



Le Lavallois

Le journal de Sainte-Brigitte-de-Laval

Madame France Fortier,
nouvelle mairesse p. 3



Photo : André Lachapelle

À lire

Page 2

Décès de M. Alain Dufresne

Pages 4 - 5

District 4

Candidats à l'élection partielle

Page 6

Une autre élection à venir

Page 7

Votre Ville vous informe

Page 11

Les Jardineux Cueilleurs

Page 14

Fusion des Matinées mères-enfants avec
Les Matinées Frimousses

Page 21

La zone du tech - CCAP

lelavallois.com

facebook.com/journallelavallois/

Mars 2022

Volume 40 Numéro 2



DRE Sophie Léonard
CHIROPRATICIENNE

chirosbd.com

Ste-Brigitte-de-Laval • 418-997-6443



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

Jacques Tremblay, prop.



Station Service Alpin
327 Ave Ste-Brigitte

418 825-2219

Avec vous depuis plus de 34 ans

Freins

Suspension

Mise au point

Pose de pneus

LE SPÉCIALISTE
ENTRETIEN ET REPARATION

Décès de M. Alain Dufresne



L'équipe du journal Le Lavalois offre ses plus sincères condoléances à son épouse madame France Fortier et à toute sa famille.

Le maire de Sainte-Brigitte-de-Laval, M. Alain Dufresne est décédé le 25 janvier dernier, moins de trois mois après son élection.

Il avait été admis à l'hôpital pour une intervention chirurgicale visant à débloquent une artère. Rien ne laissait alors présager qu'on allait découvrir un cancer foudroyant qui allait l'emporter une semaine plus tard.

Comme le confiait son épouse M^{me} France Fortier au Journal de Québec. « Il était en pleine santé il y a deux semaines. Tout était parfait. On a su la semaine dernière qu'il y avait un cancer. Ça s'est fait vite, ça n'a pas d'allure. C'est inimaginable. Même les médecins qui l'on suivi sont sans mot. Ils n'en reviennent tout simplement pas ».

M. Dufresne qui avait été élu conseiller municipal à l'élection de 2013, avait choisi de poser sa candidature à la mairie, parce qu'il ressentait le besoin d'aider les gens.

« J'ai eu au moins le temps de l'accompagner, d'être avec lui jusqu'à la fin. Il me manque beaucoup mais je sens qu'il est encore présent auprès de moi », nous a confié madame Fortier.

André Lachapelle

Sommaire

Actualité

Décès du maire M. Alain Dufresne.....	2
Nouvelle mairesse.....	3
Simon-Pierre Allen candidat	4
Mathieu Thomassin candidat	5
Une autre élection partielle.....	6
Dates d'élection.....	6
Ville de Sainte-Brigitte-de-Laval.....	7
Nouvelles de la MRC.....	10
Zelensky et l'Ukraine.....	12-13

La vie de chez nous

Centre récréotouristique.....	8
Trèfle d'Or.....	9
RDE.....	11
Matinées mères-enfants.....	14
Fermières.....	15
Âge d'Or.....	16
La Barak.....	17
Société d'histoire.....	18
Saint-Vincent de Paul.....	18

Chroniques

J'ai lu pour vous.....	15
Fractionnement du revenu.....	19
Douleurs articulaires.....	20
Usurpation de cartes.....	21
La zone du Tech.....	21
Horticulture.....	22
Annonces.....	23



En collaboration avec les gens d'ici !

Club de l'Âge d'Or de Sainte-Brigitte-de-Laval, Société d'histoire de Sainte-Brigitte-de-Laval, Centre récréotouristique du Domaine des Hautes-Terres, Centre Famille Sainte-Brigitte-de-Laval, École du Trivent, Diffusion culturelle Sainte-Brigitte-de-Laval, Maison des jeunes La Barak, Club de soccer SBDL, Club Lions Ste-Brigitte-de-Laval, Matinées Mères-enfants SBDL, Association sportive de Sainte-Brigitte-de-Laval, Cercle de fermières Sainte-Brigitte-de-Laval.

Jean-François
SIMARD
DÉPUTÉ DE MONTMORENCY

418 660-6870 | jean-francois.simard.mont@assnat.qc.ca

La nouvelle mairesse

André Lachapelle

Madame France Fortier

Cette entrevue avec la nouvelle mairesse de Sainte-Brigitte-de-Laval, M^{me} France Fortier, a été réalisée avant qu'elle apprenne qu'elle était élue par acclamation.

Qui est-elle ? Pourquoi a-t-elle choisi de se porter candidate ? Quelle est sa vision et quelles sont ses priorités pour l'avenir de la Ville ? Elle a répondu sans détour à toutes ces questions.

Elle est née sur l'avenue Saint-Michel, à Beauport. Bien avant de s'établir à Sainte-Brigitte-de-Laval, M^{me} Fortier connaissait bien notre ville puisqu'elle rendait fréquemment visite à son grand-père, M. Rock Fortier, qui habitait à l'époque le rang Saint-Louis, devenu par la suite rue Saint-Louis.

Dès l'âge de 16 ans, elle ouvre un casse-croûte avec son voisin Alain Dufresne qui allait devenir son mari quatre ans plus tard. Avec un tel profil entrepreneurial, il n'est pas surprenant que le couple ait créé en 1986 l'entreprise ABBE qui imagine et fabrique sur mesure différents produits en matière plastique et en métal.

Des luminaires, présentoirs, enseignes, traîneaux font partie de la gamme de produits de ABBE. Au fil des ans, cette entreprise a réalisé des œuvres spectaculaires pour des clients prestigieux comme le Club Med de Charlevoix, les Hôtels Le Germain et Alt +, l'hôtel Hilton de Québec, le Méga Parc des Galeries de la Capitale, etc. Une visite du site Web de l'entreprise vous donnera un meilleur aperçu de la qualité de leurs réalisations. Co-propriétaire de l'entreprise avec son fils aîné Mathieu, elle occupe le poste de directrice administrative.

À son arrivée à Sainte-Brigitte-de-Laval, il y a une dizaine d'années, M^{me} Fortier constate que l'offre de restauration est assez limitée. Alain et France créent le restaurant Duff et un bar laitier, dans le bâtiment qui loge actuellement le restaurant Turbo Pizza et le Traiteur Alpin. M^{me} Fortier est particulièrement fière des 32 emplois qu'elle a alors créés.



limité uniquement à l'appui qu'elle a accordé à son mari politicien.

Dès l'âge de 18 ans, elle fait partie du personnel qui travaille lors d'élections. Elle n'a jamais hésité à échanger avec Alain sur les dossiers municipaux et à faire valoir son point de vue. Elle lui avait d'ailleurs dit avant l'élection de 2021 « Si tu ne te présentes pas, je vais le faire ». Sa candidature pour succéder à son mari a constitué une surprise pour plusieurs. Ce ne fut certes pas le cas pour ses quatre enfants Mathieu, Catherine, Louis et Michèle, qui ont spontanément approuvé la décision de leur mère.

Engagement communautaire

La nouvelle mairesse voue un immense respect pour les personnes qui font du bénévolat. Elle parle en connaissance de cause puisqu'elle s'est fortement impliquée dans différentes activités au fil des ans. « Dites-moi ce que vous voulez que je fasse et je vais le faire » disait-elle toujours aux personnes avec lesquelles elle était impliquée.

Marchés aux puces, tournois de balle, équipes de hockey, Club Lions de Sainte-Brigitte-de-Laval, voilà autant d'événements et de causes auxquelles elle a apporté sa contribution.

À titre d'exemple, elle cite la recherche de financement qui aura permis de payer toutes les dépenses d'une équipe de hockey pour participer à un tournoi à Dartmouth en Nouvelle-Écosse.

La politique, une affaire de famille

La politique, c'est une affaire de famille chez les Dufresne-Fortier. On sait que son conjoint, M. Alain Dufresne, a été élu conseiller municipal en 2013 et maire en 2021. Sa fille Michèle a aussi été élue conseillère dans le district 6.

L'engagement politique de M^{me} Fortier ne s'est pas

Sa vision et ses projets

La mairesse entend prendre connaissance rapidement des dossiers prioritaires de la municipalité. En ce qui a trait aux taxes, elle souhaite que les contribuables puissent bénéficier d'un gel de taxes. « Je peux vous assurer que si c'est faisable, je vais le faire », souligne-t-elle.

Doter Sainte-Brigitte-de-Laval d'une patinoire couverte est un projet qui lui tient particulièrement à cœur. Elle souhaite aussi animer la Ville, et ce, tant pour le bénéfice des jeunes que des moins jeunes. « Le parc Richelieu représente un bel endroit où l'on pourrait mettre en place toutes sortes d'activités » précise-t-elle.

Est-ce que le temps qu'elle devra consacrer à son rôle de mairesse lui fait peur ? « Non, répond-elle spontanément. Quand j'embarque dans un projet, je le fais à fond. J'ai mené de front la gestion d'un restaurant et d'un service de traiteur durant cinq ans. J'étais debout à 5 h 30 du matin et les journées de congé étaient rares. Je suis prête à travailler jusqu'au bout pour les citoyens et les citoyennes de Sainte-Brigitte-de-Laval ».

Félicitations M^{me} la mairesse et la meilleure des chances dans vos nouvelles fonctions.

DDLC ÉLECTRIQUE
entrepreneur électricien
R.B.Q.: 5661-2161-01
418.255.0258

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

Réfrigération GILBERT
2 rue Saint-Charles
Sainte-Brigitte-de-Laval GOA 3K0
Réparation d'électro ménagers
Service à domicile
(418) 623-8586
ref.gilbert@hotmail.com

Simon-Pierre Allen

Ma famille et moi habitons Sainte-Brigitte-de-Laval depuis 2015. Cette ville a été un véritable coup de cœur pour nous et c'est ici que nous avons décidé d'y fonder notre famille. Mon garçon qui a maintenant quatre ans est né et grandit ici dans ce magnifique paysage montagneux.

Sur le plan professionnel, je travaille dans la fonction publique québécoise depuis plus d'une décennie. J'exerce un poste de conseiller stratégique et d'adjoint exécutif auprès d'un vice-président au sein de mon organisation.

En plus de l'obtention d'un baccalauréat en science politique de l'Université Laval, j'ai également effectué des études universitaires en relations industrielles et en droit.

En résumé, je suis spécialisé dans la gestion administrative de haut niveau et dans l'identification ainsi que la résolution des enjeux en lien avec les dossiers stratégiques organisationnels.

Pourquoi faire le saut en politique municipale ?

Pour moi, le respect ne devrait jamais être relégué au second plan et cela s'applique également au sein d'un conseil municipal. Les élus devraient faire preuve de respect mutuel et un milieu de travail exempt de harcèlement devrait leur être offert. Sans entrer dans les détails, certaines situations inacceptables m'ont grandement interpellé ces dernières années.

Sur un autre sujet, je suis d'avis qu'une administration se doit de gouverner une ville en agissant pour le bien de la majorité des citoyens. Cepen-

dant, lorsqu'il est possible de l'éviter, les décisions ne devraient pas se prendre au détriment d'une minorité de citoyens sans leur permettre d'être pleinement considérés.

À titre d'exemples, on peut penser à la saga de l'emplacement de la nouvelle école primaire et de l'expropriation qui sera nécessaire pour y arriver et qui laisse un goût amer à plusieurs citoyens.

On peut aussi penser aux mégaprojets locatifs prévus dans les quartiers résidentiels existants et de la tentative antidémocratique de l'utilisation du décret d'urgence sanitaire pour les réaliser.

Sachez que je n'ai pas la prétention d'avoir toutes les réponses, mais je crois fermement qu'une écoute active des citoyens, à l'intérieur d'une stratégie de communication efficace, est la clé pour obtenir l'adhésion des citoyens pour tout projet municipal.

Les défis pour Sainte-Brigitte-de-Laval dans les années à venir.

Cette liste ne se veut pas exhaustive, mais voici plusieurs priorités qui m'interpellent :

- l'analyse des possibilités pour désenclaver notre ville;
- l'amélioration de l'accès à la nature, entre autres, en effectuant des ententes avec des propriétaires de grands espaces;
- l'amélioration de la sécurité routière (ex : la construction de trottoirs dans le secteur des écoles, ne pas regarder exclusivement à la



réduction des limites de vitesse comme solution, etc.);

- le renouvellement de l'offre de services du transport en commun;
- l'attraction d'entreprises dans notre ville;
- la réduction de la charge fiscale des citoyens.

Le 10 avril prochain, si vous me donnez le privilège d'être élu conseiller du district 4, je vous fais la promesse que je serai à l'écoute des citoyens !

Simon-Pierre Allen

ATELIER DROUIN
- Mécanique de vélos -
126, rue de Lucerne, Sainte-Brigitte-de-Laval
418 262-6620

Quand avez-vous fait nettoyer vos conduits de ventilation pour la dernière fois ?

PoiNt e t

Nettoyage spécialisé
Résidentiel & commercial

- ✓ Système de ventilation
- ✓ Système de climatisation

1-877-392-2054
infospointnet@gmail.com

f i

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.O. 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. : 581-999-4981
administration@luminore.ca

CMEQ

Remboursement Gilles Noël
RÉSIDENTIEL & COMMERCIAL

Remboursement de tous genres - Estimation gratuite
Intérieur de roulettes et motorisés - Travail garanti

418 825-3568 gnoel@ccapcable.com
43, du Centre Ste-Brigitte-de-Laval G0A 3K0

Élection municipale 2022

District 4

Mathieu Thomassin

Chers citoyens,

Je me lance tête première dans une seconde campagne électorale municipale. Je n'ai pas changé (outre avoir acquis plus d'expérience dans l'arène politique). Pourquoi me relancer après une défaite ? Je suis persuadé que Sainte-Brigitte-de-Laval a besoin de bons représentants à la table du conseil qui ont le désir de se rendre jusqu'au bout de leur mandat et qui sont prêts à travailler pour le bien des citoyens. J'ai peine à croire que nous devons tenir une troisième élection malgré toutes les promesses des candidats et c'est pourquoi vous lisez ces mots. Tout d'abord, laissez-moi vous faire un rappel de qui je suis :

Né à Sainte-Brigitte-de-Laval et citoyen dans le secteur nord, je fais donc partie de la communauté depuis toujours.

Depuis plus de 20 ans, je fais carrière dans le monde de l'énergie verte. Mes proches me décrivent comme une personne fiable, joviale, comique et positive. Je suis une personne responsable dotée d'une bonne capacité d'analyse, capable de résoudre des problèmes, une qualité importante dans la gestion d'une ville comme la nôtre. Parallèlement à ma carrière principale, ma passion pour les engins motorisés (et maintenant électrifiés) m'a guidé dans le vaste monde des médias et communications. Grâce à cette passion, j'ai eu la chance de visiter différentes villes à travers plusieurs pays. Ces villes étaient parfois petites, parfois grandes, mais chacune d'elle inspire par son histoire, mais aussi par ses décisions passées et actuelles qui définissent son avenir, tout comme Sainte-Brigitte-de-Laval !

De plus, je suis un passionné de la nature étant depuis peu, un apiculteur amateur. Il faut bien faire profiter les abeilles de notre nature abondante !

Maintenant parlons enjeux. J'ai vécu de près et avec intérêt, l'évolution de ma ville et non pas juste celle de mon district. J'en comprends donc les différents enjeux pour les citoyens et ferai de vos priorités MES priorités. Que ce soit :

- **Le désenclavement** : il est important d'analyser toutes les possibilités et de trouver une solution rapidement. Quitte à avoir un plan d'urgence qui pourrait utiliser une route au nord ou encore une alternative plus permanente vers le sud. C'est une question de sécurité mais aussi d'aide à réduire la circulation intense.
- **La circulation et la sécurité** autour de nos écoles été comme hiver. Tant pour celle existante

que celle qui sera construite. Il faut trouver un moyen logique de mieux gérer la fluidité de cette circulation (et la vitesse) et s'assurer qu'on priorise le soufflage des bancs de neige pour améliorer la visibilité de tous.

- **La nouvelle école** : oui le projet (qui a fait couler beaucoup d'encre) ira de l'avant, comptez sur moi pour répondre à vos questions. Ce sera un plus pour les parents, mais il faut aussi tenter de bien balancer l'image de cette école une fois installée pour qu'elle cadre avec notre nature. Les plans sont faits certes, mais rien n'empêche de bonifier certaines demandes.
- **Le transport en commun** pour faciliter les déplacements pour jeunes et moins jeunes. Avec le prix de l'essence qui augmente, le transport en commun risque d'être de plus en plus populaire. Il faut travailler pour le bonifier avec les partenaires, tels que le Transport collectif de la Jacques-Cartier.
- **Les commerces locaux** : avec les deux dernières années aussi ardues, il faut s'assurer qu'ils ont tout pour réussir dans notre belle ville. Il faut les aider à bien s'installer, innover et se transformer pour qu'ils se démarquent et deviennent des incontournables.
- **Le noyau villageois**, le cœur de Sainte-Brigitte. Cet organe vital pourra bénéficier d'une cure de rajeunissement en dynamisant le secteur. Il faut se préoccuper des communications et de l'importance de faciliter les déplacements pendant les travaux dans ce secteur achalandé. Il faudra aussi bien respecter les échéanciers du Stade et du parc.
- **La réfection de l'avenue Sainte-Brigitte** sera un projet de taille pour les gens du district 6, cependant elle touchera des gens du district 4. Certains pourront profiter d'une bonification de service, mais encore une fois la communication efficace sera importante tout au long du projet.
- **Les rues privées** : maintenir la communication et l'aide aux associations qui veulent municipaliser les rues. Ce n'est pas une simple tâche, mais comptez sur moi pour vous assister et vous aider dans ces démarches.
- **La sécurité de l'Île Enchanteresse** : il est primordial d'apporter une attention particulière aux citoyens sur cette île située dans une zone à risque. Il faut travailler de concert avec la Sécurité publique pour être vigilant et proactif pour éviter le plus possible les fâcheux événements du passé.



Ces points sont majeurs, mais il ne faut pas oublier les autres points qui me tiennent aussi à cœur. Soit la conservation de notre environnement tout en préservant l'harmonie, encourager nos commerçants locaux en leur offrant un soutien, être attractifs pour en attirer d'autres, gérer les finances de façon intelligente afin d'offrir des services et des infrastructures écoresponsables et durables, optimiser des communications efficaces, simples et compréhensibles et j'ajouterais qu'il est aussi nécessaire de redorer l'image médiatique de Sainte-Brigitte-de-Laval pour regagner la confiance et l'appartenance fière des citoyens.

Appuyés par le plan « Horizon 2020-2030 » qui démontre une base parfaite pour bâtir un avenir solide, nous pourrions ensemble léguer à nos jeunes de Sainte-Brigitte-de-Laval l'héritage d'un développement durable bien réfléchi dans un cadre enchanteur, en pleine nature.

Ces préoccupations rejoignent, encore une fois, les valeurs et convictions qui me tiennent à cœur et que je saurai défendre si vous me permettez de prendre place sur le siège no 4 à la table du Conseil municipal.

Me présenter aux élections, c'est aussi une manière de m'impliquer au développement de ma ville, Sainte-Brigitte-de-Laval, dans le respect de notre environnement, tout en portant la responsabilité d'être LA VOIX des citoyens du secteur 4. **Le 3 ou 10 avril, votez en toute confiance !**

Votre candidat aux élections partielles du district 4,

Mathieu Thomassin

581 995-9729

Mthomassin@hotmail.com

ÉCOLE DE CONDUITE
LA VOIE
La voie pour une conduite responsable
Cours garanti un an de l'inscription
Formation pour aînés
2 390 boul. Louis XIV, suite 27 418 660-4333
Québec G1C 5Y8 www.ecoleconduitelavoie.com

jd innovation extérieure

Entretien de pelouse
Déchaumage
Aération
Pose de tourbe

Terrassement
Imperméabilisation d'asphalte
Lavage à pression
Déneigement

418 997-9465

www.jdinnovationexterieure.com

Nous donnons un coup d'éclat à votre aménagement paysager

Une autre élection partielle à venir

La population de Sainte-Brigitte-de-Laval aura droit à une troisième élection en un peu plus de six mois.

En fait, ce sont les électeurs du district 1 qui seront appelés à nouveau aux urnes dans les prochains mois.

Après la démission de M. Carl Tremblay en décembre 2021 pour des raisons familiales, c'était au tour du conseiller élu dans le district 1, Cédric Métayer, de remettre sa démission en février 2022, en invoquant des raisons de santé pour justifier sa décision.

En raison des délais prévus par la Loi sur les élections municipales, il n'était pas possible de tenir une élection en même temps que celle qui aura lieu en avril prochain dans le district 4.

Cette démission a eu pour effet de fragiliser le conseil municipal qui doit avoir quorum pour siéger, soit un minimum de quatre personnes élues sur les sept postes.

La séance du conseil municipal prévue le 8 mars a d'ailleurs été annulée et remplacée par une séance extraordinaire le 28 février afin de s'assurer que le quorum soit respecté.

L'élection par acclamation de la nouvelle mairesse, madame France Fortier, permettra heureusement au conseil de bénéficier d'une marge de manœuvre plus grande.

Le coût d'une élection

On évalue à plus ou moins 8 000 \$ le coût d'une élection partielle pour un poste de conseiller municipal. Ce montant comprend les salaires versés aux personnes qui travaillent durant les journées de vote.

Il faut aussi ajouter les dépenses électorales encourues par les candidats qui sont remboursables par la Ville jusqu'à un maximum de 70 %.

André Lachapelle



Cédric Métayer

Lucille Thomassin

Dates d'élection

Commission de révision

24 mars 2022, 14 h 30 à 17 h 30 et 19 h à 22 h
28 mars, 10 h à 13 h.

Vote par correspondance

Faire une demande en communiquant avec la présidente d'élection au plus tard le mercredi 30 mars 2022.

Vote par anticipation

3 avril 2022 entre 9 h 30 et 20 h, au gymnase du Trivent 1 (3, rue du Couvent).

Jour du scrutin

10 avril 2022 entre 9 h 30 et 20 h, au gymnase du Trivent 1 (3, rue du Couvent).

Assurez-vous d'être inscrit sur la liste électorale

Si votre nom n'apparaît pas sur la liste électorale, il vous sera impossible de voter.

Assurez-vous que votre nom est inscrit sur l'avis à l'électeur que la municipalité vous fera parvenir par

la poste. S'il n'y est pas, vous devez vous présenter devant la Commission de révision pour vous inscrire ou modifier votre inscription.

Ce qu'il faut apporter pour aller voter

Au bureau de vote, vous devez établir votre identité en montrant l'un des documents suivants :

- votre carte d'assurance maladie;
- votre permis de conduire;
- votre passeport canadien.

Dossier électoral

Afin de mieux faire connaître les candidats et les candidates aux élections municipales du 10 avril prochain, le journal Le Lavallois a offert un espace gratuit pour leur permettre de présenter leur programme, leur vision et les raisons de leur engagement.

Tous les candidats et les candidates ont répondu à notre invitation. Madame France Fortier, élue mairesse par acclamation, a choisi de se faire connaître sous forme d'entrevue. Nous présentons les textes des deux candidats dans le district 4.

Une nouvelle cabane à sucre

Ouverture en mars 2022

La montagne sucrée renaît sous le nom de Sucrerie Maple & Oaks. Planifiez votre prochain rassemblement familial ou en groupe à la montagne.

Événement privé sur mesure jusqu'à 25 personnes. (Selon les règles sanitaires en vigueur).

Restez à l'affût, nous vous en dévoilerons davantage dans les prochaines semaines !

Visitez notre page FB: @SucrerieMapleOaks

Pour réserver : 581 997-4199



841, Ave Sainte-Brigitte
Sainte-Brigitte-de-Laval,
Bur. : 418 825-1058
Cell. : 418 808-1724
info@peinturemontmorency.com

PEINTURE MONTMORENCY
Intérieur et extérieur
Réparation de plâtre • Tirage de joints

RESIDENTIEL • COMMERCIAL • INSTITUTIONNEL
Estimation gratuite
Licence RBQ : 8286-2665-41

Évaluation et fiscalité municipale
Analyse immobilière
Solutions technologiques
Géomatique

Groupe Altus

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

VOTRE VILLE VOUS INFORME

SBDL.NET



Département des affaires municipales

Élections partielles 2022

La présidente d'élection de la Ville de Sainte-Brigitte souhaite informer les électeurs que, à la suite de la période de dépôt des déclarations de candidature, M^{me} France Fortier est élue par acclamation au poste de mairesse. Toutefois, un scrutin devra être tenu pour élire un nouveau conseiller pour le district 4.

En effet, à la fin de la période de mise en candidature, seule M^{me} Fortier avait déposé sa candidature au poste de mairesse. M^{me} Fortier sera assermentée dans les prochains jours et pourra débiter son mandat.

Deux citoyens se sont portés candidats au poste de conseiller du district 4, soit M. Simon-Pierre Allen et M. Mathieu Thomassin.

Des élections seront donc tenues dans le district 4 uniquement. Le vote aura lieu le 10 avril, entre 9 h 30 et 20 h, au gymnase du Trivent 1 (3, rue du Couvent). Le vote par anticipation aura lieu le 3 avril, au même endroit et selon les mêmes heures d'ouverture.

La liste électorale du district 4 sera également révisée. Tous les électeurs de ce district recevront, dans les prochains jours, un avis sur lequel sera indiqué s'ils sont inscrits, ou non, sur la liste électorale. Advenant le cas où il y aurait une erreur ou une absence d'inscription, les électeurs sont invités à se présenter à la Commission de révision.

Adresse : Mairie
414, avenue Sainte-Brigitte
Sainte-Brigitte-de-Laval (Québec) G0A 3K0

Jours et heures :
Jeudi 24 mars 2022, de 14 h 30 à 17 h 30 et de 19 h à 22 h
Lundi 28 mars 2022, de 10 h à 13 h

Pour plus d'informations concernant les élections, nous vous invitons à consulter le site Internet de la Ville : <https://sbdl.net/greffe/elections/>.

Conseil municipal

Prochaines dates des séances

Votre participation aux séances du conseil municipal est primordiale, car celles-ci représentent le principal lieu d'exercice de la démocratie municipale. Toutes les séances du conseil municipal sont webdiffusées sur le site Web de la Ville. De plus, toutes les séances sont enregistrées et archivées sur la chaîne YouTube de la Ville. Prochaines dates des séances municipales : 22 mars et 12 avril 2022.

Direction générale

Nouveauté

Des capsules municipales

Soucieuse de la participation active à la vie démocratique municipale, la Ville de Sainte-Brigitte-de-Laval met à la disposition des citoyens des capsules informatives et éducatives afin de permettre une meilleure compréhension des rouages du monde municipal et des dossiers de l'heure menés par l'administration municipale : <https://sbdl.net/capsules-municipales/>.

Service de l'aménagement du territoire

Nouveauté

*Une mini-maison dans votre cour ?
Oui, c'est désormais possible !*

Que ce soit pour accueillir un proche, donner un peu d'indépendance à vos jeunes adultes ou simplement pour rentabiliser votre espace et générer un revenu supplémentaire, saviez-vous que vous pouvez désormais construire un logement d'appoint indépendant dans votre cour ? Renseignez-vous : <https://sbdl.net/logement-dappoint-independant/> ou 418 825-2515 poste 246.

Demande de permis

N'attendez pas la cohue ! Soumettez votre demande de permis en ligne avant la haute saison : <https://sbdl.net/.../demand.../demandes-de-permis-et-tarifs/>.

Service des loisirs, des sports, de la culture et vie communautaire

Bibliothèque municipale

Services offerts

Saviez-vous que près de 500 petits et grands lecteurs empruntent des livres à notre bibliothèque municipale chaque mois ?

Pour connaître les heures d'ouverture et les services offerts : <https://sbdl.net/bibliotheque-municipale/> ou 418 666-4666, poste 1200.

Mérite lavallois du bénévolat

Appel de candidatures 1^{er} mars au 1^{er} avril

Vous souhaitez souligner l'engagement et le dévouement d'un(e) Lavallois(e) ? Soumettez sa candidature au Mérite Lavallois du bénévolat dont l'objectif est de souligner les accomplissements des bénévoles œuvrant au sein d'organismes ou comités reconnus par la Ville de Sainte-Brigitte-de-Laval <https://sbdl.net/merite-lavallois-du-benevo-lat-2022/>.

Service de la sécurité publique

Citoyens riverains

Êtes-vous prêts pour les crues printanières ?

Sachez quoi faire pour vous préparer à la crue des eaux. Protégez vos biens, assurez votre sécurité et soyez prêts à vous débrouiller sans source d'énergie ni eau courante. Réfléchissez à ce dont votre famille pourrait avoir besoin et préparez votre trousse d'urgence pour être autosuffisant pendant 72 heures.

<https://sbdl.net/securite-publique/inondation-et-trousse-durgence-72h/>,



Créez votre compte citoyen au
sainte-brigitte-de-laval.appvoila.com/fr/



Inscrivez-vous au
massalert.citam.ca

Restez connecté à ce qui se passe dans votre ville via notre portail citoyen personnalisé!

Vie municipale - Activités de loisirs - Évaluation foncière - Compte de taxes
Demandes de permis - Dates importantes - Offres d'emploi

Ne prenez aucun risque! En cas d'urgence, soyez contacté rapidement et efficacement 24/7 par téléphone, mobile, SMS ou courriel.

Avis d'ébullition - Évacuation ou confinement - Inondation - Coupure d'électricité majeure - Glissement de terrain - Entrave routière importante



Centre récréotouristique des Hautes Terres

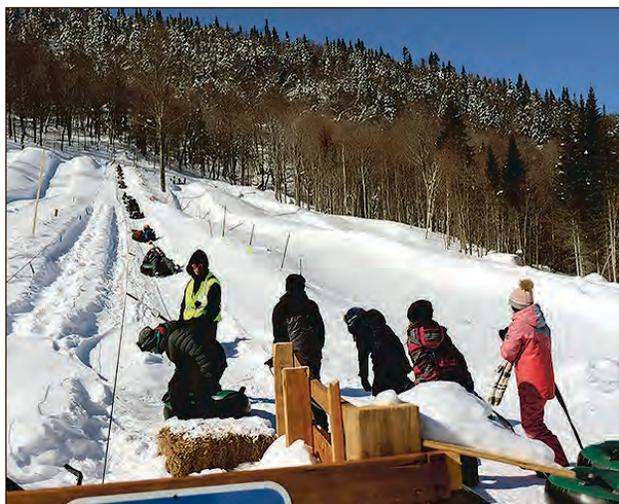
Le Centre récréotouristique des Hautes Terres a procuré un emploi à plusieurs jeunes résidents de Sainte-Brigitte-de-Laval.



Dans l'ordre habituel : Benjamin Vallée, Léo Noël, Sofia Porada, Louis-Antoine Amyot, Isaac Lefrançois, le directeur général Jean-François Boivin, le coordonnateur aux opérations, Gaétan Hamel et Marc-André Descroisselles.

Plus de 110 jeunes de l'école des Beaux-Prés ont profité de l'aire de glisse du CRHT les 1^{er} et 4 mars derniers.

André Lachapelle



Assemblée générale du Journal Le Lavalois

*La rencontre aura lieu le mercredi,
20 avril 2022 à 19 h. au parc des Saphirs
situé au 175, rue Kildare*

Ordre du jour

- Ouverture de l'assemblée
- Élection d'un président d'assemblée
- Élection d'un secrétaire d'assemblée
- Lecture et adoption de l'ordre du jour
- Lecture et adoption du procès-verbal du 19 juin 2021
- Présentation des états financiers 2021
- État de la situation
- Rapport des activités de l'année
- Résolutions :
 - a) Adoption de l'état de la situation
 - b) Adoption du rapport des activités
 - c) Demande de subvention
 - d) Choix du mandataire
- Dévoilement des mises en candidature
- Période d'élection des membres du C.A.
- Questions - opinions - commentaires
- Levée de l'assemblée

Lucille Thomassin, présidente

Élection au conseil d'administration

Lors de l'assemblée générale du 20 avril 2022, trois postes au conseil d'administration seront mis en jeu.

Les personnes qui désirent soumettre leur candidature doivent le faire 12 jours avant la tenue de l'assemblée générale.

Un formulaire de candidature est disponible à l'adresse suivante :
lavalois@ccapable.com



24, DU DOMAINE
SAINT-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



Petite annonce

Peintre professionnelle en bâtiments résidentiels avec plus de 16 ans d'expérience. Soumission gratuite transmise par courriel dans les 48 heures suivant ma visite. Me contacter soit par texto ou sur mon cellulaire. 418 934-2255

Manon Gosselin



Édition | Marketing imprimé | Papeterie

445, avenue Marconi
Québec QC G1N 4A7

418 681-0284
info@stampa.ca
www.stampa.ca

Résidence Le trèfle d'Or



Offre d'emploi

Entretien ménager/buanderie - conciergerie
Permanent – 20 à 30 heures/semaine

Vous êtes une personne responsable, organisée,
capable de planification ?

Vous avez de l'expérience en entretien ménager et
avec la clientèle de personnes âgées ?

Envoyez-nous votre CV -

Nous avons un milieu stimulant à vous proposer

Située à Sainte-Brigitte-de-Laval dans un cadre enchanteur, la vocation de la Résidence Le Trèfle d'Or est d'accueillir une clientèle d'ânés de 60 ans et plus autonomes et en légère perte d'autonomie. Elle compte 24 logements de 3 ½ pièces répartis sur deux étages et aménagés pour accueillir les personnes à mobilité réduite. Un service de 2 repas par jour est offert en salle à manger avec service aux tables, de même que l'entretien ménager/buanderie à chaque semaine ou aux 2 semaines.

Nous offrons un milieu stimulant pour une personne au titre de « Préposé à l'entretien ménager/buanderie et conciergerie » comme tâches principales (20 heures/semaine) avec possibilité d'ajouter des tâches secondaires (10 heures/semaine) pour combler jusqu'à 30 heures/semaine.

Poste officiel : minimum de 20 heures/semaine

Tâches obligatoires pour le poste officiel 20 heures/semaine

A) Tâche principale

- Entretien ménager avec buanderie (dans certains cas) dans les logements des personnes âgées (18 logements 3 ½) (environ 13 heures/semaine)
 - 18 logements 3 ½ pour la majorité aux 2 semaines et quelques-uns à chaque semaine
 - Entretien ménager complet avec buanderie partielle ou complète, dans certains cas
 - Fréquence du travail : répartition des logements aux 2 semaines

B) Tâche principale

- Conciergerie légère de l'immeuble (environ 7 heures/semaine)
 - Conciergerie régulière sur les 2 étages

Tâches secondaires possibles – (possibilité de 10 heures/semaine)

C) Tâche secondaire - 1

- Service aux tables (11 h 30 à 13 h) et/ou souper (16 h 30 à 18 h)

D) Tâche secondaire - 2 : Accueil à l'entrée (en avant-midi ou en après-midi)

E) Tâche secondaire - 3 : Support administratif (classement ou soutien administratif)

Selon l'intérêt de la personne, l'une ou l'autre de ces tâches secondaires peut être ajoutée au contrat. Il est possible de moduler ces tâches en fonction des disponibilités de la personne en complément avec les tâches principales. À discuter lors de l'entretien d'embauche.

Jours de travail : En semaine, sur 4 à 5 jours, selon la disponibilité de la personne

Salaire : À discuter, selon l'expérience

Entrée en fonction : 28 mars 2022 (ou avant si possible)

Pour information et envoi de votre CV :

- Madame Danielle Thomassin, directrice adjointe (418 931-7116)
- 25, rue Saint-Émile, Sainte-Brigitte-de-Laval, (Québec), G0A 3K0
- Courriel : direction@residenceletrifiedor.com (<https://www.facebook.com/ResidenceLeTrefleOr>)

En contexte de pandémie, quoi faire avant de consulter ?



J'ai un résultat positif à la COVID-19.

DÉBUTER LES SOINS À LA MAISON



J'ai des questions sur ma santé.

APPELER INFO-SANTÉ 811



J'ai des inquiétudes ou je vis une situation difficile.

APPELER INFO-SOCIAL 811



Je souhaite renouveler mes ordonnances.

EN PARLER AVEC VOTRE PHARMACIEN(NE)

[Québec.ca/besoinsanté](https://quebec.ca/besoinsanté)

Nouvelles de la MRC de La Jacques-Cartier

Fonds de la région de la Capitale-Nationale

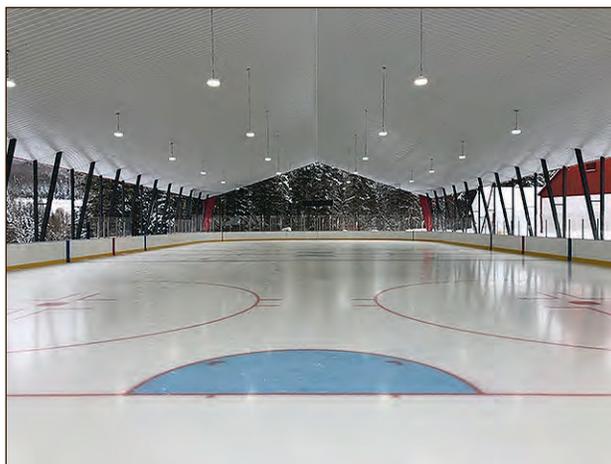
Plus de 1,1 M\$ pour la réalisation de projets dans la MRC de La Jacques-Cartier

La MRC de La Jacques-Cartier est fière d'avoir soutenu, par l'octroi d'une aide financière, la réalisation de sept projets et une entente en 2020-2021 et 2021-2022 pour près de 1,1 M\$ dans le cadre du Fonds de la région de la Capitale-Nationale (FRCN).

Depuis le lancement du FRCN en 2018-2019, la MRC de La Jacques-Cartier et le gouvernement du Québec ont annoncé près de 3,6 M\$ pour la réalisation de 27 projets dans la région de La Jacques-Cartier.

Rappelons que le FRCN a été créé en vertu de la Loi accordant le statut de capitale nationale à la Ville de Québec augmentant à ce titre son autonomie et ses pouvoirs. Pour les années 2018-2019 à 2024-2025, la Municipalité régionale de comté de La Jacques-Cartier dispose d'une enveloppe de 10 566 117 \$ provenant du Secrétariat à la Capitale-Nationale afin de soutenir financièrement des projets contribuant au dynamisme, à la vitalité, au développement, à l'essor et au rayonnement de la MRC et de la région de la Capitale-Nationale.

Le préfet de la MRC de La Jacques-Cartier et maire de Stoneham-et-Tewkesbury, M. Sébastien Couture, se réjouit de ces annonces. « Notre MRC se distingue déjà par sa grande qualité de vie et ses caractéristiques naturelles qui lui confèrent un attrait touristique indéniable. Les sommes octroyées nous ont



La patinoire couverte réfrigérée à Stoneham-et-Tewkesbury

permis de bonifier encore davantage nos milieux de vie et notre offre touristique. Les projets complétés et ceux en voie de l'être ont eu et auront incontestablement un effet bénéfique sur notre territoire ».

Pour le président de la SDE de La Jacques-Cartier et maire de Sainte-Catherine-de-la-Jacques-Cartier, M. Pierre Dolbec, « ces investissements permettent de mettre en valeur notre région et de la positionner encore davantage comme une destination plein air incontournable ».

Des projets aux quatre coins de la région

Parmi les projets annoncés, mentionnons celui de la construction d'un bâtiment multifonctionnel et de quatre mini maisons écologiques au Centre de l'Hêtre ou encore de la construction d'un espace récréatif et communautaire du Parc des Fondateurs à Stoneham-et-Tewkesbury.

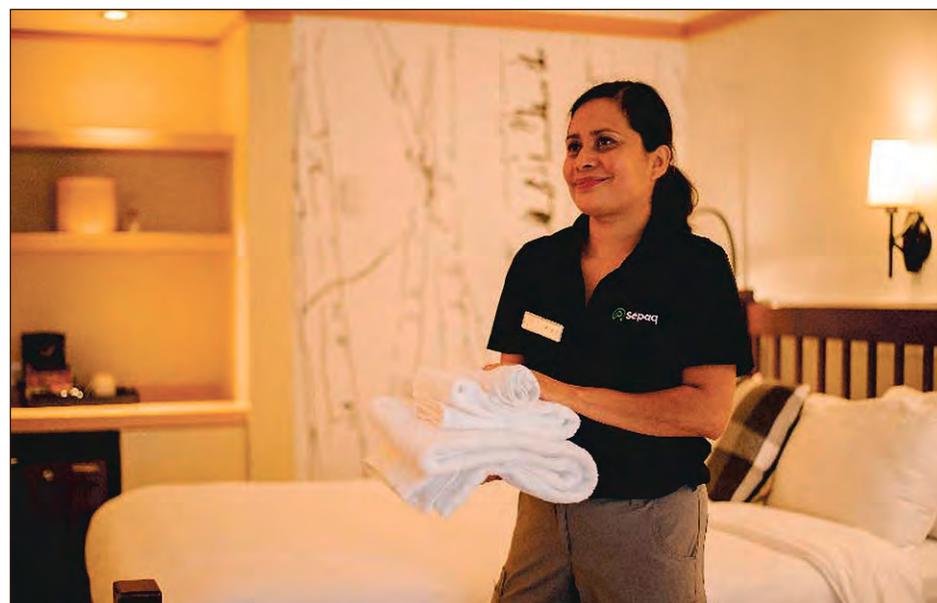
Travailleurs étrangers

Regards croisés

La région de La Jacques-Cartier est en plein essor économique. Un dynamisme qui, dans un contexte de pénurie de main-d'oeuvre, oblige les employeurs à faire preuve d'inventivité et d'ouverture pour combler tous les postes disponibles.

Dans le but de poser une action concrète de sensibilisation à l'embauche de travailleurs immigrants, la SDE de La Jacques-Cartier propose la série « regards croisés » qui met en lumière le témoignage d'employeurs et d'employés issus de l'immigration qui relatent leur expérience de recrutement à l'international et d'intégration locale à l'emploi.

Pour lire la première chronique dédiée à la Station touristique Duchesnay, visitez le www.mrc.jacques-cartier.com/regards-croises.



Défi OSEntreprendre

Le concours en entrepreneuriat est de retour

Le concours en entrepreneuriat, Défi OSEntreprendre est de retour cette année pour sa 24^e édition.

Plusieurs bourses pouvant aller jusqu'à 10 000 \$ seront remises aux gagnants des différentes catégories. Inscrivez votre entreprise avant le 15 mars prochain.

Rappelons que le Défi OSEntreprendre, est un grand mouvement québécois qui fait rayonner annuellement des milliers d'initiatives entrepreneuriales de jeunes du primaire jusqu'à l'université, de nouveaux entrepreneurs, d'entrepreneurs au cheminement inspirant et des modèles d'approvisionnement d'ici.

Tous les détails au www.osentreprendre.quebec.



Les Jardineux Cueilleurs

Rencontrer Félix-Antoine Pilote, l'âme des Jardineux Cueilleurs, est tout sauf banal. Véritable passionné de la nature, il partage ses connaissances sur les forêts boréales du Québec avec enthousiasme et a une profonde admiration pour la biodiversité qui s'y épanouit. Selon lui, il est important pour chacun de nous de retrouver sa place au sein de l'écosystème dans lequel nous vivons et d'apprendre à prendre soin de notre environnement. C'est pour cela qu'il a fondé Les Jardineux Cueilleurs, avec le souci du respect de la biodiversité, de la transmission des savoirs et de la promotion de l'autosuffisance.

Les services offerts

Arboriculture



Leurs services en arboriculture regroupent l'élagage et l'abattage des arbres, même en milieu restreint, la taille des haies et des arbres fruitiers, la fertilisation, la plantation et l'aménagement forestier. Vous pensiez devoir vous résoudre à couper le bel arbre devant chez vous ? Peut-être changerez-vous d'idée en apprenant qu'il est possible de le soigner et de lui procurer encore de nombreuses années à vos côtés.

Écoforesterie

À Sainte-Brigitte-de-Laval, il est facile d'aller se promener en forêt. Mais imaginez un instant le plaisir que vous auriez à le faire en compagnie de quelqu'un qui connaît bien les plantes forestières et les champignons qui y poussent. Les ateliers de mycologie offerts par Les Jardineux Cueilleurs vous font découvrir les plaisirs de la cueillette en nature.



Ceux-ci ont lieu dans le secteur du sentier des Dunes. Vous y apprendrez à reconnaître les plantes et à les cueillir de façon responsable. Excellent vulgarisateur, Félix-Antoine répondra à vos questions et démystifiera peut-être pour vous les vertus de certaines plantes en vous les faisant mieux connaître. Le prochain atelier de mycologie aura lieu le 8 mai. Il est possible de s'inscrire dès maintenant sur leur page Facebook.

Horticulture

Le temps des semis approche à grands pas et Les Jardineux cueilleurs ont déjà une bonne longueur d'avance. Dès le début du mois de mai, ils auront un kiosque devant La Bulle-boutique tous les samedis de 9 h à 13 h.



Pour une troisième année consécutive, vous pourrez vous y procurer de petits plants issus de semences que Les Jardineux Cueilleurs ont soigneusement sélectionnées pour résister aux aléas du climat et pour bien s'adapter au sol de Sainte-Brigitte-de-Laval. Leurs semences sont aussi en vente à La Bulle-boutique dès maintenant pour ceux et celles qui préfèrent faire leurs propres semis.

Quelques conseils

Pour vous assurer d'avoir les meilleurs résultats possibles dans votre jardin, il est important de bien préparer votre sol. Et ça peut débuter aussitôt que la neige est fondue.

Première étape : amender votre sol avec de la matière organique bien décomposée, comme du compost. Cette étape est particulièrement importante pour les terres sablonneuses de Sainte-Brigitte-de-Laval.

Deuxième étape : ajouter un paillage organique comme le BRF (bois raméal fragmenté). Ce faisant, vous diminuerez les besoins en arrosage en permettant au sol de garder son humidité, mais surtout, vous nourrirez le sol de façon à ce que la vie puisse s'y épanouir et soutenir votre travail de jardinier.

Pour information :

Les Jardineux Cueilleurs
(581) 991-9994

<https://lesjardineuxcueilleurs.com>

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



Vous êtes membres du RDE ? Cette section du journal Le Lavalois vous permet de proposer un portrait de votre entreprise ou un article d'information générale concernant votre secteur d'activités. Ça vous intéresse ? Contactez-nous à info@rde-sbdl.org.

Prochaines activités

Les déjeuners mensuels de réseautage reprennent en personne tous les 2^e jeudis du mois dès 7 h 30. Le prochain aura exceptionnellement lieu le 17 mars afin de profiter de la levée du passeport vaccinal. L'assemblée générale annuelle se tiendra en avril.

Détails à suivre sur notre page Facebook (<https://www.facebook.com/reseaudeveloppementeconomiqueSBDL>) et sur le site web du RDE (<https://rde-sbdl.org>).

Vous avez des questions ? Vous désirez devenir membre ? Visitez notre site Web ou contactez-nous par courriel à info@rde-sbdl.org. Au plaisir de faire équipe avec vous !

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

ProAction PHYSIO
physiothérapie
ergothérapie
kinésiologie
massothérapie
pédiatrie
rééducation périnéale
rééducation vestibulaire

CHARLESBOURG
8379, boul. Henri-Bourassa, suite 104
Québec, QC, G1G 4E1
418.628.7441

SAINTE-BRIGITTE-DE-LAVAL
20, du Domaine, bureau # 102
Ste-Brigitte-de-Laval Qc G0A 3K0
418.825.5097

proactionphysio.com

DIONRHÉAUME
Cabinet d'avocats et de notaires

- Droit immobilier commercial et résidentiel
- Testament et mandat de protection
- Droit corporatif et commercial
- Matières non contentieuses
- Succession

info@dionrheume.com
20-580 Grande Allée Est,
Québec (Qc) G1R 2K2
t 418-529-6888

1025 boulevard du Lac, Bur. 226,
Lac-Beauport (Qc) G3B 0X1
t 418-907-8954

DIONRHEAUME.COM

Zelensky et l'Ukraine

Louise Côté

Volodymyr Oleksandrovytch Zelensky, né le 25 janvier 1978, est un humoriste, producteur, acteur, danseur (en 2006, comédien, gagnant de la version ukrainienne de la compétition « Danse avec les stars »), scénariste, réalisateur, diplômé en droit et homme d'état ukrainien.

Il est président de l'Ukraine depuis le 20 mai 2019. Son parti porte le nom de *Serviteur du peuple*.

Serviteur du peuple, c'est aussi le nom de la série dans laquelle l'actuel président ukrainien, Volodymyr Zelensky, incarnait, du temps où il était encore comédien, un professeur d'histoire propulsé... président de l'Ukraine.

Dans cette série, Vasyl Holoborodko, le professeur, prononce, un beau matin, une critique amère et violente contre la corruption dans le pays; ses élèves en diffusent la vidéo sur YouTube et, une chose en amenant une autre, voici Holoborodko élu président, avec la tâche immense de nettoyer l'Ukraine armée de sa seule bonne volonté.

Qui aurait pensé que la comédie dans laquelle il jouait deviendrait réalité ?

S'inspirant de cette série, il renomme Serviteur du peuple le Parti du changement décisif, fondé en 2016. Le parti est enregistré en 2018. Le parti populiste se positionne comme défenseur de la lutte anticorruption et de la démocratie directe. En décembre 2018, il annonce qu'il sera candidat à la présidence de l'Ukraine.

En octobre 2019, l'acteur devenu président tient une conférence de presse de plus de 12 heures, battant le record de la conférence de presse la plus longue de l'histoire.

Ses promesses de régler le conflit dans l'Est du pays avec les régions séparatistes pro-russes ou de lutter contre la corruption semblaient sonner creux et sa gestion de la pandémie de Covid-19 était très critiquée. Mais l'affrontement avec Moscou, qui place l'Ukraine au centre de la plus grave crise russo-occidentale depuis la fin de la Guerre froide, l'a définitivement fait changer de statut. Sur les commentaires, on pensait qu'il n'avait pas de couilles et maintenant on dit qu'il a des couilles de plomb.

Utilisation des réseaux sociaux

Par son omniprésence sur les réseaux sociaux, il crée aussi un décalage par rapport aux stratégies du président Vladimir Poutine, dont les apparitions sont assez rares, les formats de communication très longs,



Volodymyr Oleksandrovytch Zelensky, président de l'Ukraine

dépassant une quarantaine de minutes, évoquant la vieille école soviétique fait remarquer Valentyna Dymytriva.

Le contraste est frappant : Zelensky est toujours debout, rarement assis, il est toujours dynamique et non pas statique, à la différence de M. Poutine, souvent assis à sa table, même le décor est différent, poursuit-elle. Le président ukrainien, très présent sur les réseaux sociaux, touche l'opinion en présentant un visage très humain, au contraire d'un Poutine distant et froid.

Le ministère ukrainien de la Défense a publié sur sa page Facebook ce message : « Nous demandons aux citoyens de nous informer des mouvements ennemis, de préparer des cocktails Molotov, de neutraliser l'occupant ! ».

À Lviv, une brasserie s'est même arrêtée de faire de la bière pour produire ce fameux cocktail. Ces cocktails signifient que Vladimir Poutine, qui a assuré qu'il n'aurait que des cibles militaires, va devoir "passer" sur les civils pour prendre le pays.

Kiev devient Kyiv

L'appellation Kiev est tirée du russe et l'Ukraine a déclaré son indépendance en 1991. « Kiev » rattache l'Ukraine à son passé soviétique : on la désignait ainsi quand elle était sous le joug de l'URSS et que la langue ukrainienne était réprimée. On doit maintenant utiliser le terme Kyiv.



L'histoire de David contre Goliath se répète !

Le président ukrainien était un quasi inconnu au niveau international avant la crise, et le voilà qui s'entretient chaque jour avec les dirigeants du monde entier. De Facebook en direct en discours devant le Parlement européen, l'ancien acteur est partout.

Alors que l'offensive russe s'abat sur Kyiv le président ukrainien a échappé à trois tentatives d'assassinat cette dernière semaine, selon une information du Times. Mué en chef de guerre, à la tête d'un pays qui défend son territoire pied à pied,

Volodymyr Zelensky est devenu pour le Kremlin l'homme à abattre (un de plus à abattre sur le tableau de chasse de Poutine).

C'était sans compter la résistance ukrainienne et la diffusion d'informations aux oreilles de la garde rapprochée de Zelensky par des membres du FSB (ex-KGB) opposés à l'invasion, selon les autorités de Kyiv. Averti, le président ne filme plus les rues où il circule, efface les arrière-plans ou s'exprime dans des endroits non reconnaissables.

Dans l'autre camp, le puissant Vladimir Poutine, mensonge incarné, tranche, fustigé de toutes parts. Et si, malgré un contexte militaire largement défavorable, l'Ukraine gagnait la guerre grâce à son image ?

L'ancien commandant des forces américaines en Europe, le lieutenant général à la retraite Ben Hodges craint que la situation n'empire pour les civils mais doute que la Russie puisse « prendre le contrôle » de toute l'Ukraine car « L'armée russe est mal préparée et affronte des Ukrainiens galvanisés ».

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

Benoit Bureau, propriétaire
C 418 571-8893

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

info@serviceregent.com
F 418 848-1796

Service Régent.com

POMPES & PUIES

418 849-5614

Licence RBQ : 2545-5577-56

LIONS
INTERNATIONAL

CLUB LIONS
Ste-Brigitte-de-Laval

www.lions-sbdl.org

Zelensky et l'Ukraine

Louise Côté



si nucléarisé vit une guerre sur son sol. L'Ukraine compte 15 réacteurs nucléaires, répartis sur quatre sites.

En choisissant de bombarder la centrale de Zaporozhie, la Russie a délibérément violé les principes qu'elle s'était engagée à respecter en tant que membre de l'AEIA. Il est en effet formellement interdit d'attaquer des sites nucléaires civils. Le pays a également bafoué la convention internationale pour la répression des actes de terrorisme nucléaire, adoptée en 2005 par l'ONU sur une proposition... de la Fédération de Russie (réf. : France 24)... il faut le faire...

Attaque nucléaire du 4 mars au sud du pays

Dans la nuit du vendredi 4 mars, la plus grande centrale nucléaire d'Europe, celle de Zaporozhie, dans le sud de l'Ukraine, a été touchée, par un incendie, après qu'elle eut été bombardée par les forces armées russes. Selon Rafael Mariano Grossi, directeur général de l'Agence internationale de l'énergie atomique (AIEA), aucune fuite n'a été signalée.

Mais face à la menace d'un accident nucléaire, il s'est déclaré « prêt » à se rendre sur place ainsi qu'à Tchernobyl pour inspecter les installations passées sous contrôle militaire russe. Les déchets radioactifs sont à craindre. « La situation aurait pu être dramatique, nous savons ce qui est en jeu ».

C'est en effet la première fois qu'un pays aus-

Sanctions économiques contre la Russie

Fermeture des espaces aériens, gel d'avoirs de personnalités et d'entreprises, remise en question de liens financiers et commerciaux : depuis le début des hostilités en Ukraine, les pays occidentaux multiplient les annonces de sanctions économiques de plus en plus sévères contre Vladimir Poutine, ses proches, les oligarques russes ainsi que l'économie russe.

Les oligarques russes forment un groupe de citoyens ultra riches et influents, piliers du régime de Poutine, devenus visés par des sanctions à cause de leur influence au Kremlin. Ces derniers ne sont pas tous fidèles à Poutine; d'autres se sont exilés. Ils sont

aussi difficiles à sanctionner car leur argent est investi dans de nombreux secteurs économiques.

Le secteur financier est celui qui est privilégié par les occidentaux dans la recherche de sanctions effectives contre la Russie, afin de limiter les capacités de financement de la guerre. Dernier exemple : la décision prise par le gouvernement britannique lundi (28 février) de geler l'ensemble des actifs des banques russes au Royaume-Uni.

La décision la plus symbolique est venue d'Allemagne, avec l'annonce de la suspension du projet de gazoduc Nord Stream 2, dont le processus d'homologation était en cours et devait faire augmenter les livraisons de gaz russe à destination de l'Allemagne. (Le Devoir, 1^{er} mars 2022)

Des Russes manifestent contre cette guerre

Des milliers d'opposants à la guerre se sont fait arrêter dans des dizaines de villes de Russie depuis le début de l'invasion en Ukraine. La répression n'empêche pas les manifestations de se poursuivre. Les Russes et les Ukrainiens ont des amis et de la famille de chaque côté de la frontière; ils se parlent. Ils ont des versions différentes pour expliquer cette guerre.

**Que deviendra l'Ukraine ?
Que deviendra Zelensky ?
Quand en finira-t-on avec Poutine ?**

Maintenant offerts près de chez vous !

Prélèvements et services courants infirmiers

CLSC Orléans – Point de service
Sainte-Brigitte-de-Laval
20, rue du Domaine
Sainte-Brigitte-de-Laval

Prise de rendez-vous

• Prélèvements : clcsante.ca
ou 418 628-6808

• Soins infirmiers : 418 628-6808

Soins et services

Offerts de jour du lundi au vendredi, sur rendez-vous

- Prise de sang et autres prélèvements (excluant COVID-19)
- Soins de plaies et soins postchirurgicaux
- Injection de médicaments, incluant la thérapie intraveineuse
- Contraception et dépistage des ITSS
- Soins et lavage d'oreilles



Consulter un médecin



Si vous n'avez pas de médecin de famille ou qu'il n'est pas disponible

Vous pouvez prendre un rendez-vous de dépannage dans une des 7 super-cliniques à Québec
www.ciusscn/superclinique

Super-clinique à proximité :
Clinique médicale des Promenades
3333, rue du Carrefour
418 663-6345

Info-Social 811

24 heures par jour,
7 jours par semaine



Vous vivez une situation difficile ?

Vous pouvez téléphoner au **811** (Info-Social) pour parler de ce qui vous préoccupe : un intervenant social peut vous informer, vous conseiller ou intervenir en situation de crise.

Centre intégré universitaire de santé et de services sociaux de la Capitale-Nationale
Québec

Votre TV locale

UN TOIT POUR moi et toi

PRÉSENTÉ PAR

ÉQUIPE POVEAR
L'EXPERIENCE Authentique

À LA RECHERCHE DE LA *perle rare* DANS LA **COURONNE NORD**

950 000 \$
269 000 \$
302 000 \$
755 000 \$
1,2 M \$

Matinées mères-enfants

Lucille Thomassin

Grande nouvelle

Fusion avec l'organisme Les Matinées Frimousses

Dans les prochains mois, notre organisme fusionnera avec l'organisme les Matinées Frimousses de Beauport où nous deviendrons le « Point de chute de Sainte-Brigitte-de-Laval ».

Cette grande nouvelle aura sans doute beaucoup d'impacts sur les services aux familles de notre belle communauté. Cet organisme près de chez nous a la même clientèle et la même vision que nous et le même but commun; offrir plus de services aux familles de notre communauté.

Cette démarche nécessitera une dissolution de notre organisme lors de notre prochain A.G.A avant de pouvoir fusionner. Cependant, cette formalité n'amène aucun bris de services.

Cette démarche émane de plusieurs constats, entre autres : la fusion permettra de réunir nos forces et nos compétences pour faire avancer la cause des familles. Vous verrez donc apparaître plusieurs activités qui s'ajouteront à notre offre de service.

D'ailleurs, comme vous avez pu le constater sur nos réseaux sociaux et dans nos courriels aux membres, un vaste sondage a été lancé afin de mieux cerner les besoins des familles d'ici et nos prochaines activités seront alignées sur vos réponses.



Activité d'éveil à l'écriture et à la lecture

Nous sommes chapeautés par une personne externe, M. Jean Blanchet de Tholos Conseil, qui nous aide à bien structurer cette fusion et nous pouvons compter sur le soutien de nos organisateurs communautaires pour nous aiguiller adéquatement.

Pour ce qui est de l'argent reçu au cours des derniers mois pour des services dans notre communauté lavalloise, nous tenons à vous préciser qu'il restera ici dans des comptes bien distincts. Il en sera de même pour les subventions qu'on pourrait recevoir dans l'avenir. Chaque milieu va continuer à répondre à ses besoins spécifiques et l'argent alloué demeurera dans la ville pour laquelle il a été demandé.

Assemblée générale annuelle

Tel qu'expliqué précédemment, nous devons, lors de notre prochaine assemblée générale, faire l'annonce de la dissolution de notre organisme, afin de pouvoir fusionner. À cette occasion, nous présenterons notre rapport annuel et financier pour la période du 1^{er} janvier au 31 décembre 2021.

Vous êtes donc tous invités à y assister.

Date : mercredi 30 mars à 19 h

Lieu : Parc des Saphirs. Entrez par le stationnement en bas.

Une autre assemblée générale aura lieu en mai ou juin afin de clore l'année 2022. Cette dernière couvrira les mois de janvier à mars 2022.

Vente de fleurs

Cette année encore, en collaboration avec la Maison de jeunes La Barak, nous tiendrons l'événement de la vente de fleurs au profit des deux organismes.

Pour plus de détails, voir l'annonce faite par la MDJ dans ce même journal.

Activités prévues dans les prochaines semaines

15 mars :	Animation avec Jokarie
17 mars :	P'tit curieux de nature
18 mars :	Sortie plein air intergénérationnelle
22 mars :	Jeux libres
24 mars :	L'éveil des tout p'tits
25 mars :	Sortie plein air intergénérationnelle
29 mars :	Brico parent-enfant
31 mars :	P'tit curieux de nature
5 avril :	Jeux libres
7 avril :	L'éveil des tout p'tits
8 avril :	Sortie plein air intergénérationnelle à valider selon conditions de neige
12 avril :	Animation avec Jokarie
14 avril :	P'tit curieux de nature

Vous devez vous inscrire via nos liens Doodle, qui sont envoyés aux membres par courriel toutes les semaines et qui sont sur notre page Facebook.

Devenir membre

Pour devenir membre et recevoir nos courriels, où les activités sont plus détaillées, vous n'avez qu'à nous demander d'être sur notre liste d'envoi.

Pour nous joindre :
matineesmeresenfants@hotmail.com

Page Facebook : Matinées mères-enfants SBDL

Site Internet: <http://matinees-sbdl.org/>

Maude Émond,

Coordonnatrice des Matinées mères-enfants SBDL



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

AQUA INGENIUM
Ingénieurs des eaux

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

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

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
des maintenant !

caroleroth@cliniquevision.ca
1025, boul. du Lac, Lac-Beauport

www.cliniquevision.ca
418 825-0044

CONSTRUCTION F.G.

ENTREPRENEUR GÉNÉRAL
COMMERCIAL ET RÉSIDENTIEL

418 825-3134
www.constructionfg.com
info@constructionfg.com



Cercle de fermières

Des liens d'accomplissement tissés serrés

Jocelyne Clavet

J'ai lu pour vous

Doris Tessier

Bonne nouvelle ! Nous avons repris nos activités régulières, le local du Cercle est ouvert. Notre prochaine réunion mensuelle aura lieu le 16 mars à 19 heures.

Le port du masque est encore obligatoire lors des réunions et nous vous demandons de bien vouloir le porter lorsque vous venez travailler au local en présence de plusieurs membres et lors des déplacements dans les locaux au sous-sol de l'église. Le masque n'est plus requis lorsque vous travaillez au métier à tisser.

Les ateliers qui avaient été annoncés précédemment et qui n'ont pas eu lieu à cause de la pandémie ou qui ont été interrompus, seront remis au programme et les personnes déjà inscrites seront avisées des nouvelles dates pour la reprise de ces activités.

Suggestion pour les déjeuners de fin de semaine :

Recette de scones aux bananes et à l'érable

<https://www.ricardocuisine.com/recettes/7822-scones-aux-bananes-et-a-l-erable>

Ingrédients

Scones

- 450 g (3 tasses) de farine tout usage non blanchie
- 80 g (6 c. à soupe) de sucre
- 20 ml (4 c. à thé) de poudre à pâte
- 2,5 ml (1/2 c. à thé) de sel
- 170 g (3/4 tasse) de beurre froid non salé, coupé en cubes
- 250 ml (1 tasse) de bananes bien mûres écrasées (environ 3 bananes)
- 60 ml (1/4 tasse) de lait
- 5 ml (1 c. à thé) d'extrait de vanille

Garniture

- 80 g (6 c. à soupe) de cassonade
- 5 ml (1 c. à thé) de cannelle moulue
- Lait, pour badigeonner
- Beurre d'érable tempéré, au goût

Préparation

1. Placer la grille dans le tiers supérieur du four. Préchauffer le four à 220 °C (425 °F). Tapisser une plaque à biscuits de papier parchemin.
2. Dans un grand bol, mélanger la farine, le sucre, la poudre à pâte et le sel. Ajouter le beurre et mélanger en écrasant le beurre dans la farine du bout des doigts jusqu'à ce qu'il ait la grosseur de petits pois.
3. Dans un bol, mélanger les bananes, le lait et la vanille. Ajouter aux ingrédients secs et mélanger juste assez pour humecter. Former un carré avec la pâte.
4. Dans un bol, mélanger la cassonade et la cannelle.
5. Sur un plan de travail légèrement fariné, abaisser la pâte en un carré de 30 cm (12 po). Répartir le mélange de cassonade sur toute la surface.
6. Rouler fermement la pâte en un rouleau. Presser sur le rouleau pour obtenir une épaisseur de 2,5 cm (1 po) et une longueur de 45 cm (16 po). Couper la pâte en six rectangles, puis couper chaque rectangle en deux pour obtenir des triangles. Déposer sur la plaque en les espaçant.
7. Badigeonner les scones avec du lait. Cuire au four 18 minutes ou jusqu'à ce que les scones soient dorés. Laisser refroidir 10 minutes.
8. Remuer le beurre d'érable, puis napper les scones. Servir chaud ou tiède.

Les membres du C.A. :

France Saint-Hilaire, présidente
418 825-1993

Patricia Saint-Pierre, vice-présidente et Arts textiles

Suzie Desmarais, trésorière

Christiane Vachon, dossiers Mira, OLO, CSI, Recrutement

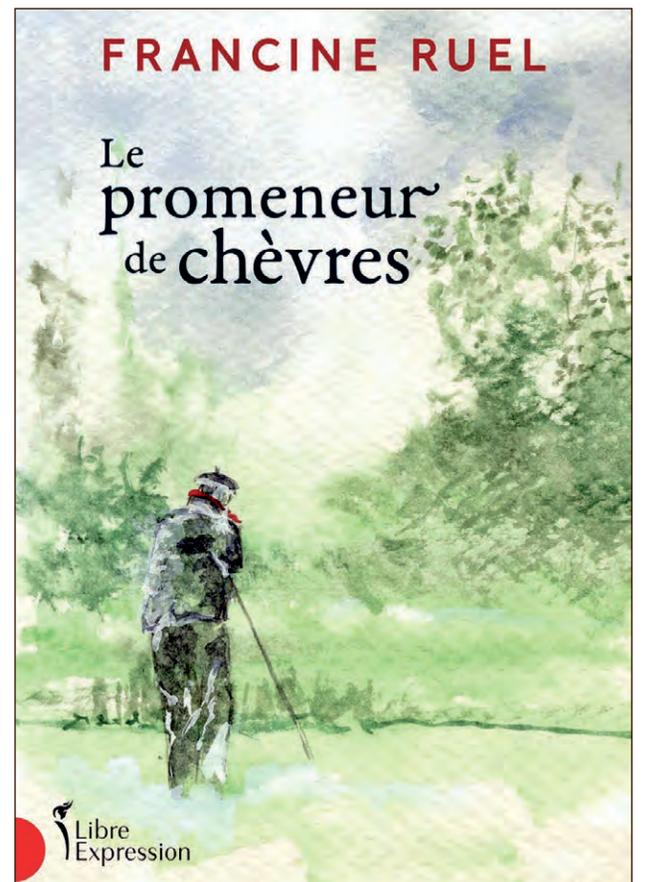
Doris Roy, secrétariat et communications



Le promeneur de chèvres

FRANCINE RUEL

Le promeneur de chèvres



Henri surnommé Henriquet a vu à la télé son petit-fils Gilles (Gillou pour lui) dans les campements des sans-abris à Montréal. Il part à sa recherche dans le but de le convaincre de venir habiter avec lui en Estrie.

Lorsqu'il retrouve Gillou et qu'il lui fait la grande demande, Gilles n'est pas du tout emballé par l'idée d'aller vivre avec son grand-père dans un petit village perdu. Henriquet insiste et Gillou décide de le suivre mais un peu à reculons.

Gillou n'apprécie pas particulièrement sa nouvelle vie et ne s'implique pas, ne collabore pas à la réalisation des tâches quotidiennes de la ferme ou de la maison. Henriquet est cependant très patient et très rusé. Il utilisera de nombreux subterfuges pour qu'un changement d'attitudes s'opère chez son petit-fils.

Un roman post-covid lumineux !

BOURSES D'ÉTUDES
Soumettez votre
candidature entre le
1^{er} et le 31 mars 2022

La Fondation Desjardins et les
caisses de la région de Québec
s'unissent pour la persévérance
scolaire

Plusieurs bourses, une seule adresse :
desjardins.com/bourses

 **Desjardins**



Le Club de l'Âge d'Or

Diane Clavet

Reprise progressive des activités

Après avoir été contraints de mettre sur pause des activités qui nous faisaient le plus grand bien, le Club peut de nouveau proposer, une programmation qui permettra de développer notre vie sociale, de bouger et de s'amuser entre amis. Les activités régulières du Club reprendront progressivement et toujours dans le respect du protocole sanitaire en vigueur.

En ce qui concerne les loisirs actifs, vous aurez la possibilité de participer à la gymnastique ViActive, aux Grandes Marches de Sainte-Brigitte et aux cours de danse en ligne dès le mois de mars.

Au printemps, vous pourrez également pratiquer la pétanque extérieure et vous adonner à un tout nouveau sport, le pickleball.

La gymnastique ViActive

L'activité physique joue un rôle important dans le maintien de la santé, du bien-être et de la qualité de vie. Pourtant, la sédentarité demeure toujours un problème de taille, notamment chez les aînés.

Le programme ViActive vise à faire bouger les gens de 50 ans et plus en groupe. Dans la pratique, il consiste en un ensemble de routines qui, au son de musiques entraînantes, permettent de travailler le cardiovasculaire, la musculation, l'équilibre, la souplesse et la coordination. Ces exercices sont conçus par des professionnels en activité physique et animés par des volontaires.

Ce programme est proposé à Sainte-Brigitte-de-Laval depuis l'automne dernier grâce à l'implication de bénévoles. Veuillez communiquer avec Cathy Barette (418 446-3302), pour confirmer votre participation et obtenir toute information additionnelle.

Horaire : Lundi, 9 h 30 à 10 h 30

Lieu : Parc des Saphirs

Début : 28 février

Reprise des Grandes Marches

La marche est accessible à tout âge et tout niveau d'endurance. Ses bienfaits sur la santé sont innombrables. Elle permet de travailler la force, l'équilibre,

l'endurance cardiovasculaire en plus de contribuer à solidifier vos os.

Marcher en groupe à un effet relaxant sur le mental, car l'exercice à plusieurs apporte sourire et sérénité.

Cette activité gratuite se tient sur une base hebdomadaire. Vous voulez participer, rejoignez les autres marcheurs tous les mardis au stationnement de l'église à 9 h 30.

Pour vous inscrire, communiquez avec Pierrette Chiasson (418 609-0899) qui a accepté d'animer l'activité.

Horaire : Mardi, 9 h 30 à 11 h

Lieu : Stationnement de l'église

Début : 1^{er} mars

Danse en ligne

Au-delà de la détente que procure la danse en ligne, plusieurs y voient une bonne façon de rester actifs et de faire de l'exercice. Pratiquée régulièrement, elle augmente la résistance physique et améliore l'équilibre et la coordination des mouvements.

Les sessions de danse en ligne pour les danseurs de niveaux débutant, intermédiaire et avancé sont animées par Françoise Simard, une professeure dynamique et expérimentée.

Veuillez communiquer avec Michel Després au 418 849-2089, pour confirmer votre participation et obtenir toute information additionnelle.

Débutant à 10 h 30

Intermédiaire à 13 h 30

Avancé à 14 h 45

Lieu : Parc des Saphirs

Début : 3 mars

Prix : 35 \$ membre du Club SBDL, 40 \$ non-membre

Responsable : Michel Després 418 849-2089

Brunch Pizza Passion

Ça recommence! Venez déjeuner avec nous au restaurant Pizza Passion, rue Seigneuriale, les dimanches 20 mars et 10 avril à 11 h.

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

Responsables : Lilianne Lacroix 418-825-1527

Céline Marcoux 418-825-3408

Dîner communautaire

C'est avec un immense plaisir que nous vous invitons à un dîner communautaire le mardi 29 mars à 11 h 30 au sous-sol de l'église.

Dans l'après-midi, nous tiendrons un bingo. Une réservation est obligatoire car les places sont limitées.

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

Responsables : Lilianne Lacroix 418-825-1527

Céline Marcoux 418-825-3408

Cabane à sucre

Les sorties à la cabane à sucre sont de belles occasions pour rencontrer des amis et célébrer le retour du beau temps. Le Club vous propose une partie de sucre, mercredi le 6 avril, à la Cabane à sucre Familiale située à Sainte-Famille, Île d'Orléans.

Vous aurez droit à un très bon repas, une dégustation de tire et de la musique pour vous dégourdir les jambes. Le tout à un coût imbattable de 25 \$ pour les membres et 35 \$ pour les autres participants. Le transport par autobus est gratuit. Le départ aura lieu à 16 h près de la Friperie au 4, rue de la Patinoire.

Réservez dès maintenant car les places sont limitées.

Lilianne Lacroix 418 825-1527

Céline Marcoux 418 825-3408

Carte de membre Fadoq

Les personnes de 50 ans et plus ont la possibilité de devenir membres du Club de l'Âge d'Or. La carte de membre est de 25 \$ pour un an ou 45 \$ pour deux ans.

Information : Jean Marc Jennings 418 825-1527

Consignes sanitaires

Les consignes sanitaires de la santé public seront appliquées pour toutes les activités

Conseil d'administration

Michel Després, prés. 418 849-2089

Paul-Henri Fortier, v.p. 418 825-2031

Clémence Thomassin, sec. 418 825-2206

Jean-Marc Jennings, trés. rég. 418 825-1527

Lilianne Lacroix, adm, comm. 418 825-1527

Céline Marcoux, adm. 418 825-3408

Diane Durand, adm. 418 948-1023

GAMME COMPLÈTE DE NOURRITURE
CHIEN & CHAT

* À l'exception du 2,2 lb pour chien

4\$ de rabais | **6\$ de rabais** | **8\$ de rabais**
Petits formats | Moyens formats | Grands formats



OVENBAKEDTRADITION.COM

létourn

la référence en alimentation animale

LETOURNO.COM

Valide du 11 au 13 mars 2022



Bonne nouvelle!

Dans le cadre de la Journée de l'environnement, la maison de jeunes La Barak et les Matinées mères-enfants, en collaboration avec la Ville de Sainte-Brigitte-de-Laval, organisent encore cette année l'événement de la vente de fleurs

Date et lieu

L'activité aura lieu le samedi 28 mai de 8 h à 13 h 30 dans le stationnement du chalet des sports. Les fonds amassés serviront à la réalisation des activités pour les deux organismes impliqués, soit offrir des services, des activités et des projets pour les adolescents et les familles de Sainte-Brigitte-de-Laval. C'est une occasion à ne pas manquer : fleurs, jardinières, vivaces et légumes de toutes sortes seront au rendez-vous !

Vente de fleurs

Diane Clavet

Formule hybride

Plusieurs acheteurs ont apprécié la plateforme de précommandes en ligne, tandis que d'autres préféreraient venir magasiner leurs fleurs directement sur place. Cette année, nous vous présentons donc une formule hybride de l'événement.

Vous serez en mesure de passer vos commandes de fleurs à l'avance sur le site Internet de La Barak (www.labarakmdj.com) et venir les récupérer dans le stationnement du chalet des sports le jour de l'événement entre 8 h et 10 h sur rendez-vous.

Par la suite, le site sera ouvert à tous entre 10 h et 13 h 30 pour ceux qui souhaitent venir magasiner sur place. Le tout se fera dans le respect des mesures sanitaires en vigueur.

Notez bien la date du 28 mai à votre calendrier car c'est une rendez-vous.

Plus d'informations concernant les précommandes et le déroulement de la vente suivront via nos différents médias sociaux. Restez à l'affût !

N'hésitez pas à nous contacter si vous avez des questions ou pour de plus amples informations.

Nos différents réseaux sociaux

- Site Internet : labarakmdj.com
- Facebook : [mdj.barak](https://www.facebook.com/mdj.barak)
- Instagram : [mdj.labarak](https://www.instagram.com/mdj.labarak)
- TikTok : [mdj.labarak](https://www.tiktok.com/@mdj.labarak)

Claudia Lizotte

Responsable à l'animation

Maison de jeunes La Barak

418 948-6769

mdjlabarak@outlook.com

OFFRE D'EMPLOI TRAVAILLEUR(EUSE) DE MILIEU

Maison des jeunes "La Barak" de Sainte-Brigitte-de-Laval

Principales fonctions :

- Rejoindre les jeunes âgés de 11 à 24 ans dans la communauté de Sainte-Brigitte-de-Laval;
- Assurer des présences significatives dans les milieux naturels de rassemblement;
- Entrer en relation, créer des liens de confiance, être un adulte significatif;
- Apporter aide, soutien, écoute, et référence face aux besoins exprimés;
- Effectuer des interventions de prévention, sensibilisation, éducation et de réduction des méfaits;
- Travailler à responsabiliser les jeunes face à leurs actions et les amener à développer leur esprit critique;
- Observer, explorer et intégrer divers milieux formels et informels;
- Identifier les besoins exprimés par les jeunes présents sur notre territoire;
- Développer des partenariats avec les ressources du milieu afin de favoriser la réponse aux besoins des jeunes;
- Contribuer aux différents rapports de l'organisme.

Poste temps plein, saisonnier

- Entrée en poste juin 2022
- **35 heures par semaine**, horaire variable et flexible (jour, soir et fin de semaine)
- Salaire horaire à l'embauche : **17,00 \$**
- Remboursement des frais de déplacements
- Équipe de travail dynamique, milieu de travail stimulant et rempli de beaux défis.

Exigences :

- Posséder un DEC ou être en voie de compléter une formation dans un domaine pertinent à l'emploi;
- Posséder un minimum d'expérience en intervention jeunesse;
- Connaître les différentes approches de proximité et la mission des maisons de jeunes sont des atouts;
- Posséder une voiture.

Aptitudes recherchées :

- Initiative, flexibilité, autonomie, maturité et authenticité;
- Capacité d'accueil, d'écoute, d'adaptation, de travail en équipe et en solo;
- Intérêt manifeste pour les jeunes et facilité à entrer en contact;
- Bonne connaissance des réalités jeunesse et des ressources.

Ça vous parle ? 😊 POSTULEZ DÈS MAINTENANT !

Faites parvenir votre curriculum vitae & votre lettre de motivation à : mdjlabarakeoutlook.com

Pour plus d'informations:
Contactez **Claudia Lizotte**, coordonnatrice par intérim, au **418 948-6769**.

OFFRE D'EMPLOI TRAVAILLEUR(EUSE) DE RUE

Maison des jeunes "La Barak" de Sainte-Brigitte-de-Laval

Principales fonctions :

- Rejoindre les jeunes âgés de 11 à 24 ans dans la communauté de Sainte-Brigitte-de-Laval;
- Assurer des présences significatives dans les milieux naturels de rassemblement (skatepark, parcs, sentiers, etc.);
- Entrer en relation, créer des liens de confiance, être un adulte significatif;
- Apporter aide, soutien, écoute, accompagnement, suivi et référence face aux besoins exprimés;
- Effectuer des interventions de prévention, sensibilisation, éducation et de réduction des méfaits;
- Travailler à responsabiliser les jeunes face à leurs actions et les amener à développer leur esprit critique;
- Observer, explorer et intégrer divers milieux formels et informels;
- Identifier les besoins exprimés par les jeunes présents sur notre territoire;
- Contribuer au développement et à l'implantation du projet de travail de rue et d'intervention de milieu;
- Développer des partenariats avec les ressources du milieu afin de favoriser la réponse aux besoins des jeunes;
- Contribuer aux différents rapports de l'organisme (journal de bord, statistiques, bilan annuel, etc.)

Poste temps plein, contractuel

Renouvelable **annuellement** selon l'octroi de subventions.

- Entrée en poste **dès que possible et flexible**;
- **35 heures par semaine**, horaire variable et flexible (jour, soir et fin de semaine);
- Salaire horaire à l'embauche : **19,00\$**;
- Remboursement des frais de déplacements
- Équipe de travail dynamique, milieu de travail stimulant et rempli de beaux défis;
- Heures de travail effectuées majoritairement dans des lieux extérieurs;
- Accompagnement clinique et formation continue.

Exigences :

- Posséder un DEC dans un domaine pertinent à l'emploi et/ou avoir de l'expérience en travail de rue;
- Posséder de l'expérience en intervention jeunesse est un atout important;
- Adhérer au code d'éthique de l'ATTrueQ;
- Posséder un permis de conduire valide ainsi qu'une voiture;
- N'avoir aucun empêchement judiciaire en lien avec l'emploi.

Aptitudes recherchées :

- Initiative, autonomie, flexibilité, maturité et authenticité;
- Capacité d'accueil, d'écoute et d'adaptation;
- Aimer travailler seul et en équipe;
- Intérêt manifeste pour les jeunes et facilité à entrer en contact;
- Bonne connaissance des réalités jeunesse et des ressources.

Ça vous parle ? 😊 POSTULEZ DÈS MAINTENANT !

Faites parvenir votre curriculum vitae & votre lettre de motivation à : mdjlabarakeoutlook.com

Pour plus d'informations:
Contactez **Claudia Lizotte**, coordonnatrice par intérim, au **418 948-6769**.

VOTRE COURTIER LOCAL

Complice de vos projets!

ESTIMATION GRATUITE
DE LA VALEUR MARCHANDE

O\$ JUSQU'À LA VENTE
VENTE GARANTIE OU RIEN À PAYER

O\$ POUR LES ACHETEURS
RECHERCHE ET NÉGOCIATION

CHRISTINE BROUSSEAU
Courtier immobilier

info@christinebrousseau.com

418.261.2680

Société d'histoire

Diane Clavet

Saint-Vincent de Paul

Joséphine aimait les mots

En 1909, Joséphine Auclair, une belle jeune fille de 19 ans, habitait la maison paternelle au 421, avenue Sainte-Brigitte.

Joséphine était la fille de Johnnie Auclair et de Catherine McKennen. Elle était la cadette d'une famille de dix enfants :

- John surnommé Johnnie (1875)
- Alfred (1880)
- Cériace (1882)
- Joseph surnommé Pitoune (1883-1965)
- Omer (1884-1938)
- David (1886-1954)
- Éva (1888-1965)
- Rose-Anna (1890-1890)
- Joséphine (1890-1975)
- Évelyne Amanda (1891-1892)

Son père Johnnie (1852), un immigrant écossais, fut adopté par Louis Auclair et Julie Turgeon. Sa mère, Catherine McKennen (1851), était aussi de descendance écossaise.

Comme tous ses frères et soeurs, Joséphine savait lire et écrire, ce qui était exceptionnel à ce moment-là.

À cette époque, les jeunes filles de son âge occupaient leurs temps libres à coudre, tricoter ou broder. Mais Joséphine aimait aussi les mots et s'appliquait à écrire toutes sortes de textes dans ses petits cahiers noirs.

Arthur Auclair, un neveu, a conservé un de ses cahiers dans lequel elle avait pris plaisir à recopier des poèmes, des légendes, des langages.

Les premières pages de ce cahier de 30 pages sont surtout réservées au langage, ex. : langage des pépins de pomme ou d'orange, langage des gants, des chapeaux ou des parasols, langage des yeux, des doigts ou des baisers, etc.

On ne sait pas si Joséphine a continué à écrire mais on le pense. Plus tard, elle s'est mariée avec Edmond Bélanger et est déménagée à Kénogami où elle a passé le reste de sa vie. Joséphine et Edmond n'ont pas eu d'enfants mais ils ont pris soin d'une fille et d'un garçon.

La société d'histoire de Sainte-Brigitte-de-Laval aimerait remercier M. Sylvain Auclair pour le prêt de ce cahier et M. Roger Auclair pour les précisions concernant sa tante Joséphine.



La fière Joséphine Auclair

Langage des baisers

Sur la joue : amitié

Sur le front : la paix

Sur les cheveux : amour maternel

Sur l'oreille : pureté

Sur l'épaule : adieux

Sur la bouche : amour réciproque

Sur la gorge : tendresse

Sur les mains : respect

Sur les doigts : je vous aime

Sur l'habit : vénération

Sur le mouchoir : amour ardent

Vous connaissez de belles histoires concernant vos ancêtres, n'hésitez pas à nous les faire connaître.

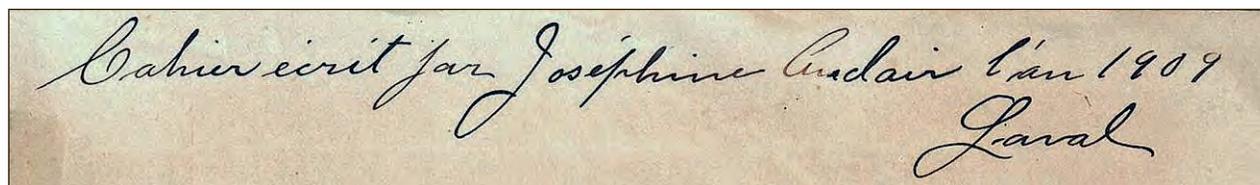
Société d'histoire de Sainte-Brigitte-de-Laval

Courriel : societehistoiresbdl@gmail.com

Facebook : Société d'histoire de Sainte-Brigitte-de-Lava

Allen Dawson, président

418 825-3200



Joséphine avait une belle calligraphie stylisée.

Activités parascolaires et camp d'été

Vous avez des enfants d'âge scolaire et ils aimeraient participer à des activités parascolaires ou au camp d'été, mais votre situation financière ne le permet pas. La Saint-Vincent de Paul de Sainte-Brigitte-de-Laval pourrait vous aider afin de permettre à vos jeunes de se développer par le biais d'activités sportives, culturelles ou le camp d'été qui vise les mêmes objectifs.



Le but de cette aide est de permettre aux enfants de vivre une expérience positive et stimulante qui s'ajoute aux activités scolaires régulières.

On peut considérer l'inscription au camp d'été ou d'autres activités comme l'inscription dans une école de danse, de musique, une ligue de soccer, etc. L'objectif est de permettre aux jeunes de développer d'autres habiletés, leur confiance, de les aider à se réaliser personnellement, socialement ou culturellement et de les encourager à poursuivre leurs études. Très souvent les activités qui gravitent autour de la vie étudiante contribuent à l'amélioration des résultats scolaires et par le fait même au goût de continuer à étudier.

Pour les familles, l'objectif est de diminuer l'impact financier. L'aide accordée correspond aux frais d'inscription sur présentation de facture.

La Saint-Vincent de Paul favorise les familles ayant des besoins financiers. Le seuil du revenu familial devrait se situer à moins de 50 000 \$ ce qui correspond approximativement au revenu moyen familial québécois. Pour une famille de plus de deux enfants, le seuil peut être plus élevé en fonction du nombre d'enfants. Une analyse de besoins est requise pour pouvoir accorder une aide monétaire.

Vous pouvez faire une demande par courriel à : st-vincent@ccapcable.com ou au 418 825-4244.

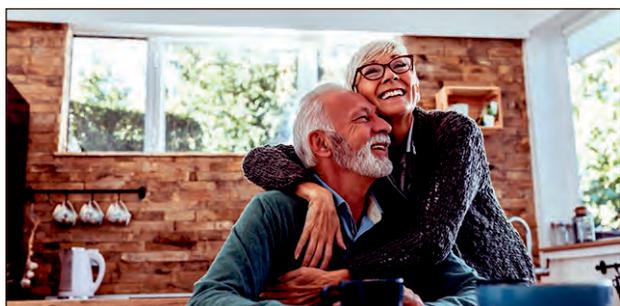
Doris Tessier, présidente

Le fractionnement du revenu

Doris Tessier

Le fractionnement du revenu de pension est une mesure fiscale qui permet de transférer au conjoint jusqu'à 50 % des revenus de retraite admissibles.

C'est possible de fractionner les revenus de retraite à partir de l'âge de 60 ans au fédéral et de 65 ans au provincial. Cette méthode est très avantageuse lorsqu'il y a un écart significatif de revenus entre les conjoints.



Le but est d'équilibrer les revenus de rente lors de la production de la déclaration d'impôt afin de réduire l'impôt à payer pour le couple. Le système d'imposition progressif actuel canadien et québécois fait en sorte que plus le revenu est élevé plus le taux d'imposition augmente. À l'inverse, en étalant les gains, au total le taux d'imposition est plus faible donc on paie moins d'impôt.

Le choix de fractionner les revenus de rente s'effectue chaque année et ne lie pas les couples pour les années suivantes. Si vous avez atteint l'âge de 65 ou 60 ans, vous pouvez procéder au fractionnement du revenu avec votre conjoint même si ce dernier n'est pas encore à la retraite, ce qui lui permettra de bénéficier du crédit pour revenu de pension.

Mesurer l'incidence du fractionnement

Cette mesure existe depuis 2007 et permet de réduire la facture fiscale et de bénéficier de certains avantages, comme des crédits d'impôt. Les revenus admissibles au fractionnement sont: les rentes issues d'un fonds enregistré de revenu de retraite (FERR), d'un régime de pension agréé (RPA) ou encore d'une rente viagère. La pension de la Sécurité de la vieillesse (PSV), le Supplément de revenu garanti (SRG) du fédéral ainsi que les prestations du Régime de rentes du Québec (RRQ) ne sont pas fractionnables.

Le principe du fractionnement du revenu est simple, mais son application exige certaines connaissances comme l'âge à chaque palier de gouvernement et les montants optimaux à transférer. Il est également possible de transférer des montants différents à votre conjoint au fédéral et au provincial, pour pouvoir tirer parti de leurs barèmes d'imposition respectifs.

C'est très important de bien faire vos calculs pour trouver la formule la plus appropriée dans votre cas.

C'est tout aussi important de regarder l'impact sur les programmes comme la Pension de la Sécurité de la vieillesse, le crédit pour montant de revenu de pension, le crédit pour revenu de retraite ou le crédit pour conjoint.

En effet, le fractionnement du revenu pourrait amener un conjoint qui reçoit actuellement le maximum de la PSV à la voir diminuer ou la perdre. À partir de revenus de 79 845 \$ (en 2021), le fisc fédéral récupère 15 % de chaque dollar additionnel perçu. Voici un exemple publié par Protégez-vous : « Si un conjoint touchait 180 000 \$ en revenus de pension, et l'autre 80 000 \$, la facture fiscale totale approximative serait de 89 800 \$. En fractionnant pour équilibrer à 130 000 \$ chacun, la facture baisserait aux environs de 87 500 \$, mais le conjoint qui percevait 80 000 \$ perdrait par conséquent la PSV, soit 7 421 \$ par an ».

Ce petit exemple a pour but de vous sensibiliser à l'importance d'effectuer plusieurs scénarios, de les comparer et de trouver le plus avantageux en fonction de la situation du couple.



Voici un autre exemple publié cette fois par la Chaire en fiscalité et en finances publiques. Claude a des revenus de 77 496 \$ et Gisèle de 13 496 \$. Sans le fractionnement, l'impôt à payer serait de 18 338 \$. En appliquant le fractionnement il devient de 14 882 \$ pour une économie fiscale de 3 856 \$ ce qui correspond à 21 % en économie d'impôt. Un calcul qui mérite d'être fait.

Les logiciels de production des déclarations d'impôt sont très aidants pour optimiser les montants à fractionner à chaque palier de gouvernement car ils calculent pour nous les scénarios les plus avantageux. Ça vaut vraiment la peine d'investir pour l'achat de ce produit.

Conduite hivernale

En tant que conducteurs au Québec, nous n'avons pas d'autre choix que de nous rendre à destination, qu'il fasse beau ou qu'il neige abondamment.

Si malgré tout vous vous sentez craintif de conduire lors d'une tempête, vous n'êtes pas seul, car un récent sondage indique qu'un conducteur sur cinq ne se sent pas en sécurité de conduire sur des routes enneigées et redoutent la glace noire. Heureusement, il existe des façons de rester en contrôle lors de situations hasardeuses lorsque vous conduisez. Voici les conseils des experts

Ayez une trousse d'urgence bien garnie

Cette trousse pourrait contenir un chargeur de téléphone cellulaire, des vêtements chauds supplémentaires, des câbles de démarrage, une pelle, du sel de déglacage, un balai à neige, un grattoir à glace et un AutoSock; une nouvelle génération de technologie de traction d'hiver, laquelle est une excellente alternative aux chaînes en métal. Vous serez ainsi prêt à affronter toute situation.

Connaissez votre véhicule

En conduisant sur de la glace noire, le véhicule ne répondra pas aussi bien à vos réactions, tout comme si vous étiez sur la glace normale. Prévoyez où la glace noire peut se former et demeurez vigilant.

Par exemple, si vous passez sur un pont, il n'y a pas d'isolation offerte par le sol qui contribue à maintenir la température constante, et la condensation peut, en gelant, se transformer en une glace noire lisse et sans bulles d'air. Il en va de même pour les tunnels et les viaducs plutôt exposés à l'ombre: il en résulte que l'humidité produite par l'échappement des véhicules peut aussi se transformer en une glace noire. Dans toute situation où la route est couverte de glace, évitez de surcorriger la direction du véhicule avec le volant ou de freiner d'urgence.

Assurez-vous d'avoir les bons pneus

Avant d'affronter les conditions de blizzard, vous devriez pouvoir vous fier à vos pneus. Les pneus à crampons vous offrent une adhérence et une capacité de freinage accrues pour un meilleur contrôle du véhicule sur les routes couvertes de glace.

Bien que nous ne puissions pas éliminer les extrêmes des hivers canadiens, nous pouvons au moins nous y préparer. Si les conditions sont trop dangereuses, veuillez considérer rester à la maison et éviter d'être sur la route.

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
COUREZ 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

Douleurs articulaires ?

Doris Tessier

Si vous avez des douleurs articulaires vous avez sûrement remarqué que celle-ci s'accroît en hiver. Ce n'est pas un mythe mais une réalité. La raideur et la douleur qui en découlent, s'aggravent lorsque la température et la pression atmosphérique baissent. Des études scientifiques le démontrent. On peut en citer une publiée en 2016 dans « Journal of General Practice » et une autre dans « BMC Musculoskeletal Disorders » en 2019.

L'arthrite qui est très souvent la source des douleurs articulaires se manifeste par de la raideur, de la douleur, de l'enflure dans les articulations et une diminution de la flexibilité.

Il y a toutefois plusieurs moyens accessibles qui peuvent contribuer à diminuer les douleurs articulaires. Il ne faut surtout pas baisser les bras.

Faire de l'exercice

La plupart des médecins et spécialistes vous recommanderont en tout premier lieu de faire de l'exercice. L'exercice aide à soulager la douleur. Vous avez sûrement observé que vous êtes moins souple au lever. Se mettre en action redonne de la souplesse, active la circulation sanguine et renforce les muscles.

Pour être efficace, on parle d'exercice d'intensité modérée à élevée comme la marche d'un bon pas, le vélo, la danse, le yoga, la natation, etc. Les étirements sont également bienvenus dans votre programme quotidien d'activités. Il faut que l'exercice demande un effort pour être aidant.

En plus de retarder les symptômes de l'arthrite ou de l'arthrose, l'exercice prévient également l'ostéoporose, favorise la santé cardiovasculaire, régularise la pression artérielle, aide à contrôler le cholestérol, le taux de sucre dans le sang et le poids. Que de bonnes

raisons pour continuer à faire de l'exercice ou pour s'y mettre si vous êtes un peu trop sédentaires. N'oubliez pas que ça prend de la constance pour avoir un effet réparateur.

Bien s'alimenter

Certains aliments sont plus appropriés pour les gens qui souffrent de douleurs articulaires. C'est le cas des fruits, des légumes, des grains entiers, des fines herbes et des épices. Ils sont considérés par les diététistes comme anti-inflammatoires.

Bien s'hydrater contribue au bon fonctionnement des articulations. Les articulations ont besoin d'être lubrifiées pour bien fonctionner. C'est le liquide synovial, ou synovie, qui joue ce rôle. Ce liquide visqueux, transparent ou jaune pâle un peu comme un blanc d'oeuf forme une pellicule sur les faces internes de la capsule articulaire.

Les suppléments alimentaires

Il semble que le supplément alimentaire le plus important serait la vitamine D pour la santé en général et pour les douleurs articulaires. Le soleil étant moins présent en hiver, c'est important d'en ajouter à notre alimentation.

Un manque de vitamine D pourrait être la cause des douleurs articulaires. Il y a aussi le curcuma, l'huile de poisson riche en oméga-3, la glucosamine et chondroïtine, la vitamine C, les coquilles d'oeuf qui peuvent soulager les douleurs articulaires. Pour certaines personnes, les produits à la glucosamine genre Génacol peuvent causer des problèmes à l'estomac.

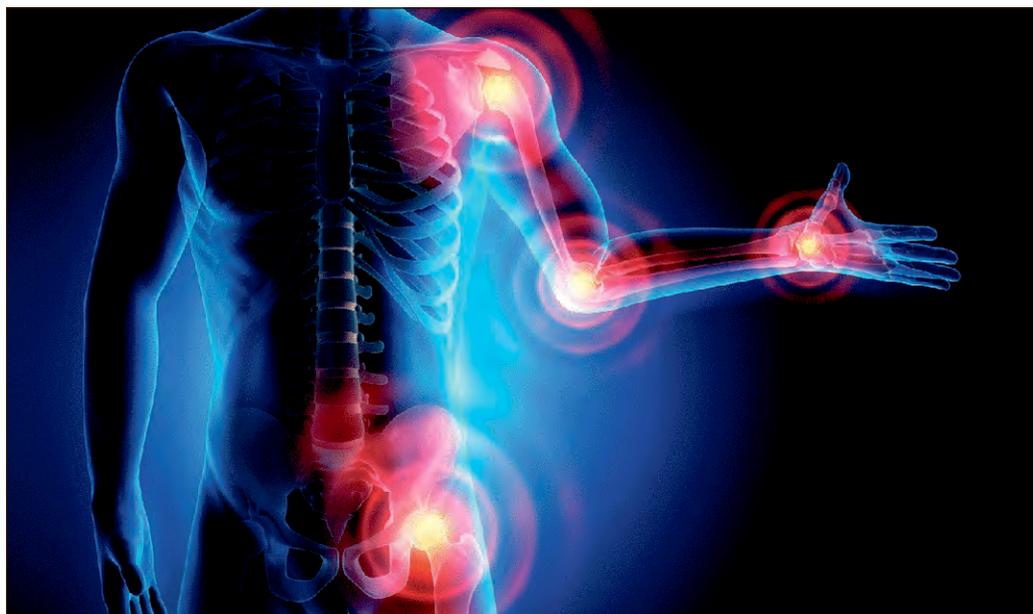
La chaleur

Si le froid contribue à augmenter les douleurs articulaires, la chaleur aide à les diminuer parce qu'elle détend

les muscles et augmente la circulation sanguine. À défaut de passer l'hiver sous des cieux moins froids, un bain chaud, un spa, des compresses d'eau chaude, des couvertures chauffantes, des vêtements en laine peuvent améliorer votre confort.

Si vous allez dehors, pensez également à vous vêtir pour garder votre corps au chaud. Portez des vêtements en laine ou en molleton. Assurez-vous d'avoir aussi les pieds, la tête et le cou bien à l'abri du froid. Vous pourrez ainsi profiter de la saison hivernale sans souffrir davantage.

Prenez soin de vous pour un meilleur bien-être.



Il semblerait que le gluten contenu dans les pâtes, le pain, les gâteaux, les pâtisseries contribuerait à augmenter les douleurs articulaires.

Les produits laitiers riches en gras, le sucre, les viandes rouges, les aliments frits peuvent également augmenter les risques de souffrir de douleurs articulaires.

La caféine, le sucre et l'alcool (qui contient en passant beaucoup de sucre) sont également déconseillés pour les personnes souffrant d'arthrite ou d'arthrose car ils favorisent la déshydratation.



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-Beaupré (Québec) G0A 3C0
Téléphone : 418 827-5741
Télécopieur : 418 827-2578
Courriel : cbourget@notarius.net



DRE Sophie Léonard CHIROPRACTICIENNE

Des soins de santé
à proximité!



Ste-Brigitte-de-Laval

chirosbd.com

418-997-6443



Danielle Binette

Massothérapeute
Polariste - Aromathérapeute

Des synergies pour votre mieux-être
Soins personnalisés pour enfants et adultes

12 rue du Collège - Sainte-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

L'usurpation de carte de SIM

La carte SIM, c'est celle qui permet à votre cellulaire d'avoir accès à votre réseau.

Selon une enquête parue à l'automne 2021 dans le quotidien anglophone *The Globe and Mail*, il y a eu plus de

de meilleurs outils technologiques pour identifier leurs clients et demander des questions de sécurité plus difficiles à trouver.

Toujours selon cet expert, la balle est aussi dans le camp des consomma-



21 000 fraudes au Canada par usurpation de carte SIM entre août 2019 et mai 2020 donc en moins d'une année.

Voilà comme ça se passe : un fraudeur contacte votre fournisseur de service, dit qu'il a égaré son téléphone et se fait passer pour vous. Il doit donc connaître votre numéro de téléphone, votre fournisseur de service et il doit être en mesure de répondre aux questions de sécurité posées par l'agent. Par la suite, une nouvelle carte SIM lui est émise mais à votre nom, et la vôtre est désactivée.

Vous n'avez donc plus accès au réseau mais vos appels et vos textos sont envoyés vers la nouvelle carte. Avec ces informations que l'usurpateur vient de recevoir, il pourrait, dans certains cas, entrer sur des comptes protégés en utilisant des renseignements qu'il a obtenus sur vous et le code envoyé par texto qui sert à vous identifier.

Quelles sont les implications

Si le fraudeur réussit accéder à vos comptes, à vos applications et à obtenir des informations personnelles sur vous, il peut voler votre identité et de l'argent disponible dans vos comptes de banque. Les mauvaises gens à la recherche de gains facilement gagnés sont de plus en plus habiles.

On revient constamment mais jamais assez sur l'importance de protéger nos données confidentielles.

Selon Patrick Mathieu, expert en sécurité informatique et cofondateur du Hackfest, les fournisseurs de service de téléphones cellulaires devraient avoir

teurs car ils doivent s'assurer de garder confidentielles des données comme les mots de passe utilisés et éviter d'établir sur les réseaux sociaux des informations permettant d'accéder à leurs comptes comme la date de naissance, la ville de naissance, etc.

Il conseille également de choisir un générateur de code aléatoire plutôt que l'envoi d'un code par texto pour faire valider l'identité. Google et Microsoft en fournissent gratuitement.

Finalement, il faut choisir des mots de passe longs, complexes, impossibles à deviner et ce, pour chaque application ou utiliser un générateur de mot de passe. 80 % des fuites des renseignements liées au piratage seraient attribuables aux mots de passe.

Ne donnez jamais d'information confidentielle par téléphone ou courriel, etc. On pourrait penser que c'est élémentaire et que ça ne peut pas nous arriver mais de nombreuses personnes sont encore victimes d'hameçonnage c'est-à-dire qu'elles se font prendre à divulguer des informations personnelles.

Un rapport publié en 2021 par Terranovasecurity rapporte que près de 20 % des employés cliquent, un jour ou l'autre, par mégarde sur un lien d'hameçonnage.

Méfiez aussi des jeux-questionnaires sur les réseaux sociaux qui posent des questions qui pourraient être utilisées à des fins frauduleuses.

Doris Tessier



Les contrôles parentaux, un jeu d'enfant!

Depuis deux décennies, la présence d'Internet dans nos vies et dans celles de nos jeunes croît à une vitesse fulgurante. Les ados ont leur premier cellulaire de plus en plus tôt et l'accès à une mer d'information est à leur disposition en quelques clics. Pas de panique, garder le contrôle des appareils de la maison, c'est tout à fait possible en utilisant les bons outils.

Qu'est-ce qu'un système de contrôle parental?

Un contrôle parental est un outil ou une application qui permet d'établir des règles sur le cellulaire, la tablette, la console de jeux ou l'ordinateur que votre jeune utilise. La configuration de celui-ci vous demandera un petit effort, mais une fois installé, son application sera facile comme tout et surtout très utile.

Quelles sont les principales fonctions?

Les options peuvent varier selon le système que vous choisirez d'utiliser. Cependant, les fonctions principales sont plutôt semblables d'une application à l'autre. Vous serez en mesure de fixer des limites de temps d'écran, d'établir des horaires, de bloquer certains sites au contenu indésirable, d'accéder à des statistiques d'utilisation, etc.

Peu importe son âge, il est bénéfique d'établir certaines limites à votre enfant concernant son utilisation du Web et des médias sociaux. Celles-ci sont à votre discrétion.



Comment l'installer et sur quel appareil? Quelques options :

1 Vous pouvez utiliser les fonctions prévues à cet effet directement dans les paramètres du cellulaire de votre enfant. Sur iOS, rendez-vous dans les *Réglages* et cliquez sur l'onglet *Temps d'écran*. Une fois activé, toutes les options apparaîtront. Sur Android, rendez-vous aussi dans les paramètres et dans le menu *Bien-être numérique* retrouvez l'onglet *Contrôles parentaux*.

2 Votre fournisseur Internet peut lui aussi vous offrir une option de gestion provenant directement du réseau Wifi, en d'autres mots, de votre routeur. Ainsi, en utilisant une application reliée à votre routeur, il vous sera possible de « couper » la connexion Internet manuellement ou de programmer un blocage à partir de 22 h les soirs de semaine par exemple. Renseignez-vous auprès de votre compagnie de service.

3 La dernière option qui vous est possible de faire est de télécharger une application tierce de contrôle parental. La célèbre compagnie Google a développé une solution entièrement gratuite appelée *Family Link*. Elle consiste en deux applications distinctes à télécharger sur le téléphone d'un parent et l'autre sur le téléphone de l'enfant. Ainsi, peu importe où votre enfant se trouve, vous serez en mesure de fixer certaines limites et vous pourrez même activer des notifications en lien avec l'utilisation de son téléphone.

En terminant, quel que soit le choix que vous ferez, l'important est d'offrir une protection à votre enfant en lien avec les menaces qui circulent facilement sur le Web et d'éviter qu'il concentre 100 % de son temps sur son écran. Le reste n'en tient qu'à vous.

Pour toutes questions sur le contrôle parental offert à la CCAP, contactez le service à la clientèle au **418 849-7125**. Notez que la CCAP prend en charge le support uniquement pour ses services de base et non pour les applications tierces nommées dans cet article.

Jocelyne Clavet

Les Exceptionnelles 2022 !

Le programme québécois 'Les Exceptionnelles®' sélectionne à chaque année depuis 2006, des plantes annuelles performantes, résistantes et faciles de culture dans les jardins du Québec. La sélection est faite par vote du public et experts en horticulture. Découvrons six des neuf annuelles et surtout essayons-les dans notre jardin l'été prochain. Je compléterai la liste des Exceptionnelles le mois prochain.

Bégonia Viking™ Explorer Rose



Bégonia vigoureux au port rampant, offrant une abondante floraison de fleurs roses très grandes sur un beau feuillage vert lustré. Requiert un sol riche, frais et bien drainé au soleil ou mi-ombre.

Utilisations : massif, platebande, bordure, contenant, panier suspendu

Floraison : juin-juillet-août-septembre-octobre

Celosia spicata Kelos® Candela Pink



Jolis plumeaux allongés de fleurs rose intense qui durent toute la saison - parfaite pour donner de la hauteur - tolère la chaleur et le vent. Requiert un sol frais et bien drainé au soleil.

Utilisations : massif, platebande, contenant, fleurs séchées

Floraison : juin-juillet-août-septembre

Lantana camara Shamrock™ Ro



Plante compacte aux jolies ombelles de fleurs roses et jaunes sur un feuillage vert foncé odorant - tout indiqué pour les potées en site chaud et ensoleillé. Requiert un sol bien drainé au soleil.

Utilisations : platebande, bordure, panier suspendu, contenant

Floraison : juin-juillet-août-septembre-octobre

Bidens 'Stellar Orange Star'



Idéal en potée fleurie, ce Bidens présente des fleurs étoilées éclatantes en jaune et orange - le plant s'épanouit en un beau monticule compact rempli de fleurs. Il requiert un sol bien drainé au soleil.

Utilisations : massif, platebande, bordure, contenant, panier suspendu

Floraison : juin-juillet-août-septembre-octobre

Centaurea 'Mercury'



Plante superbe au feuillage grisâtre et soyeux, joliment découpé et ondulé - compagnon idéal dans les contenants pour créer de beaux contrastes et mettre en valeur les plantes voisines - résistante aux maladies et insectes. Requiert un sol bien drainé au soleil.

Utilisations : massif, platebande, bordure, rocaille, contenant

Petunia Crazytunia® Mayan Sunse



Fleurs au coloris unique dans les teintes de rose, corail, orange et jaune - magnifique floraison abondante sur un plant au port dense et étalé. Requiert un sol riche, frais et bien drainé au soleil.

Utilisations : massif, platebande, panier suspendu, contenant

Floraison : mai-juin-juillet-août-septembre-octobre.





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 1795\$
- › 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

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
FRANCHISE INDÉPENDANT ET AUTONOME DE RE/MAX QUÉBEC INC.

Lettres ouvertes

Les membres du conseil d'administration du journal Le Lavallois ont jugé nécessaire d'établir des balises en ce qui a trait aux lettres ouvertes ou si vous préférez aux lettres d'opinion qui lui seront soumises.

Soulignons que le choix éditorial appartient aux membres du conseil d'administration du journal. Nous considérons que nous n'avons pas l'obligation de publier intégralement toutes les opinions qui nous seront transmises.

Les textes trop longs (plus de 750 mots) et répétitifs pourraient être amputés sans toutefois en modifier le contenu. Dans de tels cas, les textes ne seront pas retournés à l'auteur pour obtenir son assentiment.

Nous nous réservons aussi le droit de refuser la publication de tout texte ou d'extraits d'un texte à caractère raciste ou discriminatoire. L'auteur d'une lettre ouverte devra s'identifier et il sera en tout temps responsable du contenu de ladite lettre. Cela étant dit, nous vous rappelons que les pages de notre journal vous sont ouvertes.

*Les membres du conseil
d'administration du Journal
Le Lavallois*

PETITES ANNONCES

Tombée 6 avril 2022
alinefortier@hotmail.com
418 825-1182

Club de soccer SBDL

Assemblée générale



L'assemblée générale annuelle du Club de soccer SBDL aura lieu en mode visioconférence le mardi 22 mars prochain à 19 h.

Vous êtes cordialement invités à y participer afin d'en savoir un peu plus sur le Club, connaître nos réalisations et nous faire part de vos commentaires et suggestions.

Si vous êtes intéressés à participer, contactez-nous par courriel à l'adresse suivante info@soccersbdl.com et nous vous ferons parvenir le lien pour la rencontre.

Bienvenue à tous !



**Friperie
SBDL**



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

La Friperie SBDL est une action communautaire dirigée par le Club Lions SBDL qui offre à bas prix des vêtements de seconde main et autres nécessités aux gens de la région

Heures d'ouverture

Mercredi : 10 h à 20 h
Jeudi : 10 h à 18 h
Vendredi : 10 h à 16 h

*Laissez vos dons
sur la galerie quand
nous sommes fermés.*

Information

Site Web :
www.lions-sbdl.org/friperie-sbdl
Facebook :
www.facebook.com/friperie-sbdl

418 928-0919

Le Lavallois

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

Le Lavallois
20, rue du Domaine
Sainte-Brigitte-de-Laval, G0A 3K0
Tél. : 418 907-7172
Courriel : lelavallois@ccapcable.com
Web : www.lelavallois.com

L'équipe du Lavallois

CONSEIL D'ADMINISTRATION

Lucille Thomassin, présidente	948-2610
André Lachapelle, v.-président	825-3035
Doris Tessier, secrét.-trésorière	825-0029
Diane Clavet, administratrice	825-2502
Louise Côté, administratrice	948-8947
Rita Boucher, administratrice	948-0954
Alain Bouchard, dir. photographe	934-0121

COLLABORATEURS

Jocelyne Clavet, montage
Aline Fortier, montage
Marie-Andrée Renaud, montage
Jean-François Gerardin, journaliste
François Beaulieu, site Web
Audrey Duchesne, publicité

Calendrier du Lavallois

2022

Tombée	Sortie
06 avril	15 avril
04 mai	13 mai
08 juin	17 juin
03 août	12 août
07 septembre	16 septembre
05 octobre	14 octobre
09 novembre	18 novembre
07 décembre	16 décembre



COLLABORATEURS



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

Les Entreprises GASTON CLAVET inc.



Pelle - Bulldozer - Pépène - 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



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: ytag@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**



**EXCAVATION
COFFRAGE**

Résidentiel - commercial - industriel

ENTREPRENEUR GÉNÉRAL ET SPÉCIALISÉ

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

Membre 
R.B.Q.: 8229-6963-28

À votre service depuis 1989

418 825-3304

Cellulaires:

418 808-6557

418 951-3304

Courriel: sciage@live.ca

www.sciagedebetontremblay.com

Forfait

Famille comblée!

Benoît
Détendu

Laurie
Heureuse

Annabelle
Captivée

Nathan
Calme



DUO

Internet illimité
et télévision

91,09 \$
/mois*

Plus de vitesse Internet sans frais pendant 3 mois et un
crédit de **100 \$** sur votre première facture!

PROMO DE
BIENVENUE**

CCAP

418.849.7125

ccapcable.com | 

*Le forfait comprend : Internet Gamma, la consommation illimitée, le Wifi 360, l'application Parents+, la Base numérique et la location d'un terminal G10. **La promo de bienvenue est réservée aux nouveaux clients de la CCAP uniquement. Elle comprend la bonification du service Internet au niveau supérieur pour le même prix pendant 3 mois et un crédit de 100 \$ applicable sur la première facture (avec engagement de 18 mois et un abonnement à minimum 2 services). Ne peut être jumelé à une autre promotion. Certaines conditions s'appliquent. Le forfait et la promotion sont sujets à changement sans préavis. Taxes en sus.