjeuner au restaurant Le Lavallois 416

Le mardi 11 février à 9 h, venez nous rencontrer au restaurant Le Lavallois 416 pour un déjeuner amical. Réservez avant le 7 février car les places sont limitées. Taxes et service inclus. Non remboursable.
Prix : 7 \$ membre SBDL, 10 \$ non-membre

Responsables :

Céline Marcoux 418 825-3408
Jean-Marc Jennings 418 825-1527

Tournoi de Kaiser et Politaine

Les mardis 11 février et 10 mars 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 et 40 \$ ajoutés par le club seront remis en bourse. Nous ferons également le tirage de prix de présence.
Insc. : 2 \$ membre SBDL, 5 \$ non-membre.

Réservez votre place auprès de :

Lilianne Lacroix 418 825-1527

Tournoi de Whist

Participez à notre tournoi de Whist, le mardi 18 février à 12 h 45, au sous-sol de l'église. Les équipes seront formées au hasard. L'argent recueilli sera remis en bourse. Il y aura également tirage de prix de présence.
Insc. : 2 \$ membre SBDL, 5 \$ non-membre.

Réservez votre place auprès de :

Lilianne Lacroix 418 825-1527

Souper au restaurant le Lavallois 416

Le mercredi 19 février à 18 h, venez nous rencontrer au restaurant Le Lavallois 416 pour un souper amical.

Réservez car les places sont limitées.

Prix : 15 \$ membre SBDL, 19 \$ non-membre

Responsables :

Céline Marcoux 418 825-3408
Jean-Marc Jennings 418 825-1527

Dîner communautaire

Le mardi 25 février prochain, nous vous attendons pour notre dîner communautaire mensuel au sous-sol de l'église à 11 h 15.

Au menu : une table d'hôte comprenant soupe, mets principal, dessert, thé et café.

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

Réservez votre place avant le 22 février auprès de :

Lilianne Lacroix 418 825-1527
Céline Marcoux 418 825-3408

Déjeuner au Restaurant Turbo Pizza

Le mardi 10 mars, venez prendre votre déjeuner avec nous au restaurant Turbo Pizza à 9 h.

Prix : 7 \$ membre SBDL, 10 \$ non-membre

Responsables :

Céline Marcoux 418 825-3408
Lilianne Lacroix 418 825-1527

Fête irlandaise

Pour souligner la Saint-Patrick, nous organisons un souper spaghetti suivi d'une soirée dansante, le samedi 14 mars, à 17 h 30 à la salle communautaire du Trivent 1. Si possible, habillez-vous de vert, la couleur traditionnelle des Irlandais. Vous pouvez apporter vos consommations car il n'y aura pas de service de bar.

Prix : 7 \$ membre SBDL, 10 \$ non-membre

Cartes en vente auprès des membres du CA.

Cabane à sucre

Célébrons le printemps en participant à une partie de sucre à la cabane à sucre Létourneau de Sainte-Famille de l'Île d'Orléans, le mercredi 1^{er} avril.

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

Responsables :

Lilianne Lacroix 418 825-1527
Céline Falardeau 418 825-3408

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, adm. relationniste 418 825-1527
Céline Marcoux, adm.. 418 825-3408
Diane Durand, adm. 418 948-1023

Prévenez le vol d'identité

Sécurisez vos appareils électroniques

Doris Tessier

L'expérience de l'an passé avec Desjardins et Capital One nous a démontré jusqu'à quel point nous sommes fragiles, que nos données personnelles peuvent être utilisées à mauvais escient. Tous nos gadgets électroniques peuvent nous rendre encore plus vulnérables.

Heureusement nous pouvons prendre quelques précautions pour limiter les dangers d'un vol d'identité sur nos outils électroniques. Voici quelques conseils :

Téléphones intelligents et tablettes

La première action à poser est de verrouiller vos appareils et en vous assurant d'avoir un mot de passe ou une empreinte digitale pour procéder à leur ouverture. Il est également très important de télécharger seulement des applications reconnues et de configurer la fonctionnalité pour localiser votre appareil afin de le retrouver en cas de perte. On suggère aussi d'utiliser un réseau privé virtuel (VPN) pour préserver votre anonymat en ligne et éviter le piratage.

Ordinateurs portables ou de bureau

Chaque ordinateur devrait être protégé par un mot de passe ou un numéro d'identification personnel. Il est aussi recommandé d'avoir un VPN. L'utilisation de

Wi-Fi public est déconseillé car elle rend une intrusion beaucoup plus facile. Si vous utilisez votre ordinateur en public, utilisez un filtre de confidentialité pour éviter que des regards indiscrets ne captent des renseignements importants.



Si vous magasinez ou que vous effectuez vos transactions bancaires en ligne, assurez-vous de retrouver les lettres https:// et non seulement http:// C'est la preuve que le lien est sécurisé.

Fermez votre webcam ou la couvrir lorsque vous ne l'utilisez pas pour éviter d'être vu sans votre consentement. Ne répondez pas aux courriels et messages texte qui semblent douteux. Ne donnez jamais de renseignements personnels par Internet.

NOUVELLE ÉMISSION

SAVOIRS Partagés

Découvrez la passion d'artistes et d'artisans de La Jacques-Cartier

10 FÉVRIER
CHEZ MARIE-ROSE

3 FÉVRIER
COEUR DE SASQUATCH

9 MARS
CRÉATION FUSHIA

Chaîne 601 pour les abonnés CCAP

CCAP TV

Votre **Tv** locale

Centre Famille

Bilan mi-projet couronné de succès

Le Centre famille Sainte-Brigitte-de-Laval existe depuis avril 2017 et cohabite avec la Coopérative de santé Sainte-Brigitte-de-Laval afin d'offrir des services complémentaires gratuits pour les populations plus vulnérables de notre secteur.

Le Centre famille tient à souligner le travail des ses professionnels et partenaires, dans le cadre du projet les fées mobiles et les cafés rencontres pour aînés. Le but de cette initiative était de répondre aux besoins des aînés plus vulnérables de notre communauté et de collaborer avec les organismes locaux en développant une offre de services adaptée et personnalisée pour cette clientèle.

En plus des activités de groupe offertes, le projet voulait offrir un service de référence, d'accompagnement et de suivi pour les aînés et leur famille aux prises avec des difficultés et n'ayant pas accès à des services.

Résultats de mi-projet

À ce jour, 16 aînés ont été rejoints dans notre communauté. Entre octobre et décembre 2019, nous avons organisé quatre activités de groupe dont une activité intergénérationnelle de Noël avec les élèves d'une classe de 5^e année de l'école du Trivent. Nous avons rejoint en moyenne huit aînés par activité, avec le volet de groupe, réalisé des visites d'amitié et accompagné trois aînés et leur famille dans le volet démarches psychosociales.

Comme l'éloignement géographique et les difficultés liées à la mobilité sont un frein à l'accès aux soins et aux services, les résidents ont pu bénéficier de la visite d'une infirmière pour faire une mise à jour de la vaccination et offrir des consultations de santé préventive.

La problématique du transport étant omniprésente pour nos aînés, le Centre famille, la Coop de santé SBDL et la résidence le Trèfle d'Or ont organisé une rencontre d'information et de réflexion, avec l'organisme Cabaide23 dans le but de mettre de l'avant un service bénévole de transport médical.

En 2020, nous allons poursuivre ces démarches, mobiliser un noyau de bénévoles et possiblement démarrer un service d'accompagnement au rendez-vous médical pour les aînés vulnérables de notre secteur.

Une belle réussite qui va se poursuivre au cours de l'année grâce au soutien de la Fondation La Capitale et des organismes du milieu soit : la résidence le Trèfle d'Or, le Centre famille SBDL et la Coop de santé SBDL.

Au nom du conseil d'administration, des partenaires impliqués et de la clientèle bénéficiant de ces nouveaux services, mille mercis. Votre contribution contribue à améliorer la santé de notre communauté et créant une communauté plus solidaire, unie et engagée.

Marie-Eve Nadeau
Éducatrice spécialisée
Centre famille
418-455-0135





Portrait d'un membre Geneviève Binet



Faites un pas vers la santé de vos pieds

Conseils importants pour les personnes vivant avec le diabète

Prenez soin de vos pieds! Comme le diabète endommage les nerfs périphériques, il arrive souvent que les personnes diabétiques ne remarquent pas les petites coupures ou craquelures sous ou sur les pieds. Celles-ci peuvent alors s'infecter rapidement et entraîner des complications mettant le membre en danger.

- Lavez vos pieds à l'eau tiède et non chaude et toujours bien les essuyer, surtout entre les orteils.
- Hydratez vos talons et la plante de vos pieds avec de la crème hydratante. Les pieds secs ont toujours tendance à craqueler davantage.
- Coupez vos ongles droits et les lissez avec une lime, ce qui évite les ongles incarnés, donc une infection possible.
- Observez vos pieds quotidiennement et appliquez au besoin un onguent antibiotique pour aider une simple plaie à guérir.

- Faites-vous faire des soins de pieds. Toute personne diabétique devrait avoir recours à ces services.
- Évitez de porter des souliers trop ajustés.

La mycose des ongles

Une des problématiques que je vois souvent comme hygiéniste en soin des pieds, c'est l'onychomycose, une infection fréquente des ongles d'orteils. Comme le mentionne la publicité à la télévision, la mycose des ongles est très contagieuse et il ne faut pas la prendre à la légère. Elle est principalement causée par des champignons et touche environ 15 % de la population. Ce nombre peut augmenter, car une personne atteinte contamine en déposant sur le sol des fragments de peau infectés qui peuvent transmettre la maladie aux autres. Évitez alors de marcher pieds nus ou de partager des bas ou souliers.

Les champignons sont présents partout dans notre environnement, surtout dans les milieux humides (vestiaire, piscine, spa, chaussures fermées où l'on transpire). De plus, certains facteurs prédisposent : la génétique, divers troubles de santé, l'âge avancé de la personne, la prise de certains médicaments ainsi que des traumatismes possibles à l'ongle (choc).

ATTENTION !!! Il est nécessaire de toujours confirmer le diagnostic avant d'entreprendre des traitements, car parfois un ongle strié, épais ou jauni peut être autre chose et les traitements associés à la mycose seraient alors inutiles.

Geneviève Binet
Hygiéniste en soins des pieds 418 952-5810



Page Facebook : www.rde-sbdl.org

Nos prochaines activités

- Tous les 2^e mardis du mois, de janvier à juin : petit-déjeuner de réseautage pour les membres dès 7 h 30 (lieu à confirmer sur notre page Facebook)
- Jeudi 26 mars : 6 à 8 de réseautage
- Samedi 20 juin : activité spéciale en journée

Vous désirez faire plus d'activité physique?



Saviez-vous que les adultes devraient faire au moins 2,5 heures d'activité physique par semaine? Quant aux enfants et aux jeunes de 5 à 17 ans, il devraient accumuler au moins une heure d'activité physique d'intensité modérée à élevée tous les jours.

L'activité physique contribue à être bien dans sa peau. Elle améliore la condition physique, l'estime de soi, atténue le stress, améliore le niveau d'énergie, favorise la santé mentale, rend plus fort et prolonge l'autonomie à mesure que nous vieillissons. Elle aide aussi à prévenir des maladies chroniques comme certains cancers, l'obésité, l'hypertension, les maladies du cœur et le diabète de type 2.

Chaque pas compte! Si vous n'êtes pas déjà actif, tout ajout d'activité physique peut entraîner des bienfaits. Commencez dès aujourd'hui et augmentez graduellement le temps consacré à l'activité physique jusqu'à l'atteinte du niveau recommandé.

Pour débiter :

- Choisissez des activités qui vous plaisent.
- Établissez une routine.
- Ajoutez un volet social en invitant quelqu'un.
- Réduisez le temps que vous passez devant la télévision ou l'ordinateur.
- Laissez la voiture à la maison. Optez pour la marche, le vélo, etc.
- Répartissez vos séances d'activité aérobie d'intensité modérée à élevée. Chaque séance doit durer au moins dix minutes.

WR | 80 ans

Dominic et Gabriel Robert
arrière-petits-fils
du fondateur

À 80 ans, Wilbrod Robert n'a jamais été aussi jeune!

- › Centre commémoratif agrandi avec un nouveau columbarium contemporain
- › Préarrangements avec forfaits à partir de 1 795 \$
- › Services innovants
- › Une **entreprise familiale**, depuis maintenant 4 générations avec l'arrivée de Dominic et Gabriel Robert

WR | Wilbrod Robert

418 661-9223 | wilbrodrobert.com

Nous desservons toute la région de Québec incluant la Côte-de-Beaupré

PRODUITS COMMERCIAUX

AUX PETITS MOTEURS DU QUÉBEC INC.

(418) 660-9090

RÉPARATION DE TOUTES MARQUES VENTE - PIÈCES

FINANCEMENT

0%
36 MOIS

Sur approbation du crédit, 36 versements mensuels égaux
Certaines conditions s'appliquent.

2957, boul. Louis-XIV, Québec G1C 4W7
www.auxpetitsmoteurs.com info@auxpetitsmoteurs.com



Les CFQ, des liens d'accomplissement tissés serrés

Jocelyne Clavet

La passion de cuisiner et de bien manger

Cuisiner est un art qui s'apprend et qui se développe tout au long de la vie.

À 13 ans, alors que je passais un été à la ferme de mes grands-parents, ma grand-mère m'a accueillie dans sa cuisine et m'a fait participer à la préparation des repas, de la soupe au dessert et bien sûr aussi à la corvée de la vaisselle. Elle aimait cuisiner mais détestait faire la vaisselle, elle me disait en riant qu'elle espérait avoir un lave-vaisselle avant de mourir.

Quelques années plus tard, elle devait bien avoir 65 ans, elle a eu son fameux lave-vaisselle. Peut-être que recevoir enfin *son chèque de pension de vieillesse* avait favorisé l'achat de cet appareil ménager qui était considéré comme un produit de luxe pour l'époque car je vous parle de la fin des années soixante.

Pour aimer cuisiner, il faut apprendre à le faire et y ajouter quelques conditions gagnantes comme aimer manger, aimer découvrir de nouvelles recettes et saveurs, ne pas avoir peur d'expérimenter et surtout apprendre de ses erreurs. J'ai fait beaucoup d'erreurs, manque de cuisson, trop de cuisson, plat à gâteau trop petit pour la quantité de pâte, oubli de la poudre à pâte... alors ça ne lève pas comme cela aurait dû, coq-au-vin fait avec du vin rouge au lieu du vin blanc ... bien doser le sel, le sucre, etc.

J'ai commencé à collectionner les livres de recettes, à les feuilleter pour connaître les techniques de base, à copier les recettes de ma belle-mère et à me faire confiance.

Internet n'existait pas encore, ni les tablettes ni les téléphones intelligents, mais je possédais une bibliothèque bien garnie de ces livres de références. Parmi ceux-ci, il y avait le livre de Jeannette Bertrand inti-

ulé "Avec un grain de sel" dans lequel j'intercalais des recettes écrites sur des petits cartons qu'on appelait des "fiches".

Si on vit seul ou pas, cuisiner c'est prendre du temps pour soi. Cuisiner pour sa famille, c'est prendre soin de ceux que l'on aime, c'est leur apprendre le partage et le respect des aliments, c'est prendre le temps de manger ensemble autour de la table.

Cuisiner avec les siens, c'est leur montrer comment devenir autonomes et fiers de l'être. Cuisiner pour les amis, c'est les accueillir chez soi pour partager un bon repas et arrêter le temps l'espace d'une soirée afin de se retrouver et d'échanger.

Dans ce sens, les CFQ ont publié au cours des années plusieurs livres de recettes qui ont été un vif succès.

- *Qu'est-ce qu'on mange volumes 1, 2, 3, 4 et 5*
- *Qu'est-ce Qu'on mange - On est deux*
- *Qu'est-ce Qu'on mange - Ça sent bon*

Ces livres sont des classiques que je donne souvent en cadeau à celui ou celle qui part en appartement. Mes garçons en ont reçu lorsqu'ils ont quitté la maison car ils aiment bien cuisiner.

Je viens de découvrir que sur le site Internet des CFQ, il est possible maintenant de consulter les recettes des cinq volumes de "Qu'est-ce Qu'on mange".

Voici la référence : <https://cfq.qc.ca/recettes/>

Comme les fermières sont des personnes qui ont le sens du partage, je vous informe qu'il est possible de consulter aussi d'autres sites Internet comme celui de Ricardo que bien des gens connaissent.

Il y a des sites très intéressants où l'on trouve non seulement des recettes du Québec en entier mais aussi divers autres sections et trucs culinaires comme : comment faire du pain maison, connaître les conversions des systèmes impérial et métrique, comment

faire des substitutions dans les recettes et une section pratique en cas d'allergies et d'intolérances alimentaires.

<https://www.recettes.qc.ca/dossiers/a-la-une/dossier/les-meilleures-recettes-de-recettes-du-quebec-2>

<https://www.recettes.qc.ca/chroniques/sous-section/trucs-culinaires>

<https://www.recettes.qc.ca/outils/page/conversions>

<https://www.recettes.qc.ca/outils/page/substitutions>

<https://www.recettes.qc.ca/categorie/pain>

<https://www.recettes.qc.ca/dossiers/thematiques-culinaires/dossier/top-10-pain-maison>

<https://www.recettes.qc.ca/dossiers/profils-sante/dossier/allergies-ou-intolerances-alimentaires>

Prochaine réunion mensuelle

Le 3^e mardi du mois, 18 février 2020 à 19 h au sous-sol de l'église. Il n'y aura pas de réunion mensuelle en mars, la suivante aura lieu le mardi 21 avril 2020.

Certaines personnes ont suggéré que le Cercle offre une activité libre - socialisation le jeudi en après-midi pour les membres et aussi pour celles intéressées à connaître nos activités. Veuillez faire connaître votre intérêt pour cette activité à notre présidente. Nous offrirons une collation café/thé/biscuits lors de ces rencontres.

Le Cercle de Fermières de Sainte-Brigitte-de-Laval soulignera au cours de l'année son 70^e anniversaire de fondation. Si vous avez des suggestions d'activités, veuillez nous en faire part en communiquant avec notre présidente M^{me} France St-Hilaire ou au local du Cercle, le matin au 418 825-3384.

France St Hilaire, présidente 418 825-1993
 Patricia Saint-Pierre, arts textiles
 Maria Harvey, trésorière
 Christiane Vachon, dossiers Mira, OLO, CSI, Recrutement, Paniers Saint-Vincent-de Paul
 Doris Roy, secrétariat et communication



RBQ 5680-7662-01

ÉLECTRIQUE

ENTREPRENEUR ÉLECTRICIEN



418 825-5578

418 955-5578

info@bmtec.ca

ENTREPRENEUR GÉNÉRAL

R.B.O.: 5736-8409-01



Le PRO du chauffage

418 999-8316

Entrepreneur général

Soumission gratuite
 Pro-confort@outlook.com

Climatisation Ventilation
 Chauffage



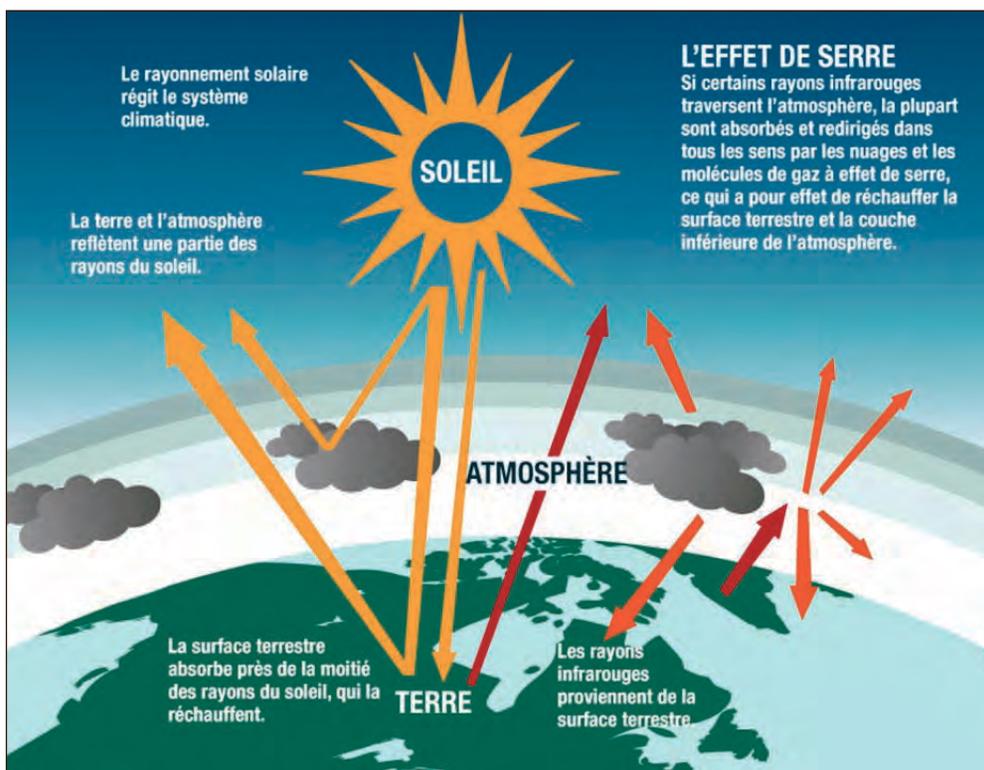
Que veut dire « réchauffement climatique » ?

Louise Côté

Le réchauffement climatique est en fait une transformation du climat causée par une augmentation des températures moyennes depuis les années 1800.

Ce sont les gaz à effet de serre (GES) qui sont à l'origine de ce changement de température. C'est entre 1960 et 1980 que les liens entre les GES, le réchauffement climatique et l'effet de serre sont prouvés.

L'atmosphère terrestre, nom donné à la zone entourant la terre, est composée de plusieurs gaz et certains d'entre eux sont des gaz « à effet de serre ». Ils portent ce nom parce qu'ils agissent comme une serre ou une couche isolante pour la Terre : ils emprisonnent la chaleur, réchauffent la planète et sont en quelque sorte un régulateur pour la planète.



La température globale moyenne de la Terre est d'environ 15 °C. Si la Terre n'avait pas son atmosphère pour conserver une partie de l'énergie solaire, la température moyenne de la planète serait d'environ -18°C, ce qui est trop froid pour maintenir la vie telle que nous la connaissons.

Conséquences

Ce n'est pas simplement une augmentation de la chaleur à la surface de la terre, comme plusieurs le pensent.

- Ce sont les modèles météorologiques habituels qui se trouvent perturbés par ce réchauffement. Cela provoque un déséquilibre affectant la température, le régime des vents et des pluies, la biodiversité, l'acidité et la désoxygénation des océans.

Avec une prévision de 5°C de plus d'ici la fin du siècle, l'évaporation de l'eau des océans augmentera et modifiera le cycle de l'eau entraînant plus de pluie au nord, plus de sécheresse au sud et des événements climatiques extrêmes plus fréquents.

- Des effets sur la santé sont aussi prévisibles : des insectes, comme le moustique tigre, apparaîtront là où il n'y en avait pas, des maladies tropicales surgiront.
- La biodiversité est également menacée : beaucoup d'insectes et de mammifères ne survivront pas; 20 à 30 % des espèces végétales disparaîtront, soit 20 000 espèces par année. Les écosystèmes fragiles comme la barrière de corail et la forêt amazonienne seront affectés.
- Quant au permafrost, sol gelé en permanence dans les régions arctiques, des études prévoient que d'ici

à 2100, 30 % de ce sol pourrait fondre et libérer environ 160 milliards de tonnes de méthane et carbone (GES) en plus de libérer probablement des virus tenus prisonniers depuis de nombreuses années et de contribuer à l'acidification des océans impliquant une altération de la chaîne alimentaire.

L'Arctique a toujours été en première ligne face au phénomène de réchauffement climatique.

Un récent rapport signé de l'ONU, nous révèle que même si nous bloquons toutes les émissions de carbone dès aujourd'hui, l'Arctique va encore se réchauffer d'au moins 3 °C d'ici 2050, et de 5 à 9 °C d'ici 2080 par rapport aux niveaux préindustriels.

Comment lutter contre ce réchauffement

Le réchauffement climatique qu'on nomme aussi dérèglement climatique est un phénomène global. C'est une transformation du climat causée en grande partie par les activités humaines provoquant une augmentation de la température terrestre, laquelle modifie les écosystèmes existants.

Les vraies solutions reposent davantage sur un changement de nos modes de vie, de notre manière de consommer ainsi que de la nature du système, essentiellement basé sur la croissance économique.

Il est essentiel de limiter les gaz à effet de serre (GES). Il faut favoriser les énergies renouvelables comme le solaire, l'éolien, l'hydraulique, le biocarburant, lutter contre la déforestation tropicale, encourager la rénovation des habitats, la construction des bâtiments bioclimatiques, privilégier le transport en commun ou le partager, etc.

Individuellement, il faut principalement s'adapter au changement climatique en adoptant de nouvelles habitudes de vie, en agissant autrement dans la mesure du possible, en commençant par de petits gestes comme éviter le gaspillage, en faisant attention à ses déplacements en automobile, en se servant adéquatement du bac brun.

Pourquoi le bac brun? Si vous mettez dans le bac vert des restants de nourriture, ces derniers seront enfouis et en se décomposant ajouteront des GES à ceux déjà existants au lieu d'être inoffensifs et utiles en participant au compostage.

Mais comment faire sa part pour protéger l'environnement et réduire la quantité de résidus destinée à l'élimination?

D'abord, en appliquant les **3RV** : **réduire** à la source les déchets, favoriser le **Réemploi**, récupérer pour **Recycler**

Si nous voulons participer à la lutte contre le réchauffement climatique, il s'avère essentiel que chacun de nous s'implique réellement en commençant par changer sa façon de voir la vie.

Apprendre à penser autrement
Changer son mode de vie
Changer sa façon de consommer
Se rapprocher de la nature
Adieu au système basé sur la croissance économique

Tout un défi auquel chacun de nous doit participer

Ces changements seront visiblement compliqués, preuve en est la production et la consommation de pétrole, toujours en hausse. En effet, la barre des 100 millions de barils consommés par jour a été franchie en février 2019. Selon l'Agence internationale de l'Énergie (AIE), la demande en pétrole va continuer d'augmenter à raison d'un million de barils par jour jusqu'en 2025, puis de 250 000 par jour jusqu'en 2040.

Quel genre de vie auront nos petits-enfants?

Jusqu'à quand la vie sur terre sera-t-elle possible?

Références:

- <https://atlasclimatique.ca/gaz-effet-de-serre/>
- <https://sciencepost.fr/cest-officiel-on-ne-peut-plus-rien-faire-pour-sauver-larctique/> par Brice Louvet, mars 2019
- <https://sciencepost.fr/quest-ce-que-le-rechauffement-climatique-causes-et-consequences/> par Yohan Demeure, juin 2019



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

Pourquoi pas une plante spéciale pour la Saint-Valentin?

Jocelyne Clavet

La Saint-Valentin est l'occasion parfaite pour souligner l'amour que l'on porte à nos proches. Pourquoi ne pas offrir une plante, un cadeau qui perdurera dans le temps et qui pourra rappeler au destinataire la personne qui lui a offert?

Voici cinq plantes pour la Saint-Valentin qui sont de mise pour cette belle fête de l'amour :

Anthurium



Avec ses fleurs et son feuillage luisants, on peut s'y méprendre: il peut avoir l'air d'une plante en plastique. Ses fleurs, de couleurs très éclatantes, sont en forme de cœur. Facile à trouver en jardinerie, il sera aussi facile à cultiver à l'intérieur. Préfère un endroit très bien éclairé pour fleurir à profusion à l'année, mais pourra vivre dans une pièce moins lumineuse, sans garantie de floraison par contre.

Le terreau doit sécher légèrement entre les arrosages. Le repotage a lieu aux 2-3 ans, dans un terreau pour plantes d'intérieur. Résistez à l'envie de le repoter dans un pot trop grand: il pousse beaucoup mieux à l'étroit. Un engrais de type 20-8-20 sera idéal une fois par mois pour garder votre plante belle et en santé.

Hemionitis (heart fern)

Qu'elle est jolie cette plante avec son feuillage en forme de cœur ! Parce que cultiver l'amour ce n'est pas toujours facile, réussir cette plante-fougère relève du défi en soi. Plus facile à cultiver en terrarium puisque l'humidité y est constante, il faudra choisir un contenant assez grand pour qu'elle puisse y loger: après quelques temps, elle peut atteindre environ 30 cm de hauteur.



Pilea peperomoides (monnaie chinoise, pass it on plant)



Pour bien la réussir, il lui faut un bon éclairage, sans soleil direct et un terreau légèrement humide, qui ne sèche pas trop entre les arrosages. Le repotage aura lieu aux 3 ans, dans un terreau pour plantes d'intérieur. Elle peut être fertilisée, mais puisque ses racines sont fragiles, il faut penser à diluer la dose d'engrais de moitié pour un bon résultat. À essayer pour les amateurs de défis.

Parce que la St-Valentin, c'est aussi la fête de l'amitié! Ce piléa, vu maintes fois sur les Pinterest et Instagram de ce monde, est une parfaite plante à partager! Son feuillage plutôt rond ressemble à de grosses pièces de monnaie, mais ce n'est pas ce qui rend cette plante si intéressante. Ce qui en a fait une vedette des réseaux sociaux, c'est plutôt sa facilité à produire des rejets qui peuvent être détachés et cultivés facilement.

Cette plante ne pouvait s'acheter il y a quelques années, elle ne se donnait qu'entre amis. Pour bien pousser, le piléa demande un bon éclairage, sans le soleil direct du sud. Le terreau doit sécher légèrement entre les arrosages faits en profondeur. La fertilisation avec un engrais 20-8-20 est idéale, à tous les mois.

Hoya kerrii (hoya en forme de cœur)



Il faut parfois chercher pour trouver cette plante vraiment mignonne. Offerte plus souvent en très petit pot présentant seulement une feuille, très charnue, en forme de cœur. L'effet est des plus jolis dans un cache-pot. Plante de croissance plutôt lente, elle peut rester au stade d'une seule feuille pendant une ou deux années avant de se décider à pousser.

Tous les hoyas demandent un éclairage intense pour croître de façon optimale et pour espérer fleurir un jour. Le terreau doit sécher légèrement entre les arrosages et surtout ne pas demeurer humide. Une fertilisation une fois par mois avec un engrais de type 20-8-20 est idéale pour ce type de plante.

Faux Philodendron Monstera gatenplanten



La luxuriante plante 'Faux Philodendron' ou Monstera est la plante d'intérieur indispensable, surtout lorsqu'on regarde Instagram. Si votre autre moitié est une inconditionnelle des plantes, vous obtiendrez certainement de bons résultats en choisissant cette plante.

C'est vraiment tendance pour le graphisme de ses immenses feuilles profondément lobées et perforées, sans oublier ses tiges parcourues de racines aériennes et sa vigueur.

Assurez-vous qu'il y a suffisamment d'espace pour cette grande plante qui a besoin d'un point lumineux, mais sans lumière directe du soleil. Renouez avec le plaisir de cultiver une plante géante dans votre intérieur.



Entretien de pelouse
Déchaumage
Aération
Pose de tourbe

Terrassement
Imperméabilisation d'asphalte
Lavage à pression
Dénéigement

418 997-9465

Nous donnons un coup d'éclat à votre aménagement paysager

www.jdinnovationexterieure.com

PETITES ANNONCES

Tombée 4 mars 2020
alinefortier@hotmail.com
418 825-1182

Toupie Craftman modèle 315, très bonne condition avec table. Ensemble neuf de 15 fers et fraises au carbure Mastercraft pour toupie. Le tout pour 90 \$.

418 825-4023

Volvo XC60, 2015, 87 000 km.- reste un an garantie Volvo, impeccable.

418 825-1188

À DONNER

Toilette en très bon état.

418 825-1188

SERVICES

Coach en relation d'aide : anxiété, stress, alimentation santé, perte de poids etc. Rencontre téléphonique ou en personne. Contribution volontaire. Demandez Valérie.

581 984-3604



Un citoyen responsable apprend à

BIEN RECYCLER

Il fait sa part

Et pense à l'avenir

Visitez :

www.recyc-quebec.gouv.qc.ca

Friperie SBDL



4, de la Patinoire, Sainte-Brigitte-de-Laval

Heures d'ouverture

Mercredi : 10 h à 20 h

Jeudi : 10 h à 20 h

Vendredi : 10 h à 16 h

Information

Site Web :

www.lions-sbdl.org/friperie-sbdl

Facebook :

www.facebook.com/friperie-sbdl

Laisser vos dons sur la galerie quand nous sommes fermés.

Téléphone : 418 928-0919



Commission scolaire des

PREMIÈRES-SEIGNEURIES

Inspirer pour devenir

Période d'admission et d'inscription
des élèves pour l'année scolaire 2020-2021

La Commission scolaire des Premières-Seigneuries désire vous informer que la période d'admission et d'inscription des élèves pour l'année scolaire 2020-2021 se tiendra du 3 au 7 février 2020.

Toutes les informations sur la procédure, de même que le message destiné aux parents, sont disponibles sur notre site Web, en cliquant sur <https://www.csdps.qc.ca/information-aux-parents/admission-et-inscription/>

Pour information :

Vanessa Déziel, conseillère en communication

418 666-4666, poste 8444

vanessa.deziel@csdps.qc.ca

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

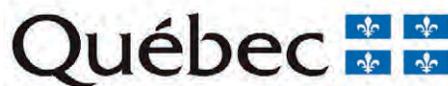
Calendrier du Lavalois

2019-2020

Tombée	Sortie
04 mars	13 mars
08 avril	17 avril
06 mai	15 mai
10 juin	19 juin
05 août	14 août
09 septembre	18 septembre
07 octobre	16 octobre
11 novembre	20 novembre
11 décembre	18 décembre



COLLABORATEURS



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

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



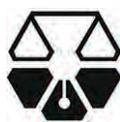
Sablière M.J. Vallée enr.

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
Tél : 418 825-2132

10516, Boul. Ste-Anne, Bureau 212
Sainte-Anne-de-Baupré (Québec) G0A 3C0
Téléphone : 418 827-5741
Télécopieur : 418 827-2578
Courriel : cbourget@notarius.net



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

Les Entreprises
GASTON CLAVET inc.

Pelle - Bulldozer - Pépine - Camions
Souffleuse - Excavation - Terrassement
Transport de sable - Gravier - Concassé
Terre noire - Fosse septique - Déneigement
Marteau hydraulique - Minipelle (location)
Réparation de pompe de puits artésien

Gaston Clavet, propriétaire

Tél: 418 825-2391

Cell: 418 563-0922

Cour: entreprise_clavet@ccapcable.com

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

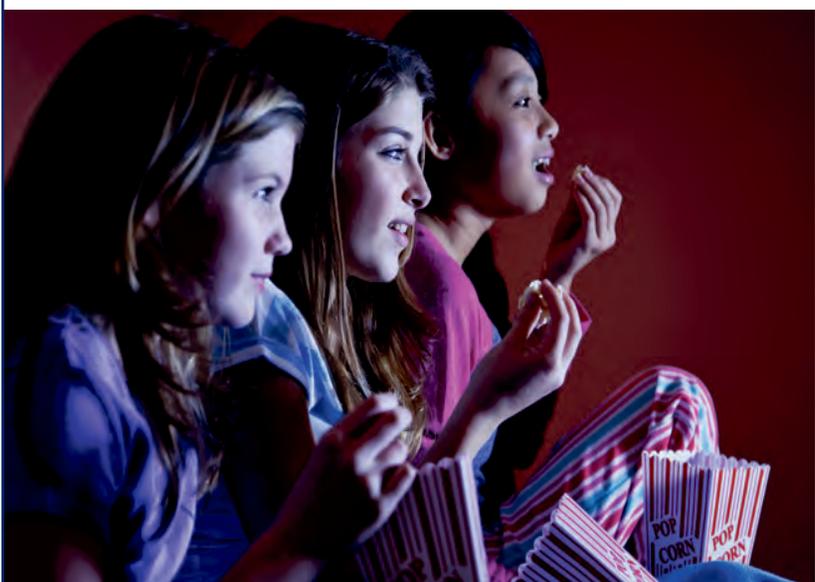
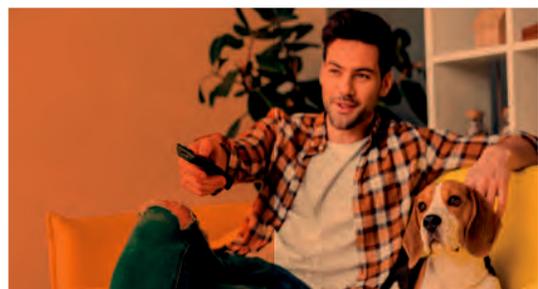


VIDÉO SUR DEMANDE

VOS SÉRIES ET VOS FILMS... TOUJOURS AU BON MOMENT



- ◆ Chaînes sur demande
- ◆ Location de films
- ◆ Rattrapage télé



CCAP CABLE.COM
TÉLÉVISION ♦ TÉLÉPHONIE ♦ INTERNET

418.849.7125
www.ccapcable.com | 
20 860, boul. Henri-Bourassa

*** La Vidéo sur Demande est accessible gratuitement à tous les clients télévision de la CCAP qui ont un service Accès numérique et utilisant un terminal de nouvelle génération G6 (4642 et 8642), G8 et G10. Pour accéder au contenu des chaînes sur demande, les clients doivent être abonnés aux chaînes dans leur forfait télé.