# Le Lavalois

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

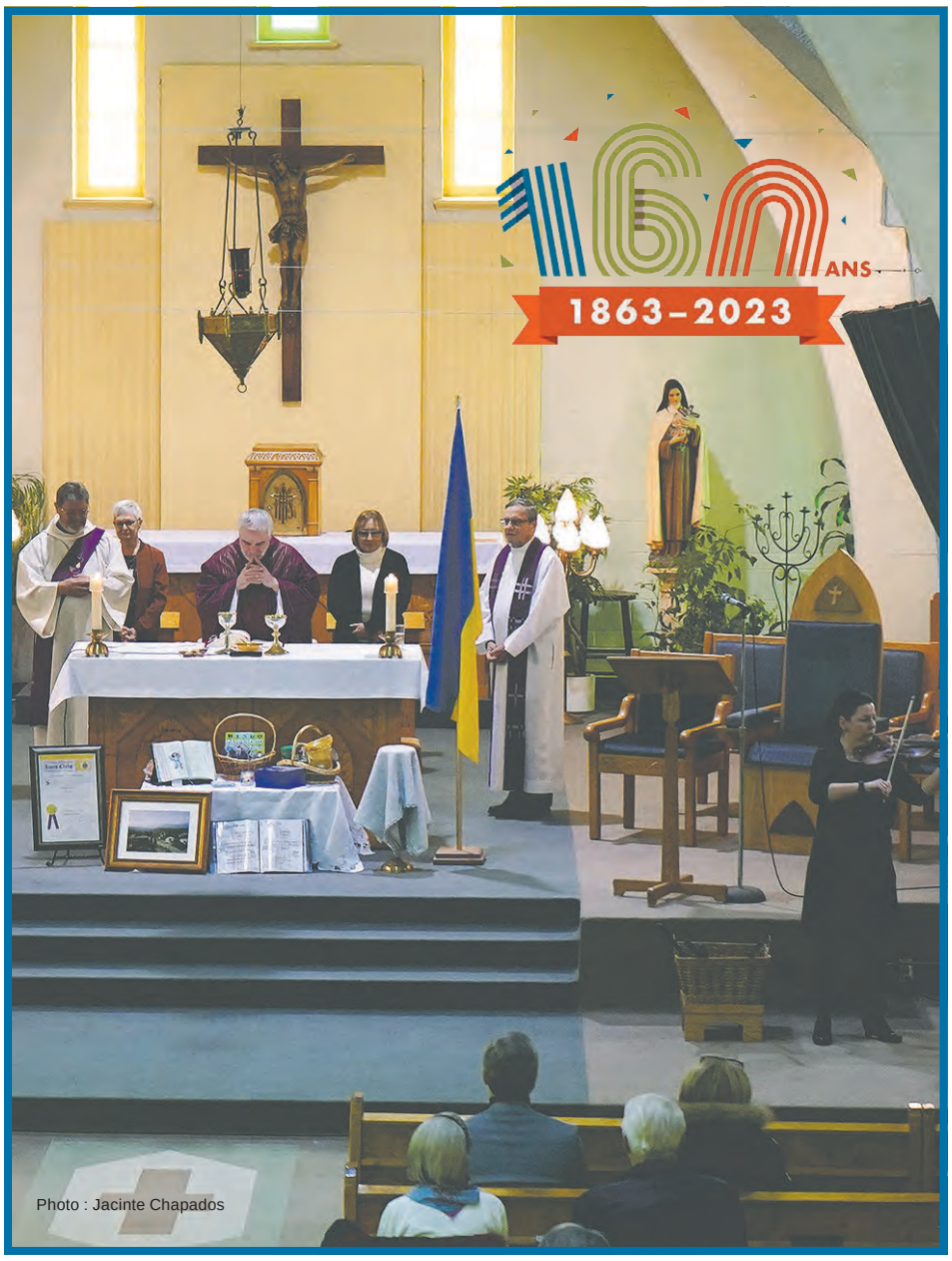


Photo : Jacinte Chapados

## À lire

**Pages 2 - 3**
Messe solennelle d'ouverture du 160e

**Pages 4 - 5**
Le déneigement des rues

**Page 6**
Jardins collaboratifs SBDL

**Page 7**
Trivent-Vert, mini marché

**Page 8**
Votre Ville vous informe

**Page 9**
Activités du 160e de notre Ville

**Page 12**
Geler son dossier de crédit

*lelavalois.com*
*facebook.com/journallelavalois/*
Mars 2023
Volume 41 Numéro 2

Dre Sophie Léonard
Chiropraticienne
chirosbdl.com
Ste-Brigitte-de-Laval · 418-997-6443

familiprix EXTRA
VANESSA TREMBLAY
224, Ave Ste-Brigitte, local 102
Sainte-Brigitte-de-Laval
418 825-4646
Service d'infirmière
Service de livraison
Heures d'ouverture :
Lundi et mardi : 9 h à 18 h 30
Mercredi au vendredi : 9 h à 20 h
Samedi et dimanche : 10 h à 17 h

Grimard & Poulin Orthodontistes
3333, Rue du Carrefour, Bureau A-295,
Promenades Beauport, Québec, QC G1C 5R9
orthodontistebeauport.com
Téléphone : 418 660-5409 | Texto : 581 502-9173

Jacques Tremblay, prop.

Station Service Alpin
327 Ave Ste-Brigitte
418 825-2219
Avec vous depuis plus de 35 ans
Freins Suspension Mise au point Pose de pneus
LE SPÉCIALISTE
ENTRETIEN ET REPARATION

# 160e – Messe solennelle d'ouverture

Le dimanche 26 février dernier avait lieu dans notre église une messe solennelle commémorant le 160e anniversaire de l'érection canonique de la paroisse de Sainte-Brigitte-de-Laval, à laquelle participaient environ 120 paroissiens, paroissiennes, élues et élus.
Cette cérémonie était présidée par l'abbé Laurent Penot, prêtre-de la Paroisse Notre-Dame-de-Beauport et con-célébrée par l'abbé André Gagnon qui fut le dernier curé résident de la paroisse de Sainte-Brigitte-de-Laval en 2000. Ils étaient accompagnés par le diacre permanent Alain Drouin.

Une procession des offrandes spéciales a débuté en rappelant nos bâtisseurs et la beauté de la création dans laquelle nous vivons ici à Saint-Brigitte-de-Laval, grâce à l'idéal évangélique du premier évêque de Québec, Monseigneur François de Laval, qui avait donné toutes ses terres au Séminaire de Québec pour y établir des paroisses.

Par la suite, des membres de tous les organismes impliqués dans la communauté de SBDL ont apporté différentes offrandes représentant l'action concrète qui se vit dans notre communauté chrétienne en relation avec les quatre pôles de l'évangélisation depuis 160 ans. Finalement, la Famille Porada nous a présenté un symbole de son pays d'origine (l'Ukraine) pour représenter la diversité culturelle des familles de notre communauté, unie dans une même famille chrétienne partageant la foi en Jésus avec la mouvance de l'Esprit Saint.

## Cocktail/déjeuner – Exposition de photos

Après la célébration, tous ont été invités à se diriger à l'arrière de l'église pour un partage fraternel autour d'un cocktail/déjeuner, mais aussi à se déplacer tout autour de l'église pour regarder les photos anciennes de tous les coins de Sainte-Brigitte-de-Laval et à se remémorer de bons souvenirs. Cette exposition de photos permanente a été réalisée en collaboration avec la Société d'Histoire de SBDL et Diffusion culturelle SBDL.

Des photos anciennes seront exposées tout au long de l'année qui nous rappelleront de beaux souvenirs

Pendant la santé offerte par la Compagnie Saint-Charles, nous avons lu le message de M. Joël Godin, député de Portneuf/Jacques-Cartier, qui ne pouvait être présent. Par la suite, les autres élus présents ont pris la parole : le député de Montmorency, M. Jean-François Simard, notre mairesse, Mme France Fortier, et la présidente de l'Assemblée de fabrique de Notre-Dame-de-Beauport, Mme Danielle Thomassin.

Un copieux cocktail/déjeuner a été servi à toutes les personnes présentes qui ont pu continuer à échanger et admirer l'exposition de photos.

## Sommaire

### Actualité

Messe du 160e ..... 2 - 3
Le déneigement des rues ..... 4 - 5
Sentiers pédestres ..... 5
Jardins collaboratifs SBDL ..... 6
Repères, paysages durables ..... 6
Trivent-Vert, mini marché ..... 7
Votre Ville vous informe ..... 8
Activités du 160e de SBDL ..... 9
MRC ..... 11

### La vie de chez nous

Chasse aux cocos de Pâques ..... 10
La Barak ..... 10
Société d'histoire ..... 13
Matinée Frimousses ..... 14
Club Lions ..... 15
Saint-Vincent de Paul ..... 15
Fermières ..... 16
Centre de jour Feu Vert ..... 16
Club de l'Âge d'Or ..... 17

### Chroniques

Geler son dossier de crédit ..... 12
Les tempêtes de mars ..... 14
Nouvelle mesure d'assistance ..... 18
Pratiques des sports d'hiver ..... 18
Maison intergénérationnelle ..... 19
Conseils de voyage ..... 19
Mesure de sécurité publique ..... 20
Recette ..... 20
Horticulture ..... 21
La zone tech ..... 22
Mots croisés ..... 22
Annonces ..... 23

# 160e – Messe solennelle d'ouverture

La famille Porada nous a présenté un symbole de son pays d'origine (l'Ukraine) pour représenter la diversité culturelle des familles de notre communauté

## Des mercis sincères

Merci à tous les bénévoles qui se sont impliqués dans la préparation de la célébration et de la réception et à ceux et celles qui se sont ajoutés spontanément lors du service de la santé et des bouchées, à Lucille Lajeunesse et André Girard pour leurs chants pendant la célébration et à Mary-Ann Corbeil pour sa participation à l'animation musicale pendant la messe et aussi pendant toute la réception.

Merci à Mathieu Therrien de Diffusion culturelle SBDL et à Allen Dawson de la Société d'histoire pour l'exposition de photos.

Merci à nos partenaires commanditaires pour la réception:
Alimentation Sainte-Brigitte, La Compagnie Saint-Charles, La Ville de Sainte-Brigitte-de-Laval, le député de Montmorency, Jean-François Simard, la Résidence Le Trèfle d'Or et le député de Portneuf/Jacques-Cartier, Joël Godin.

## Un peu d'histoire concernant notre paroisse

Dès 1830, des colons irlandais de confession catholique s'installent dans l'arrière-fief de la Seigneurie de la Côte-de-Beaupré. En 1833, l'évêque demande à l'abbé Boucher d'ouvrir une mission, du nom de Laval, pour desservir les habitants du fond de sa paroisse (l'Ange-Gardien). C'est ainsi que, le 14 décembre 1834, les registres de paroisse sont ouverts. Le premier acte inscrit est celui du baptême de Peter Dawson, fils de Patrick Dawson et de Johanna Butter. Cela prendra près de 10 ans (1842) avant qu'une chapelle ne soit construite.

La paroisse est érigée le 24 février 1863, il y avait alors 103 familles pour un total de 600 âmes. Elle obtient ainsi son premier curé en titre en la personne de l'abbé Hyacinthe Gagnon. Ce n'est que 10 ans (1873) plus tard que les limites officielles furent établies définitivement par Mgr Baillargeon.

Le premier segment du nom de la paroisse (Sainte-Brigitte) a été choisi à cause de la forte présence des Irlandais au début de sa fondation, leur sainte patronne étant Sainte-Brigitte-de-Kildare ou Sainte Brigid de Kildare. Le dernier segment (Laval) représente le propriétaire des lieux, soit Mgr François de Montmorency-Laval. Le territoire étant un morceau de la seigneurie acquise de 1662 à 1668 par ce dernier et qu'il donna en 1680 au Séminaire de Québec.

Avec l'arrivée des colons français en plus grand nombre, et ce, jusqu'au début des années 1900, le curé devait être bilingue, car il avait l'obligation de prononcer son sermon en français et en anglais. Le dernier curé résident était aussi un Gagnon, soit l'abbé André Gagnon. Il a résidé au presbytère jusqu'à la fin de l'année 2000, soit au moment où la municipalité de Sainte-Brigitte-de-Laval a acquis pour 1 $ les bâtiments (église et presbytère) ainsi que l'ensemble du patrimoine paroissial (terrains et bâtiment de loisirs, stationnements) qui appartenaient à la Fabrique de Sainte-Brigitte-de-Laval, excluant le cimetière.

Le cimetière quant à lui a été cédé en 2019 à la Compagnie Saint-Charles qui se spécialise dans l'administration des cimetières et le bâtiment de l'église a été désacralisé en 2022.

Le 1er janvier 2017, un grand réaménagement pastoral eut lieu. La Fabrique de la paroisse de Notre-Dame-de-Beauport fût créée regroupant six communautés chrétiennes (c.c.), soit celle de Sainte-Brigitte-de-Laval avec cinq c.c. du secteur Beauport.

La Communauté chrétienne est toujours vivante, elle se regroupe encore dans le bâtiment de l'église grâce au partenariat établi entre le Paroisse et la municipalité lors de la cession en 2000. Sa viabilité est assurée par l'implication, la participation et la contribution des paroissiens et paroissiennes et de nombreux bénévoles.

***Nathalie Bourguignon, marguillière***
***Communauté chrétienne Sainte-Brigitte-de-Laval***

Merci à tous nos Bénévoles

## Compagnie Saint-Charles
## Projet de colombarium

Dans le cadre de cette activité, M. François Chapdelaine et M. Éric Maltais, de la Compagnie Saint-Charles, administrateurs du cimetière Sainte-Brigitte-Laval depuis 2019, ont présenté le projet de colombarium pour le cimetière Sainte-Brigitte-de-Laval pour 2023-2024 et répondu aux questions des paroissiens présents. Un article plus complet sera présenté par La Compagnie Saint-Charles dans un prochain numéro du Journal Le Lavalois.

ECOLE DE CONDUITE
LA VOIE
La voie pour une conduite responsable
Cours garanti un an de l'inscription
Formation pour aînés
2 390 boul. Louis X1V, 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

*André Lachapelle*

# Le déneigement de nos rues

Un peu après minuit, à la fin de janvier 2023, je suis assis dans un camion de déneigement de la Ville de Sainte-Brigitte-de-Laval. M. Denis Larochelle, journalier opérateur, qui est à sa 10e année de travail sur le déneigement, est aux commandes. Il est responsable du secteur nord. Deux de ses collègues sont aussi au travail. Ils déneigent les rues du village et du secteur sud. Je constate rapidement que conduire un camion de déneigement n'est pas chose facile. En ligne droite, ça peut aller bien qu'il faille tout de même tenir compte de l'état de la chaussée. Le conducteur doit parfois ralentir pour ne pas percuter les bosses.

M. Denis Larochelle, journalier opérateur

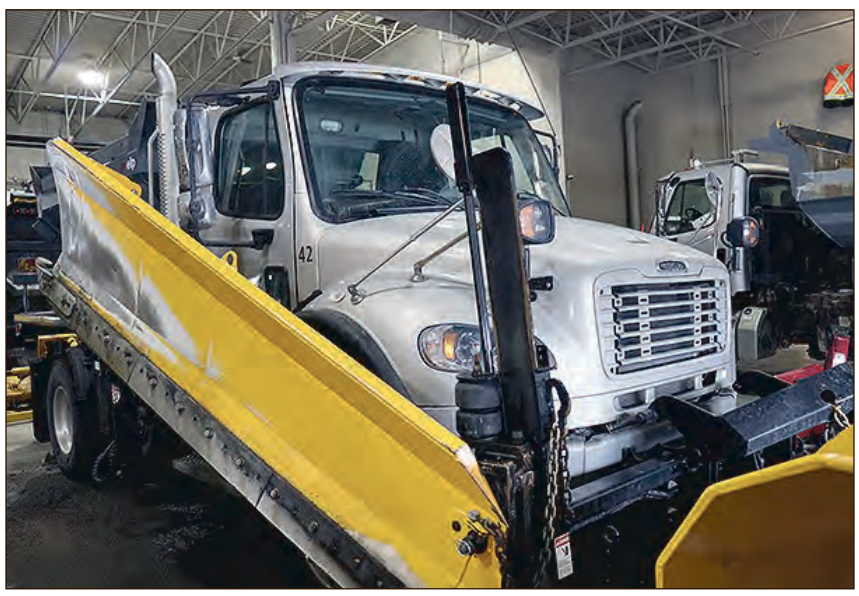
La chose la plus impressionnante, c'est la largeur totale du camion et de la gratte, 15 pieds au total. Le conducteur doit donc manœuvrer habilement lorsque vient le temps de tourner à une intersection ou de reculer.

Nous empruntons la rue Auclair jusqu'au Centre récréotouristique des Hautes Terres. Au retour, nous bifurquons sur la rue du Trait-Carré et nous rejoignons par la suite l'avenue Sainte-Brigitte. La neige tombe intensément. Les prévisions indiquent 2 cm à l'heure. Rendus au bout de l'avenue Sainte-Brigitte, soit à la barrière des terres du Séminaire, nous faisons demi-tour et empruntons la rue Saint-Louis.

Un appel radio vient cependant changer le cours des choses. Un camion de déneigement est en panne dans le secteur sud en raison d'un bris mécanique. On doit le remorquer au garage municipal. Il est environ 1 h 30 et le contremaître, M. Kevin Rousseau, est déjà sur place pour ramener le conducteur qui doit prendre les commandes d'un autre camion pour poursuivre le déneigement. Il y a cependant un problème, on doit enlever la gratte. Impossible de remorquer le camion avec cette large pièce d'équipement.

Denis doit donc interrompre momentanément le déneigement. Il rentre au garage, change de véhicule et récupère la gratte. Le remorqueur ne peut cependant ramener le camion en panne. Ce n'est que partie remise puisqu'il reviendra le matin pour le faire. Le contremaître devra sécuriser les lieux et rentrer chez lui vers 3 h du matin. Pas beaucoup de temps pour dormir puisqu'il doit être de retour à 5 h.

Nous reprenons la route. M. Larochelle devra déneiger toutes les rues municipalisées du secteur nord. Ce travail demande quatre heures et demie, soit le même temps que pour ses collègues qui travaillent dans le secteur sud et dans le village. Une fois le travail complété, les employés affectés au déneigement recommencent. À la fin de leur quart de travail, ils partagent l'information à leurs confrères qui prennent la relève. Quelque 30 cm de neige sont tombés. Les équipes de déneigement ont travaillé 18 h sans arrêt pour assurer un accès sécuritaire, tant aux personnes qui doivent intervenir en cas d'urgence qu'aux résidants.



Au déneigement des rues, il faut ajouter celui des trottoirs, des bornes-fontaines, des stationnements d'édifices municipaux et des patinoires. Bref, une bonne bordée de neige représente énormément de travail pour le personnel du service des travaux publics.

## Une gestion bien planifiée

Le Service des travaux publics doit assurer le déneigement des rues sur une distance de plus de 170 km puisqu'il faut effectuer les opérations à l'aller et au retour.

M. Olivier Coulombe, directeur des travaux publics

On comprendra facilement que cette activité doit être bien planifiée au plan logistique.

Bien avant les premières chutes de neige, les camions et les équipements sont minutieusement inspectés une fois la saison terminée afin qu'ils soient prêts à être déployés, si nécessaire, dès le 15 octobre. Durant l'automne, on installe les tiges à neige, des réparations sont effectuées sur l'asphalte et sur les pourtours des grilles pour éviter les bris d'équipement.

Cette importante responsabilité incombe au directeur des travaux publics, M. Olivier Coulombe et à toute son équipe. Entré en fonction en avril 2022, monsieur Coulombe, détenteur d'un diplôme d'ingénieur civil, a travaillé dans le secteur des travaux publics à l'Ancienne-Lorette et à Neuville. Appuyé par deux contremaîtres, messieurs Kevin Rousseau et Jean-Claude Lampron, il est à la tête d'une équipe de 15 employés comprenant des journaliers, des mécaniciens et des opérateurs de machinerie.

« La qualité première du Service des travaux publics, est sa capacité d'adaptation. Lorsqu'un problème survient, il faut trouver une solution », souligne le directeur, M. Olivier Coulombe.

« Nous devons aussi tenir compte de plusieurs variables dans la gestion du déneigement. Consulter régulièrement les radars et les plateformes météo afin d'être en mesure de procéder à l'épandage d'abrasif et de sel déglaçant au moment opportun », précise-t-il. Il cite, à titre d'exemple, la récente panne d'électricité où les employés du Service des travaux publics ont été appelés à dégager les rues.

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

Allissia Poirier - Kinésiologue
• Remise en forme • Gestion de la douleur
• Prévention des blessures
• Maintien/recherche d'un mode de vie actif
Même à petite dose, le mouvement peut faire de grandes choses, en respectant VOTRE rythme.
alissiapkinesio@gmail.com 418 931-5086

ATELIER DROUIN
MÉCANIQUE DE VÉLOS
SAINTE-BRIGITTE-DE-LAVAL
418-262-6620

# Le déneigement de nos rues

*André Lachapelle*

Bref, le personnel doit accomplir une multitude de tâches différentes, et ce, durant toute l'année. « J'ai la chance de pouvoir compter sur une équipe d'expérience, dévouée et dédiée », souligne M. Coulombe.

## Faciliter le déneigement

Nous pouvons tous contribuer à faciliter le travail de déneigement dans les rues de Sainte-Brigitte-de-Laval :

- Il faut s'abstenir de stationner notre auto dans la rue. On le fait parfois ne serait-ce qu'une heure ou deux pour quelque raison que ce soit. Impossible alors pour un camion de déneigement de dégager complètement la rue, ou pire encore d'être obligé de reculer parfois sur quelques centaines de mètres.

- Précisons qu'il est interdit de stationner dans les rues entre le 1er novembre et le 15 avril. Cette règle s'applique à Sainte-Brigitte-de-Laval et dans toutes les villes sur le territoire de la MRC de la Jacques-Cartier.

- Les bacs doivent aussi être disposés sur notre terrain.

Des gestes simples, mais qui peuvent assurer un déneigement adéquat partout sur le territoire.

Photos : André lachapelle

M. Kevin Rousseau, contremaître

Une équipe d'expérience, dévouée et dédiée

Centre récréotouristique des Hautes Terres

*André Lachapelle*

# Sentier pédestre de la montagne à Deux-Têtes

## Stationnement gratuit pour les résidants de Sainte-Brigitte-de-Laval

Le stationnement du Centre récréotouristique des Hautes Terres (CRDHT) sera gratuit pour les résidants de Sainte-Brigitte-de-Laval qui fréquentent le sentier pédestre de la Montagne à Deux-Têtes, et ce, pour l'année 2023.

La Ville de Sainte-Brigitte-de-Laval et le CRDHT ont renouvelé l'entente qui prévaut depuis le 1er mai 2022.

Soulignons que le coût du stationnement est toujours inclus dans le prix du billet donnant accès aux activités du CRDHT.

## Visite de groupes scolaires

Le Centre récréotouristique des Hautes Terres a accueilli plusieurs groupes scolaires provenant de la région de Québec cet hiver.

**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
Chiropraticienne

*Des soins de santé à proximité!*

chirosbdl.com

Ste-Brigitte-de-Laval 418-997-6443

Le Centre Famille SBDL

# Les Jardins collaboratifs SBDL

L'automne dernier, le projet des Jardins collaboratifs de SBDL a commencé à prendre forme (aménagement du terrain au parc Richelieu). L'idée première derrière ce projet est de créer un esprit de collaboration entre les citoyens fréquentant le jardin.

Nous espérons créer un milieu propice aux échanges entre toutes personnes intéressées à participer. Nous en sommes maintenant à l'étape de rassembler des commanditaires. Vous êtes une entreprise de Sainte-Brigitte-de-Laval et vous souhaitez vous impliquer financièrement dans ce beau projet? C'est avec plaisir que nous afficherons les couleurs de votre entreprise sur le site des Jardins collaboratifs. Vous pouvez nous contacter par courriel (jardincollaboratifsbdl@hotmail.com).

## Distribution d'aide alimentaire

Toute personne et/ou famille qui en a besoin peut se présenter au sous-sol de l'église, aux dates de distributions alimentaires suivantes, afin de recevoir ce service. Prévoir une pièce d'identité lors de votre première visite. N'oubliez pas vos sacs!

Prochaines dates de distribution (jeudi, de 18 h 15 à 19 h 30, au sous-sol de l'église) :

- 2 et 16 mars
- 6 et 20 avril
- 4 et 18 mai
- 1er et 15 juin

Courriel : centrefamillesbdl@gmail.com
Boite vocale : 418 825-4188 (laissez un message)

## Limitons le gaspillage alimentaire!

Vous êtes une entreprise de SBDL ou un citoyen qui a à cœur la lutte contre le gaspillage alimentaire?

Faites don de vos surplus, invendus ou pertes à « La grande maisonnée » et cette nourriture sera redistribuée aux citoyens dans le besoin.

En plus de participer à la réduction du gaspillage alimentaire, vous aiderez directement les citoyens de Sainte-Brigitte-de-Laval qui en ont le plus besoin.

Pour participer, contactez-nous par courriel (centrefamillesbdl@gmail.com).

Un énorme merci aux citoyens et à nos partenaires : La Bulle boutique ainsi que le Dépanneur & boucherie Le Domaine.

***Lucille Thomassin***

Les jardins de vos rêves

# Nouvelle image, nouveau nom

Le service d'aménagement paysager Les jardins de vos rêves, entreprise qui se consacre au design et à la réalisation d'aménagements paysagers depuis 18 ans à Sainte-Brigitte-de-Laval, est heureuse d'annoncer aujourd'hui son changement de nom.

Cette démarche jumelée à la refonte de son image de marque permet à l'entreprise de se prévaloir d'une identité et d'un nom qui reflètent sa vision et ses valeurs. Ancolie Séguin, Saule Séguin, Simon Paquet ainsi que toute l'équipe souhaitent mettre de l'avant leur enthousiasme indéniable pour des projets animés par une conception réfléchie et une réalisation durable et responsable.

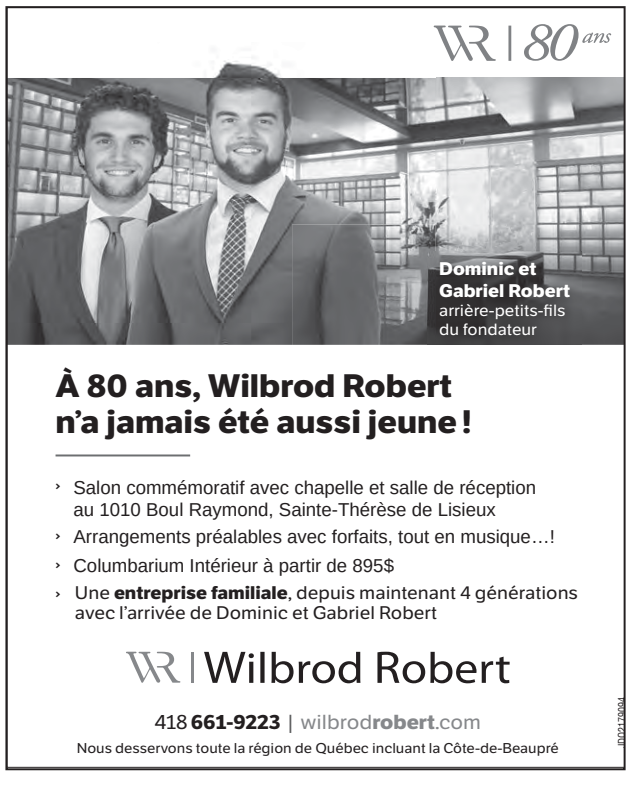
## Histoire

Les jardins de vos rêves ont été fondés en 1975, à Saint-Ferdinand, par Pierre Séguin et Sonia Mondor. En 2006, leurs deux enfants, Saule et Ancolie, ainsi que leur gendre Simon, décident de continuer l'aventure et d'offrir des services d'aménagement paysager, sous le même nom, dans la région de Québec.

Aujourd'hui, l'équipe de Québec souhaite proposer une identité qui lui est propre, tout en restant fidèle à ses racines. (www.lesjardinsdevosreves.ca)

Pour plus d'information :
Ancolie Séguin
Info@reperes.co 418 932-1426

***Lucille Thomassin***



*André Lachapelle*

# Trivent-Vert mini marché

Il se passe une bien belle chose à l'école du Trivent 2. Les élèves de 6e année font pousser une belle variété de fines herbes et de légumes, ils réussissent très bien en récoltant leurs produits une fois par mois.

Leur secret : deux tours aéroponiques qui fournissent de l'eau à leurs plantes à raison de 5 min./heure et 16 heures de lumière ultraviolette par jour. Ces deux tours ont été acquises grâce à une aide financière de 3000 $ en argent américain de Whole Kids Foundation, un organisme américain qui a pour objectif de permettre aux enfants des États-Unis et du Canada d'adopter une saine alimentation.

On ne se limite pas seulement à faire pousser les plantes, on les transforme et on les vend.

Deux tours aéroponiques

Un projet entrepreneurial est venu s'ajouter à la culture des plantes. Trois élèves, Alyssa Morissette, Annabelle Girard et Raphaëlle Girard, sont les représentantes de cette micro-entreprise qui offre des fines herbes, de l'herbe à chat, des épices à trempette, du pesto maison, des biscuits verts pour chien, de la tisane à la menthe, etc. Des produits conçus et développés avec l'aide précieuse des parents.

Une canne de conserve recyclée en pot

Alyssa, Annabelle et Raphaëlle ont présenté leur projet pour la première fois au marché de Noël du Trivent 2, où elles ont eu la possibilité d'expliquer leur projet et répondre aux questions. Elles ont adoré le contact avec le public.

Leur objectif est de proposer la vente de leurs produits une fois par mois. La grande première, qui a eu lieu le mercredi 1er mars dernier, a été une grande réussite.

Alyssa, Annabelle et Raphaëlle

Les profits de leurs ventes serviront, entre autres, à faire l'achat d'une autre tour aéroponique afin d'augmenter la production de fines herbes et légumes frais. À plus long terme, les profits serviront aussi à rendre le potager extérieur de l'école du Trivent 2 plus pratique en y installant un système de récupération d'eau de pluie.

Ce qui ressort de cette expérience, c'est la belle mobilisation des 123 élèves de 6e année qui ont tous et toutes participé au projet Trivent-Vert mini marché. Certaines équipes ont acquis des connaissances dans le domaine de l'horticulture, entre autres, en ce qui concerne l'entretien des tours aéroponiques, la déshydratation de fines herbes, les semis, le rempotage, le bouturage, la cueillette, etc.

D'autres se sont plutôt spécialisées dans la confection de produits dérivés : confection de pots à partir de cannes de conserve recyclées, de pesto, de tisane, de biscuits pour chien, d'épices à trempette, etc.

Finalement, des élèves ont appris diverses tâches liées à la création d'une micro-entreprise : choix du nom de l'entreprise, création du logo et d'un site Web, création publicitaire, gestion du budget, gestion des ressources humaines (embauche du personnel utilisé lors des ventes), responsables des gestes écologiques (comité écolo)…

Nathan, Charly et Raphaëlle

Il faut aussi souligner l'engagement des enseignantes, mesdames Laurie Alain, Zoé Blais, Karine Lamarche, Vicky Larose et Geneviève Lebel, et celui des parents qui ont participé bénévolement jusqu'à présent dans ce projet.

Vous pouvez obtenir les détails concernant l'ouverture des prochains mini marchés mensuels sur la page Facebook « École du Trivent ».

Bravo pour ce bel engagement et toutes ces belles valeurs!

# VOTRE VILLE VOUS INFORME

SBDL.NET

Sainte-Brigitte-de-Laval
Une vie au rythme de la nature

## Affaires municipales

### Prochaines séances municipales

21 mars - 11 avril - 9 mai

À 19 h, au bâtiment du Parc des Saphirs (175, rue Kildare)

Votre participation aux séances du conseil est primordiale car elles 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 en plus d'être enregistrées et archivées sur la chaîne YouTube de la Ville.

## Finances

### Taxes foncières 2023 Prochains versements

1er mai - 1er août - 2 octobre

Créez votre accès sur le portail citoyen « Voilà! » pour consulter votre compte de taxes en ligne : sbdl.net/taxation/

## Direction générale

### Nouvelles 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/.

## Aménagement du territoire

### Un nouveau chien au sein de votre famille?

Procurez-vous sa licence obligatoire : sbdl.net/animaux-domestiques/gestipattes-2/
Au besoin, contactez-vous : 418 825-2515, poste 246.

### Collecte des matières organiques (bac brun)

Dernière collecte AUX MOIS :
- 8 mars (secteur sud)
- 10 mars (secteur nord)

Retour AUX SEMAINES d'avril à novembre :
- 5 avril (secteur sud)
- 7 avril (secteur nord)

### Demande de permis

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

### Vidange de fosses septiques

Cette année, ce sont les propriétaires du secteur SUD qui verront leur fosse septique vidangée par Sani-Orléans. Les premières vidanges auront lieu au cours de la première semaine de mai pour s'échelonner jusqu'à la fin août.

Comme mentionné dans la lettre transmise lors des deux dernières années, dorénavant les informations concernant les vidanges de fosses seront communiquées via Facebook, Voilà! et cette page de notre site Web : sbdl.net/installation-septique/

## 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
- Soyez prêts à vous débrouiller sans source d'énergie ni eau courante
- Réfléchissez à ce dont votre famille pourrait avoir besoin
- Préparez votre trousse d'urgence pour être autosuffisant pendant 72 heures

sbdl.net/inondation-et-trousse-durgence-72h/

## Travaux publics

### La saison des nids-de-poule

On n'y échappe pas encore cette année. La succession de pluie, neige, verglas, gel et dégel des derniers mois fait son effet sur l'apparition des nids-de-poule. Bien que notre équipe assure actuellement une veille quotidienne afin de les réparer temporairement, les nids-de-poule devront parfois être réparés quelques fois en attendant un temps plus clément et ainsi assurer une meilleure durée de vie de la réparation.

Avisez-nous de la présence d'un nid-de-poule : travaux.publics@sbdl.net

## Loisirs, sports, culture et vie communautaire

### Dons de livres

Le printemps qui arrive est souvent synonyme de grand ménage. Donnez au suivant à votre bibliothèque municipale. Les critères d'acceptabilité : sbdl.net/bibliotheque-municipale/

### Prochaines conférences gratuites

Il est encore temps de vous inscrire : https://sbdl.net/programmation-et-inscriptions/
- Rencontre avec Pierre-Luc Poulin, olympien en canoë-kayak (pour tous), 14 mars de 18 h 30 à 20 h
- O.S. énergie – Mieux vaut prévenir que guérir (ados et adultes), 18 avril de 19 h à 20 h 30

### Camp d'été « Les Z'actifs »

- Consulter : sbdl.net/camps-dete/
- Période d'inscription : 6 mars au 26 mai
- Séance d'information pour les parents : 29 mars
- Dates du camp : 26 juin au 11 août

### Programmation sports et loisirs « printemps »

- Période d'inscription : 8 au 29 mars
- sbdl.net/camps-dete/

### Mérite lavalois du bénévolat pour l'année 2022

- Appel de candidatures jusqu'au 31 mars
- Soulignez le dévouement d'un(e) Lavalois(e) en soumettant sa candidature : sbdl.net

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

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

ALERTES ET NOTIFICATIONS DE MASSE — Inscrivez-vous au massalert.citam.ca

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

*Cette année, nous soulignons les 160 ans de Sainte-Brigitte-de-Laval au cours de laquelle « Nos racines, nos citoyens et nos projets d'avenir » occuperont toute la place. Une année festive à souhait avec une programmation réalisée en collaboration avec les différents partenaires du milieu : animations, activités, événements et conférences.*

*Suivez les plateformes officielles de la Ville pour suivre les développements : Facebook, sbdl.net/160e.*

## Les bases de notre histoire et de nos origines

- 1830 – 1897 : Concessions de terres à Sainte-Brigitte-de-Laval
- 1842 : Une première chapelle est construite
- 1852 : Construction de la première église
- 24 février 1863 : Érection canonique
- Comptant 103 familles, 600 « âmes », Sainte-Brigitte-de-Laval est érigée canoniquement et placée sous le patronage de « Sainte Brigitte de Kildare ». Ainsi, Sainte-Brigitte-de-Laval doit son nom à cette femme, Brigitte de Kildare, qui fonda la première communauté de femmes chrétiennes en Irlande. Elle devint la sainte patronne des Irlandais. Le nom de notre territoire rend aussi hommage à Monseigneur François Montmorency de Laval qui distribua et céda les terres aux premiers colons.
- 1909 : Téléphone disponible au village.
- 1941 : L'électricité arrive à Sainte-Brigitte-de-Laval.

En savoir davantage sur notre histoire et nos origines : sbdl.net/160e.

## Festivités du 160e

**11 mars ***

**« Adofest »**

(Journée spécialement pour les 10-17 ans)
Organisateur : Maison de jeunes La Barak
Espace festif, 11 h à 16 h

**18 mars**

**Fête des Irlandais**

En toute simplicité, un rallye sera organisé pour en apprendre davantage sur les origines irlandaises de la Ville, en plus de permettre aux citoyens de découvrir la musique traditionnelle et surtout les instruments utilisés grâce à la tenue d'un spectacle en soirée à l'église. Dès 19 h, le groupe Écorce sera sur scène pour présenter son spectacle Instrumentarium trad.

De plus, les adultes pourront en profiter pour déguster une bonne bière pendant le spectacle. Tous les détails à venir sous peu.

## Événements à venir

Plusieurs événements à venir sous peu. Surveillez cette page dans chaque édition 2023 du Journal Le Lavalois.

| Événements et organisateurs | Date |
|---|---|
| Clin d'œil à la Fête de la Saint-Patrick (Fête des Irlandais)<br>Ville de Sainte-Brigitte-de-Laval, en collaboration avec les partenaires du milieu | ***18 mars*** |
| Conférence S.O.S. énergie<br>Ville de Sainte-Brigitte-de-Laval | ***Avril*** |
| Conférence « Pas de chicane dans ma cabane » pour les parents<br>Ville de Sainte-Brigitte-de-Laval | ***Mai*** |
| Fête des voisins<br>Ville de Sainte-Brigitte-de-Laval, en collaboration avec les partenaires du milieu | ***Juin*** |
| Fête de la pêche<br>Ville de Sainte-Brigitte-de-Laval, en collaboration avec les partenaires du milieu | ***Juin*** |
| Fête nationale<br>Ville de Sainte-Brigitte-de-Laval, en collaboration avec les partenaires du milieu | ***Juin*** |
| Festival de soccer<br>Club de soccer SBDL | ***Août*** |
| Mise en valeur des Croix de chemins situées sur le territoire<br>Communauté chrétienne de Sainte-Brigitte-de-Laval, en collaboration avec les partenaires du milieu | ***Été*** |
| Fête des montagnes<br>Ville de Sainte-Brigitte-de-Laval, en collaboration avec les partenaires du milieu | ***Sept. Oct.*** |
| Fête de Noël<br>Ville de Sainte-Brigitte-de-Laval, en collaboration avec les partenaires du milieu | ***Déc.*** |
| Hommage à Sœur Marie-Ursule<br>Autrice du livre Civilisation traditionnelle des Lavalois<br>Société d'histoire de Sainte-Brigitte-de-Laval | ***Date à venir*** |
| Production d'un livre souvenir pour le 160e<br>Communauté chrétienne de Sainte-Brigitte-de-Laval, en collaboration avec les aînés de La Résidence Le Trèfle d'Or et la Société d'histoire de Sainte-Brigitte-de-Laval | ***Date à venir*** |
| Conférence sur la vie d'antan à Sainte-Brigitte-de-Laval<br>Société d'histoire de Sainte-Brigitte-de-Laval, en collaboration avec les partenaires du milieu | ***Date à venir*** |

## Des initiatives citoyennes aux couleurs du 160e. Faites partie de l'histoire !

Pour souligner « Nos racines, nos citoyens et nos projets d'avenir », l'appel aux initiatives citoyennes est maintenant lancé ! Vous avez une idée d'activité ou un projet qui vous anime, et vous aimeriez en faire profiter les Lavalois, petits et grands ? Remplissez le formulaire de demande de soutien aux initiatives citoyennes pour soumettre votre initiative :

sbdl.net/subventions-et-aide-financiere

Ce projet est rendu possible grâce à la collaboration d'Espace MUNI, soutenu financièrement par le gouvernement du Québec. Espace MUNI accorde une aide financière à la Ville pour lui permettre de réaliser ce projet dans le but de mettre en œuvre des initiatives du milieu, dans le cadre de la démarche « Voisins solidaires 2021-2024 ».

Ces initiatives, développées en partenariat avec des citoyennes et citoyens, ainsi que des organismes à but non lucratif du milieu, permettent de :

- Accroître le sentiment d'appartenance et d'inclusion à la communauté pour les résidantes et résidants de tous âges. Toutefois une attention particulière est portée aux besoins des personnes aînées;
- Renforcer la solidarité entre voisines et voisins, de façon complémentaire aux solidarités familiales et institutionnelles;
- Contribuer à la santé globale et à la qualité de vie des citoyennes et citoyens, ainsi qu'au développement des communautés.

Matinées Frimousses

*Diane Clavet*

# Vente de fleurs

La vente de fleurs organisée par la Maison de jeunes « La Barak » et les Matinées Frimousses de Sainte-Brigitte-de-Laval, en collaboration avec la Ville de Sainte-Brigitte-de-Laval, revient en 2023 dans le cadre de la Journée de l'environnement.

**La vente de fleurs aura lieu le samedi 27 mai , de 8 h à 13 h, dans le stationnement du chalet des sports.** Les fonds amassés serviront à la réalisation des activités pour les deux organismes impliqués, voire 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!

Après plusieurs années d'adaptation, nous sommes heureux de pouvoir vous accueillir sur le site de l'événement afin que vous puissiez magasiner vos fleurs en personne.

Vous pouvez donc déjà noter la date du 27 mai à votre calendrier. N'hésitez pas à consulter l'événement Facebook de la vente de fleurs : « Vente de fleurs 2023 ». Restez à l'affût pour ne manquer aucune information et contactez-nous si vous avez des questions.

Au plaisir de vous voir en grand nombre le 27 mai 2023.

***Claudia Lizotte,*** coordonnatrice
Maison de jeunes La Barak
www.Facebook.com/mdj.barak
418 948-6769
mdjlabarak@outlook.com

**Les Entreprises GASTON CLAVET inc.**

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

**Gaston Clavet, propriétaire**

**Tél: 418 825-2391**
**Cell: 418 563-0922**
**Cour: entreprise_clavet@ccapcable.com**
102, Auclair, Ste-Brigitte-de-Laval, Qc, G0A 3K0

YVES LEFEBVRE
ARPENTEUR-GÉOMÈTRE
1975, rue Thomas-Pope
Québec, (Québec), G2A 1X1

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

**Courriel: ylag@qc.aira.com**
**Internet: yveslefebvreag.ca**
**Bureau: 418 877-3777 et 418 847-6093**
**Télécopieur: 418 847-6093**

**SCIAGE de béton A. Tremblay Inc.**
SCIAGE FORAGE
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 APCHQ
R.B.Q.: 8229-6963-28
À votre service depuis 1989
**418 825-3304**
Courriel: sciage@live.ca
www.sciagedebetontremblay.com
Cellulaires:
418 808-6557
418 951-3304

# Des nouvelles de la MRC

*Défi OSEntreprendre*

## Un défi inspirant

Les entrepreneurs ou ceux qui désirent se lancer en affaires dans la région ont encore quelques jours pour déposer leur candidature à la 25e édition du Défi OSEntreprendre.

Plusieurs bourses pouvant aller jusqu'à 10 000 $ seront remises aux gagnants des différentes catégories.

Rappelons qu'OSEntreprendre a pour mission d'inspirer le désir d'entreprendre pour contribuer à bâtir un Québec fier, innovant, engagé et prospère. Le Défi OSEntreprendre fait rayonner les initiatives entrepreneuriales de plus de 47 000 personnes chaque année.

Inscription avant le 16 mars et information au osentreprendre.quebec.

Plein air accessible

## Cinq activités incluses en plein air dans la Jacques-Cartier

Mont Stoneham Kéroul - Simon Clark

La région de La Jacques-Cartier, c'est le plus grand terrain de jeux de Québec. On y trouve une panoplie d'activités accessibles à tous, incluant ceux vivant avec des limitations fonctionnelles.

1. L'agence de voyage Bivouaq qui propose la visite de superbes endroits accompagnés de guides chevronnés et d'équipements spécialisés.

2. Des expéditions en motoneige sont offertes avec Nord Expé, permettant ainsi de profiter de balades trépidantes en pleine nature.

**3.** Pratiquer des sports de glisse en vivant avec une limitation physique est possible entre autres à la Station touristique Stoneham et au Centre de ski Le Relais.

4. Une foule d'activités culturelles, artistiques ou de plein air peuvent être pratiquées à Cité Joie.

5. Un projet pilote de ski paranordique vient tout juste de démarrer à Lac-Beauport.

Culture

## Appel à projets

Artistes, écrivains.es professionnels et organismes artistiques professionnels, vous pourriez voir votre projet de création être financé par le Conseil des arts et des lettres du Québec (CALQ).

La création, la production, le rayonnement, la promotion et la mobilité peuvent notamment être soutenus.

Mentionnons que cet appel de projets s'inscrit dans le cadre du programme de partenariat territorial des MRC de la Capitale-Nationale. Géré par le Conseil des arts et des lettres du Québec, ce programme vise entre autres à stimuler la création artistique dans la région, à contribuer à l'essor et à la diffusion des artistes et des écrivains et à favoriser leur rétention dans la région.

L'appel de projets est ouvert jusqu'au 6 avril prochain.

Pour plus de détails, visitez le mrc.jacques-cartier.com

MRC La Jacques-Cartier

# Geler son dossier de crédit

## Une bonne habitude à prendre

Dans l'édition d'octobre 2022, nous présentions une chronique sur le dossier de crédit. Depuis cette date, des changements importants ont été apportés par les Agences Équifax et TransUnion. Il est maintenant possible de geler et de dégeler son dossier de crédit, et ce, tout à fait gratuitement.

Crédit photo: Google/Actualité

## Le but du gel du dossier de crédit

Le but du gel de crédit est de se protéger contre la fraude et le vol d'identité.

Cette mesure est disponible depuis le 1er février 2023, date qui correspond à l'entrée en vigueur de la nouvelle législation provinciale (A-8.2 - Loi sur les agents d'évaluation du crédit). Ce nouveau service existe donc au Québec, mais pas dans les autres provinces canadiennes.

On pourrait dire que le gel du dossier de crédit correspond à verrouiller votre maison ou votre auto pour vous protéger des voleurs. C'est une bonne précaution à prendre.

On pense souvent que la fraude ou le vol d'identité ça n'arrive qu'aux autres, mais plusieurs Québécois et Canadiens en ont été victimes. Vaut mieux se protéger car c'est vraiment difficile et laborieux de se sortir de ce problème. Ça demande beaucoup de démarches qui ne se concluent pas toujours à la satisfaction de la personne lésée.

## Les avantages

Si un fraudeur se présente dans une banque pour obtenir un prêt à votre nom, l'institution financière ne pourra pas consulter votre dossier de crédit. Il va de soi, par conséquent, qu'elle n'accordera pas de prêt et vous ne serez pas responsable par la suite du remboursement de la dette.

Les compagnies d'assurance continueront toutefois d'avoir accès à votre dossier de crédit et vous pourrez obtenir de nouvelles soumissions même si vous avez mis un gel à votre dossier.

Cette nouvelle fonctionnalité ne garantit pas à 100 % que vous ne serez pas victime de fraude car ce ne sont pas tous les prêts qui exigent de consulter le dossier de crédit toutefois, c'est beaucoup plus efficace que l'alerte de fraude qui est envoyée par les agences Équifax ou TransUnion. De plus, les créanciers n'étaient pas obligés de tenir compte de l'alerte.

En plus d'être gratuit, le gel du dossier de crédit n'affecte pas la cote de crédit.

## Les inconvénients

Si vous voulez obtenir un nouveau prêt, augmenter votre limite de carte de crédit, changer de carte de crédit, changer de fournisseur de téléphonie mobile, etc., vous devrez déverrouiller votre crédit avant d'effectuer la transaction et reverrouiller par la suite. En d'autres mots, vous devrez assurer la gestion de votre dossier.

## Comment procéder

Premièrement, c'est important d'activer le gel auprès des deux grandes agences de crédit soit Équifax et TransUnion pour vous assurer de l'efficacité de la mesure.

Si vous avez un compte chez Équifax, ce qui est le cas pour plusieurs d'entre nous depuis la fuite de données chez Desjardins, il faut vous connecter à votre compte. Si vous n'en avez pas, vous serez obligé d'en créer un.

Pour créer un compte, il faut bien sûr donner des informations personnelles, mais sachez que les agences les ont déjà. Le but est d'assurer le lien entre vous et votre dossier.

J'ai personnellement fait l'expérience de verrouiller mon dossier et c'est assez simple.

Avec Équifax, lorsque nous sommes dans notre dossier, il suffit de cliquer sur gérer le verrouillage dans le carré à droite et en moins d'une minute on peut verrouiller ou déverrouiller notre dossier. Il faut cependant être vigilant car l'agence tente de nous amener sur une page pour nous inciter à prendre une formule payante, mais on peut très bien rester avec le produit gratuit.

Monsieur Sabourin, chroniqueur pour Dollars et cents, nous met en garde quant à lui relativement à la possibilité qu'on vous demande un numéro de carte de crédit lors du processus. Je n'ai pas rencontré ce problème, mais si cela arrive, c'est que vous n'êtes pas à la bonne place

Trans-Union tente aussi de nous vendre un produit, mais ce n'est pas nécessaire pour inscrire votre gel de dossier. Il faut toutefois absolument passer par l'adresse https://secure-ocs.transunion.ca/secureocs/home.html sinon on n'arrive pas à la bonne place et on nous demande de mettre un numéro de carte de crédit. Je vous conseille fortement de conserver cette adresse si vous verrouillez votre dossier car sinon vous n'arriverez jamais à la bonne page.

Quand on est connecté, on arrive au portail avec quatre options et il suffit de choisir - Gérer votre gel de crédit. Ensuite, on doit cliquer sur continuer lorsqu'on demande l'autorisation d'extraire des informations de la fiche de crédit. Ensuite, on clique sur gel de crédit et on reçoit un message nous informant que c'est fait.

## Pour dégeler son dossier

Pour dégeler votre dossier, il suffit de retourner dans le menu principal et de sélectionner « Gérer votre gel de crédit » à nouveau. Vous n'avez ensuite qu'à cliquer sur le bouton « Dégeler » pour contracter un prêt.

Les deux agences ne mentionnent pas les délais d'activation, mais c'est mieux de s'y prendre d'avance si vous souhaitez dégeler votre dossier pour éviter les inconvénients auprès d'un créancier. Aussitôt que vous aurez obtenu votre prêt ou autre activité du genre, retournez geler votre crédit lorsque le créancier aura fini de consulter votre dossier.

## Conclusion

Étant donné les nombreuses fuites de données (Desjardins, Équifax, Capital One, etc.), ça vaut la peine d'investir un peu de temps pour se protéger du vol d'identité et de la fraude.

***Doris Tessier***

Recherches : Trucs de Marc-André Sabourin, Dollars et cents, Legis-Quebec, Équifax, TransUnion.

Plus de 20 ans d'expérience
Plomberie
Denis Lajeunesse
Résidentiel et commercial
Service de réparation
Tél : 418 998-3446 Fax: 418 661-9127
1 259, Boul. Raymond, Québec, G1B 1K1

GOULDS WATER TECHNOLOGY a xylem brand
ServiceRégent.com
POMPES & PUITS
418 849-5614
Benoit Bureau, propriétaire
C 418 571-8893
111, chemin Rourke,
Stoneham-et-Tewkesbury
(Québec) G3C 0W2
info@serviceregent.com
F 418 848-1796
Licence RBQ : 2545-5577-56

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@dionrheaume.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

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

***Diane Clavet***

# Journal de François Goudreault 1926 (suite)

Cette année, on a semé nos patates d'une autre manière. On a pris un morceau de terrain qui était employé, on a brassé la terre aux disques dessus, avant de labourer de tous les sens et on a étendu notre fumier dessus bien fort. Ensuite, on a semé les patates dans les raies et on a passé encore la herse à disques et aussi la herse à springs. On en a semé 10 minots et ça pris 20 voyages de fumier. De cette manière ça bien du bon sens. Mais nous n'en avons pas eu beaucoup…seulement 85 minots.

Madame Racine, notre engagère, a partie le 21 juin. C'est Marsada qui a pris sa place. Elle a resté avec nous autres toute l'été.

Régina Thomassin s'est marier avec Jule Parent le 17 août et André Thomassin s'est marier avec Emelda Clavet le 25 août. On a fêter sa vie de garçon le samedi avant sa noce.

Pour les foins, cette année on a récolté 49 voyages. On a commencé à les couper moi, papa et Georges. Pierre est venu nous édé pour finir. Après il est parti travailler à Stoneham pour la construction de la ligne de transmission qu'ils avaient commencé il y a deux mois.

Les deux moulins à papier un à Limoilou et l'autre à Beaupré ont été commencés dans le mois de juillet. On a aussi commencé la manufacture de char à Limoilou.

On a fêté la fête à George mon frère le 17 octobre. Son 30e. Il y avait beaucoup de monde. On a fêté dans le bord de la maison chez Bidou. On a fêté jusqu'à 8 heure du matin. On a eu du plaisir. C'était Jos Paquet et Ampleman qui jouait de la musique. Mes frères et sœurs étaient tous là à part de Aimé et Pierre qui travaillaient à Stoneham. Ils ne pouvaient laisser.

La première neige cette année a tombée le 5 novembre. Il en est tombé 5 pouces. Après ça il en est tombé un peu de temps en temps. Rendu au jour de l'an on avait à peu près un pied au sol. Pas assez pour aller dans le bois. Athanasse et Zéphirin Simoneau ont descendus en ville le 30 décembre. On a passé de belles fêtes comme on en a jamais eu.

Notes

** Texte transrit à la manière de M. Goudreault*

** (1 minot équivaut à 27.3 kg aujourd'hui)*

** Une engagère¨ est une femme employée sur une ferme.*

# La Société d'histoire s'agrandit et s'implique

## Une nouvelle recrue

La Société d'histoire est heureuse d'accueillir une nouvelle membre au sein de son conseil d'administration.

Détentrice d'un baccalauréat en littératures française et québécoise et d'un certificat en archivistique de l'Université Laval, Geneviève Fortin est directrice aux *Éditions Intervention*, un organisme spécialisé en arts visuels où elle édite, entre autres, la revue *Inter, art actuel*. Elle a participé à l'organisation d'expositions et événements, à de nombreux échanges artistiques à l'international et à l'édition de plusieurs publications.

Geneviève habite Sainte-Brigitte-de-Laval depuis presque 20 ans. Elle est passionnée de jardinage et d'histoire. Son désir de s'impliquer dans sa communauté lui a fait rejoindre l'équipe de la Société d'histoire de Sainte-Brigitte-de-Laval.

Bienvenue au sein de notre équipe.

## 160e anniversaire de Sainte-Brigitte-de-Laval

M. Jean-François Simard, Mme France Fortier et M. Allen Dawson lors de la messe d'ouverture

Le dimanche 26 février dernier, la Société d'histoire a participé à la messe d'ouverture du 160e anniversaire de l'érection canonique de Sainte-Brigitte-de-Laval. Nous avons participé à une belle célébration et au délicieux cocktail/déjeuner qui a été servi. Une occasion exceptionnelle pour échanger.

À cette occasion, la Société d'histoire a présenté un bel éventail de photos de paysages de tous les coins de Sainte-Brigitte, tirées de la page Facebook.

À tous les résidants de Sainte-Brigitte-de-Laval et à tous nos supporteurs, toute l'équipe de la Société d'histoire souhaite une journée chanceuse et verte à l'occasion de la Saint Patrick.

***Allen Dawson***, président

Société d'histoire de Sainte-Brigitte-de-Laval
Courriel : societehistoiresbdl@gmail.com
Facebook : Société d'histoire de Sainte-Brigitte-de-Laval

Matinée Frimousses,
Point de service Sainte-Brigitte-de-Laval

# Session printemps 2023

Le calendrier de la session d'activités du printemps sera prochainement affiché sur notre page Facebook, Suivez-nous pour savoir quand vous inscrire.

La session printanière débutera dans la semaine du 10 avril. Voici des activités qui y figureront :

Maude Émond
Coordonnatrice de milieu
Matinée Frimousses
Point de service de Sainte-Brigitte-de-Laval
Facebook : Matinée Frimousses Sbdl
https://matineefrimousses.org/
418 564-1119

## Retour sur le conte animé « randonnée aux flambeaux »

Plusieurs courageux se sont présentés à l'activité de la randonnée aux flambeaux, organisée par Action Sentier Lavalois. Tous ont grandement apprécié le conte animé.

# Les tempêtes de mars

Le mois de mars est propice aux puissantes dépressions et aux importantes quantités de neige. L'hiver s'achève parfois par une accumulation de 50 à 100 cm de neige supplémentaires. D'ailleurs, la « tempête du siècle » en 1971 s'est déroulée en mars.

Bon an, mal an, le mois de mars a droit à environ trois à quatre tempêtes.

Photo de Craig Whitehead sur Unsplash

Cette année, aurons-nous la tempête de la Saint-Patrick, la tempête de Saint-Joseph, la tempête des sucres, la tempête des corneilles, la tempête des poteaux ou la tempête des poches ?

La ***tempête de la Saint-Patrick*** a lieu le 17 mars.

La ***tempête de Saint-Joseph*** a lieu le 19 mars.

La ***tempête des sucres*** survient quand la neige épaisse et mouillée tombe pendant la saison des sucres alors que la température printanière favorise la coulée des érables.

La ***tempête des corneilles*** a lieu vers la mi-mars. À cette période de l'année, c'est le début de la nidification des corneilles et le retour d'un bon nombre du sud alors que d'autres sont restées ici ; mais toutes chahutent vivement sur les fils électriques ou les bouts de clôture.

La ***tempête des poteaux*** annoncerait la dernière bordée de neige de l'année. Le vent vient du sud, la neige mouillée colle aux poteaux et aux édifices.

La ***tempête des poches*** n'est plus possible car en ces temps modernes, aucun bûcheron ne laisse sa poche de linge sale sur la galerie en attendant la lessive.

Peu importe le nom qu'on lui donnera, il est assuré que nous en aurons au moins une.

***Diane Clavet***

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

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

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

# Le Club Lions toujours généreux

## Maison de jeunes - La Barak

Le Club Lions de Sainte-Brigitte-de-Laval a remis la somme de 1 500 $ à Marilou Paradis, directrice de la Maison de jeunes - La Barak, pour l'organisation de leur journée festive intitulée « Adofest », valorisant nos adolescents dans notre municipalité. Bravo pour cette activité qui agrémentera le 160e anniversaire de notre Ville!

## Refuge éthique

Le Club Lions de Sainte-Brigitte-de-Laval a remis à Mme Chantal Savard Lamontagne, présidente de l'organisme « Refuge éthique de l'Arrière-pays », une aide financière de 1 200 $ pour la poursuite de sa mission auprès des animaux abandonnés. Bravo pour son excellent travail et pour le bien-être qu'elle apporte dans notre communauté!

## Société d'histoire

Le Club Lions de Sainte-Brigitte-de-Laval a remis à M. Allen Dawson, président de l'organisme « Société d'histoire de Sainte-Brigitte-de-Laval », une aide financière de 1 000 $ pour la réalisation d'un projet de balados sur l'histoire de la Ville.

Bravo pour le travail accompli au sein de notre communauté en rapport à la valorisation de notre histoire!

## Diffusion culturelle

Le Club Lions de Sainte-Brigitte-de-Laval a remis une aide financière de 1 000 $ à Mathieu Therrien pour l'organisme Diffusion culturelle SBDL, afin d'aménager leur nouveau bureau sur la mezzanine de l'église. Bravo pour cette belle initiative!
Merci de votre collaboration.

Lion Claude Lemay, secrétaire
Club Lions de Ste-Brigitte-de-Laval
418 928-0919
secretaire@lions-sbdl.org ou www.lions-sbdl.org

# Saint-Vincent de Paul

### Activités parascolaires

La Saint-Vincent de Paul contribue pour aider des familles dont le revenu familial annuel (deux adultes, deux enfants) est inférieur à 50 000 $, qui souhaitent inscrire leurs enfants à des activités parascolaires.

Depuis janvier 2023, la Saint-Vincent de Paul a un partenariat avec la Ville de Sainte-Brigitte-de-Laval et cette association peut permettre de soutenir davantage de familles, que ce soit pour des activités parascolaires, culturelles ou sportives et ce, pour tous les membres de la famille.

La Ville a mis sur pied le programme Accès-Loisir qui a pour but de rendre les loisirs sportifs, culturels et de plein air accessibles gratuitement aux personnes de 0 à 99 ans ayant de faibles revenus.

La période d'inscription du printemps se déroule du 8 au 29 mars 2023.

https://sbdl.net/programmation-et-inscriptions/

### Lien avec la Saint-Vincent de Paul

Si vous désirez vous inscrire ou inscrire votre enfant à une activité offerte par la Ville, vous pouvez communiquer avec la Saint-Vincent de Paul par courriel au st-vincent@ccapcable.com ou au 418-825-4244 et nous évaluerons quelle aide serait la plus appropriée pour vous, soit une aide directe de la Saint-Vincent de Paul ou une inscription auprès de la Ville.

### Nouveau service

La direction de la Saint-Vincent de Paul offre gratuitement un service d'aide pour vous aider à l'amélioration de votre gestion budgétaire. N'hésitez pas à communiquer avec nous (voir les coordonnées plus haut).

Une saine gestion budgétaire permet une meilleure qualité de vie. Parfois le regard d'un tiers change la vision que nous portons sur notre situation.

***Doris Tessier***

# Cercle de Fermières Sainte-Brigitte-de-Laval

## La bienveillance

Un thème mis à l'honneur en 2023 par les Cercles de Fermières du Québec.

Que signifie pour chacune de nous le mot « bienveillance »? C'est un mot simple, mais ô combien important. Il ne faut pas oublier que nous sommes des êtres humains et que nous ne sommes pas parfaites.

Pour être une personne bienveillante, il faut tout d'abord être bienveillante envers soi-même afin de l'être envers les autres. Alors, comment pouvons-nous appliquer cette bienveillance dans nos Cercles? Nos membres sont des bénévoles qui participent aux activités et il est d'autant plus important de prendre le temps de les écouter, de les respecter et de faire en sorte que chacune y trouve sa place.

La bienveillance c'est vouloir aider, faire du bien autour de nous sans attendre rien en retour. C'est aussi veiller à ce que les autres aillent bien et se sentent bien en notre compagnie.

Photo : Google

Par ailleurs, il ne faut pas hésiter à exprimer nos besoins tout en étant à l'écoute de l'autre.
‘

Voilà une qualité qui, autant que possible, doit faire partie de notre quotidien. Soyons bienveillantes dans toutes nos communications, autant orales qu'écrites.

Sources : l'Actuelle janvier/février 2023 par Hélène Landry – resp. Comité Communications des CFQ du Québec

### La bienveillance peut donner des ailes

C'est souvent grâce à la bienveillance qui s'exprime par de simples gestes d'entraide et de soutien qu'une personne peut regagner une confiance perdue, progresser bien au-delà de ses attentes, découvrir une passion qui mettra de la lumière et de la couleur dans sa vie. Des petits gestes de bienveillance, d'écoute, de partage peuvent changer une vie.

Sources : l'Actuelle janvier/février 2023 La bienveillance bien présente dans les Cercles par Nathalie Gendron

### La bienveillance est un état d'esprit à cultiver

La bienveillance est un état d'esprit à cultiver pour notre bien-être et le bien-être de notre entourage. Sourire, ouverture, écoute active, intérêt pour autrui sont des qualités qui accompagnent la bienveillance. Or, la bienveillance est un atout majeur lors de l'accueil de nouvelles membres potentielles.

En essayant d'être bienveillante, on le devient. C'est inévitable. La bienveillance va de pair avec le respect, l'entraide, l'engagement; ce sont des valeurs qui font partie de l'ADN de notre association. Que la bienveillance demeure toujours présente dans nos relations.

Sources : l'Actuelle janvier/février 2023 La bienveillance par Diane Bouchard Simard – resp. prov. Comité Recrutement

Si devenir membre de notre Cercle vous intéresse, il vous suffit de communiquer avec nous pour prendre rendez-vous afin de visiter notre cercle et en savoir plus sur les activités et divers ateliers que nous offrons à nos membres.

La prochaine réunion mensuelle aura lieu le mardi 14 mars, à 19 h, non pas dans le local du Cercle au sous-sol de l'église, mais en haut dans l'église car nos réunions mensuelles ont lieu désormais à cet endroit.

Au plaisir de vous revoir en grand nombre en ce 2e mardi du mois de mars.

Local du Cercle :
418 825-3384

### Les membres du C.A. :

France Saint-Hilaire, présidente 418 825-1993
Jocelyne Fortier, vice-présidente et arts textiles
Maria Harvey, Dossiers
Christiane Vachon, trésorière
Doris Roy, sec. et communications

centredejour Feu Vert

Le Centre de Jour Feu Vert est un organisme communautaire qui favorise l'intégration sociale et le rétablissement d'adultes ayant des problèmes de santé mentale.

### Horaire de mars

Atelier sur le sommeil
Mercredi 15 mars - 13 h à 15 h
En soirée Sortie aux Remparts

Sortie au cinéma
Mardi en après-midi

Yoga
Mercredi 22 mars - 13 h à 15 h

Dîner à l'Érablière de Lac-Beauport
Vendredi 24 mars

Café Discussion
La Bulle Café-boutique 29 mars 13 h à 15 h

Dîner communautaire - Bingo à la Cité-Limoilou
Vendredi 31 mars

## Solution des mots croisés p. 22

| | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 1 | F | E | R | B | L | A | N | T | I | E | R | S |
| 2 | A | P | E | R | O | ■ | O | R | N | E | R | A |
| 3 | B | E | L | L | E | V | U | E | ■ | G | ■ | B |
| 4 | R | R | ■ | P | S | A | U | M | E | ■ | C | L |
| 5 | I | V | E | ■ | S | L | R | B | ■ | P | R | E |
| 6 | Q | I | N | G | ■ | D | E | L | P | H | I | S |
| 7 | U | E | C | ■ | C | E | ■ | E | O | I | N | ■ |
| 8 | E | R | ■ | R | A | S | ■ | S | I | L | ■ | A |
| 9 | ■ | E | M | U | ■ | B | C | ■ | V | I | A | U |
| 10 | ■ | S | A | B | L | O | N | ■ | R | P | U | L |
| 11 | A | ■ | I | I | ■ | I | N | S | E | P | ■ | N |
| 12 | P | I | N | S | ■ | S | ■ | F | R | E | N | E |

# Vieillir sans devenir vieux

*Diane Clavet*

Peur de tomber, mobilité réduite, conditions de santé détériorées, manque de motivation : les aînés ont tendance à moins bouger. Pourtant, la sédentarité est néfaste pour la santé et peut entraîner la perte d'autonomie. C'est une des principales causes des maladies du grand âge, car elle affaiblit notamment le cœur et les poumons. L'exercice physique chez les personnes âgées peut faire la différence entre une vie saine et une vie difficile.

## Vivre le plus longtemps possible et en pleine forme

Puisque nous vivons désormais plus longtemps, il est essentiel de trouver des moyens afin de maintenir notre santé, notre mobilité et notre autonomie. Intégrer à sa routine un programme d'exercices physiques est une excellente façon de favoriser un vieillissement en santé.

## L'exercice physique embellit nos vieux jours

Peu importe l'âge, l'exercice a une multitude de bienfaits physiques et psychologiques. L'activité physique améliore les troubles de la démarche, la force du bas du corps et l'équilibre, tous des facteurs importants pour éviter les chutes.

De plus, il est incontestable que l'activité physique est un facteur important dans la prévention de plusieurs maladies, dont la maladie coronarienne. C'est aussi un moyen entièrement naturel d'améliorer la concentration, la qualité du sommeil, l'humeur et de diminuer les symptômes de la dépression.

Peu importe l'activité ou le sport pratiqués, l'exercice régulier est l'une des meilleures choses que vous puissiez faire. Il n'est jamais trop tard pour se mettre à faire de l'exercice et en tirer des bénéfices, peu importe l'âge auquel on commence.

## Tout le monde gagne à bouger!

### Trouvez ce qui vous allume

Certes, le corps fonctionne maintenant plus au ralenti et les articulations sont plus rigides qu'elles ne l'étaient, mais pour la plupart des gens cela ne signifie pas l'abandon de tous loisirs actifs (Contre-indications).

Bouger, ça peut être simple, et il n'y a pas qu'une seule façon de mettre du mouvement dans notre vie. On peut choisir de s'activer à son rythme et selon sa condition physique, en solo, en famille ou entre amis, dehors ou en dedans, selon ce qui nous convient. Explorez les différentes options qui s'offrent à vous. Une fois que vous aurez trouvé l'activité qui vous allume, faites-en une routine.

### Bougeons ensemble

Si une vie sociale active et la participation régulière à des activités physiques ont une excellente influence sur la santé, leur jumelage bonifierait grandement leur effet sur la santé mentale et le bien-être. Pratiquer une activité physique en compagnie d'autres personnes favoriserait le développement du réseau social, du sentiment d'appartenance, des liens affectifs et de l'estime de soi.

Photo de Geert Pieters sur Unsplash

De plus, l'effet de groupe est un atout fort utile pour maintenir son assiduité. Savoir que nous sommes attendus donne moins l'occasion de se désister facilement. Avoir de la compagnie rend l'expérience encore plus conviviale. Une façon de se motiver l'un et l'autre.

Faire de l'activité physique avec d'autres : une combinaison gagnante pour notre santé!

***Michel Després***, président

---

### Cabane à sucre

Notre sortie annuelle à la cabane à sucre aura lieu le mercredi 5 avril. Venez vous sucrer le bec à la Cabane à sucre familiale Létourneau, 2063 chemin Royal, Sainte-Famille, Île d'Orléans.

Prix : 30 $ membre SBDL, 37 $ non-membre

Le transport se fera par co-voiturage Réservez vos place auprès de :

Responsable : Lilianne Lacroix 418 825-1527

### Brunchs Pizza Passion

Ne manquez pas notre brunch au restaurant Pizza Passion le dimanche 12 mars, à 11 h.
Prix : 10 $ membre SBDL, 15 $ non-membre
Réservation obligatoire

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

### Dîners communautaires

Nous vous invitons à notre prochain dîner communautaire du mardi 28 mars prochain au bâtiment du Parc des Saphirs, à 11 h 30. Inscription obligatoire.
Le bingo mensuel suivra après le dîner.
Prix : 7 $ membre SBDL, 12 $ non-membre

Responsables : Lilianne Lacroix 418 825-1527
Diane Fortier 418 825-0042

### Nos activités gratuites sans inscription

- Mise en forme Viactive : les lundis à 9 h 30 avec Josette Pelletier 418 847-5467 et Francine Tremblay.
- Les Grandes Marches : à 9 h 30 avec Sylvie Houde (418 576-8109), Louise Hamel et Yvon St-Gelais.
- Les Café-rencontres (Jeux pour tous) : à 13 h 30, 13 h pour les cartes.
- Jeux de cartes : Diane Fortier 418 825-004 et Denis Thomassin 418 825-2730.
- Jeux de société : Diane Clavet 418 825-2502.
- Jeux d'adresse - les 2e et 3e mardis du mois : Monique Vallée 418 825-3462.
- Le pickleball : les jeudis à 19 h 30 et les dimanches à 14 h avec Nelson Christensen 418 825-1999 et Yvon Thomassin 581 443-2959.

### Tournoi de kaiser (changement)

Dorénavant, les tournois de Kaiser auront lieu les premiers mardis du mois. C'est donc un rendez-vous les mardis 7 mars et 4 avril, à 13 h au Parc des Saphirs, 175 rue Kildare.

Coût 2 $ membre SBDL, 5 $ non membre
L`argent récolté est remis en bourse.

Inscription : Lilianne Lacroix 418 825 1527

### Conseil d'administration pour 2022-2023

| | |
|---|---|
| Michel Després, président | 418 849-2089 |
| Paul-Henri Fortier, vice-président | 418 825-2031 |
| Clémence Thomassin, secrétaire | 418 825-2206 |
| Jean-Marc Jennings, trésorier | 418 825-1527 |
| Lilianne Lacroix, adm, relationniste | 418 825-1527 |
| Diane Fortier, adm. | 418 825-0042 |
| Céline Marcoux, adm. | 418 825-3408 |

# Nouvelle mesure d'assistance

On entend une publicité à la télé qui parle de la nouvelle mesure d'assistance aux personnes. Mais qu'en est-il exactement?

Cette mesure permet à une personne qui vit une difficulté d'être assistée gratuitement par une ou deux personnes de son choix pour obtenir ou donner des renseignements à des tiers tout en conservant son pouvoir de décision.

Crédit photo: Google Curateurt Public:

Cette mesure diffère d'une procuration ou d'un mandat d'inaptitude car la personne continue à prendre ses décisions, à signer ses documents. Elle peut toutefois avoir besoin d'aide parce qu'elle a des restrictions physiques ou psychologiques (non-voyant, malentendant, anxiété, etc.) ou des difficultés à communiquer dans la langue.

Une demande doit être formulée auprès du Curateur public (le plus simple c'est d'inscrire dans la barre de recherche de Google - Curateur public - et ensuite de chercher mesure d'assistance. Lorsque la ou les personnes sont officiellement reconnues (maximum deux) par le Curateur public comme assistants au majeur, elles peuvent aider la personne en communiquant par exemple avec des tiers comme les services gouvernementaux, les institutions financières, les entreprises, les professionnels de la santé, etc.

Les exemples d'aide fournis sur le site du Curateur public sont l'obtention ou la transmission des renseignements pour les suivis médicaux, la communication avec un fournisseur de service pour vérifier une facture, un paiement, la vérification d'opérations bancaires, la vérification d'une police d'assurance, la vérification auprès d'un organisme gouvernemental pour l'état de traitement d'une demande, etc.

## Pour faire la demande

Il est possible de faire une demande en ligne à partir du site du Curateur public (https://www.quebec.ca/justice-et-etat-civil/protection-legale/mesure-assistance/a-propos). Il suffit de cliquer sur faire une demande. Il est également possible de faire une demande en téléchargeant et remplissant le formulaire.

## Avantages de la mesure d'assistance

Étant donné que la personne reconnue sera inscrite au Registre public des assistants, elle pourra communiquer auprès de tous les intervenants. En d'autres mots, la persone qui désire être assistée n'aura pas à contacter plusieurs fournisseurs de services pour se faire représenter et aucune procédure judiciaire n'est requise, ni évaluation médicale ou psychosociale.

Comme mentionné précédemment, la mesure d'assistance permet à une personne d'être aidée, mais elle conserve ses droits et reste maître de ses décisions et de ses avoirs. L'assistant au majeur ne peut signer des documents à la place de la personne assistée, prendre des décisions à sa place, signer un contrat, effectuer une transaction bancaire, etc.

## Une mesure sécuritaire

Avant d'inscrire une personne au Registre public des assistants, des vérifications sont effectuées dont s'il a des antécédents judiciaires, et ce, dans le but d'éviter les abus à la personne aidée.

***Doris Tessier***

Recherches : Curateur public, article - Protégez-vous Assistant au majeur 22 décembre 2022.

# Pratiquez les sports d'hiver en toute sécurité

Que vous pratiquiez des sports d'équipe comme le hockey ou des activités comme la glissade ou le patinage, pensez à la sécurité de vos enfants en prenant quelques précautions.

## N'oubliez pas le casque

Prévenez les blessures à la tête et aux yeux en faisant porter aux enfants l'équipement de sécurité adéquat pour le sport qu'ils pratiquent. Fournissez de l'équipement de la bonne taille et assurez-vous qu'il soit porté correctement. Un casque doit être bien ajusté à la tête et ne doit pas se balancer ni tourner.

De plus, le casque doit être en bon état. Vérifiez s'il y a des fissures, du rembourrage manquant, des tiges déformées ou des pièces manquantes. N'achetez pas de casque, de masque ou de visière qui a subi un choc important et ne les modifiez jamais.

Les casques ne peuvent pas prévenir les commotions cérébrales, mais ils peuvent en réduire la gravité et prévenir d'autres lésions cérébrales graves, comme les fractures du crâne.

## Patinez en sécurité

Assurez-vous de la sécurité de la glace avant d'entreprendre toute activité. Lorsque vous emmenez les enfants patiner sur une rivière ou un lac gelé, assurez-vous que l'épaisseur de la glace est d'au moins 10 centimètres (quatre pouces). Évitez les zones où de l'eau libre est visible.

Patinez avec vos enfants dans la même direction que les autres personnes sur la glace. Les enfants qui sont plus lents devraient patiner près des côtés de la patinoire et vous devriez les accompagner.

## Réchauffez les muscles

Vous ne pouvez prévenir toutes les ecchymoses et les éraflures, surtout dans le contexte des sports, mais vous pouvez contribuer à réduire la fréquence et la gravité des blessures.

Encouragez les enfants à s'échauffer pendant au moins cinq minutes avant de jouer. Les blessures sont plus fréquentes lors de la pratique d'un sport quand les muscles des enfants sont tendus et qu'ils ne sont pas réchauffés.

***Lucille Thomassin***

CHABOT
CONSTRUCTION
ENTREPRENEUR GÉNÉRAL ET SPÉCIALISÉ
418, avenue Sainte-Brigitte,
Sainte-Brigitte-de-Laval QC
G0A 3K0
Martin Chabot
Cell: 418 808-0588
Tél. : 418 825-1954
CHABOTCONSTRUCTION.CA
RBQ:5604-4233-01

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
Esso
ESSO EXTRA
Accumulez des points sur vos achats* en magasin !
optimum
*certaines conditions s'appliquent

# La maison intergénérationnelle, une formule qui gagne en popularité.

Depuis quelques années, les propriétés intergénérationnelles connaissent une popularité croissante auprès des acheteurs immobiliers. Elles sont conçues pour accueillir deux générations ou plus d'une même famille.

En termes de conception, ces propriétés peuvent être construites de façon à ce que chaque génération dispose de son propre espace de vie privé, mais avec des espaces communs pour socialiser. Elles offrent de nombreux avantages pratiques, ce qui en fait un choix attrayant pour de plus en plus de personnes.

L'un des principaux avantages des propriétés intergénérationnelles est la proximité des membres de la famille. Les parents âgés peuvent rester proches de leurs enfants adultes et de leurs petits-enfants tout en conservant leur indépendance. Cette proximité permet également de renforcer les liens familiaux et de favoriser la communication entre les générations.

Les propriétés intergénérationnelles offrent également des avantages financiers, ce qui n'est pas à négliger en cette période d'inflation. Les membres de la famille peuvent partager les dépenses courantes telles que les factures d'électricité et des frais d'entretien.

En outre, les propriétés intergénérationnelles peuvent offrir une plus grande sécurité pour les parents âgés. Les enfants adultes peuvent offrir un soutien émotionnel et physique en cas de besoin. Ce type de propriété peut également être équipé de caractéristiques de sécurité supplémentaires telles que des rampes d'accès, des barres d'appui, des tapis antidérapants et des alarmes de sécurité pour aider à prévenir les accidents.

La popularité grandissante des propriétés intergénérationnelles peut également être attribuée à la croissance de la population vieillissante. Selon les prévisions démographiques, la proportion de personnes âgées de plus de 65 ans devrait continuer à augmenter dans les années à venir. Ces personnes auront besoin de logements adaptés à leurs besoins en matière de santé et de sécurité. Les propriétés intergénérationnelles offrent une solution idéale pour répondre à ces besoins en offrant un hébergement sécurisé et adapté aux personnes âgées.

La pandémie de COVID-19 a évidemment contribué à accroître la popularité des propriétés intergénérationnelles. Les restrictions de visite et l'isolement ont mis en évidence l'importance de rester proche de ses êtres chers.

*Carole Fortin*
*Courtier immobilier résidentiel*

RE/MAX Référence 2000
3333, rue du Carrefour, bureau 250
Québec (Québec) G1C 5R9
Bur.: 418-666-5050
Cel.: 418-951-8856

# Conseils de voyage

Que vous planifiez un voyage vers un décor hivernal féerique ou une escapade avec les enfants vers une destination soleil, voici quelques conseils utiles pour faciliter votre passage au point de contrôle.

## Bagages enregistrés ou bagages de cabine

Faites la différence

Si une destination soleil se dessine à l'horizon, l'écran solaire est de rigueur. Avant d'en ranger une bouteille ou deux dans votre bagage de cabine, n'oubliez pas la règle sur les liquides, aérosols et gels (LAG) transportés en avion. Tous les LAG transportés dans les bagages de cabine doivent être dans des contenants de 100 ml ou moins et tenir dans un sac de plastique transparent et refermable d'un litre. Si vous avez besoin d'un contenant d'écran solaire de grand format, placez-le dans vos bagages enregistrés.

Il vaut mieux placer les articles fragiles et dispendieux dans vos bagages de cabine. Les articles comme les bijoux et les appareils photo peuvent demeurer dans vos bagages pendant le contrôle. Si vous transportez un ordinateur portatif, il doit être entièrement chargé, sorti de son étui et déposé dans un sac sans rien dessus.

## La planification est essentielle

Les aéroports de partout au pays sont achalandés ce temps-ci de l'année. Prévoyez suffisamment de temps pour vous rendre à l'aéroport et à votre porte d'embarquement.

Entre la circulation, le stationnement, l'enregistrement auprès du transporteur aérien et la sécurité, le fait de disposer de suffisamment de temps permet d'éviter tout stress en cas de retard inattendu. Il est conseillé à tous les voyageurs d'arriver au moins deux heures à l'avance pour les vols intérieurs et trois heures à l'avance pour les vols aux États-Unis et vers d'autres destinations internationales.

## Revenez-vous avec des achats hors taxes?

Si vous prenez un vol de correspondance au Canada à votre retour, sachez que tous les achats doivent être placés dans un sac de sûreté officiel scellé et accompagné d'un reçu détaillé. Les sacs de sûreté officiels sont utilisés dans plusieurs pays du monde.

Que vous comptiez dévaler les pentes pendant la semaine de relâche ou aller dans le sud pour faire le plein de vitamine D, une bonne préparation est essentielle à la réussite de tout voyage.

***Lucille Thomassin***

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

Groupe Altus
Évaluation et fiscalité municipale
Analyse immobilière
Solutions technologiques
Géomatique
1265, boulevard Charest Ouest,
bureau 1200, Québec (Qc) G1N 2C9
T 418.628.6019 F 418.628.5200
www.groupealtus.com

SH MACHINERIE inc.
SÉBASTIEN HUOT
Cell.: 418-264-5454
Fax : 418-825-5133
shmachinerie@hotmail.com
RBQ : 5629-7039-01
www.shmachinerie.com
Terrassement / Transport de vrac / Drain de fondation
Excavation de tout genre / Entrée d'eau / Installation septique

*Lucille Thomassin*

# La mesure de santé publique à laquelle vous n'aviez peut-être pas songé

À présent, la plupart d'entre nous connaissent probablement certaines des mesures de base que nous pouvons prendre pour rester en bonne santé. Par exemple, chanter deux fois *Joyeux anniversaire* pour s'assurer que nous lavons nos mains assez longtemps, porter un masque bien ajusté dans les lieux intérieurs bondés et tousser ou éternuer dans le creux de notre bras et non dans nos mains. Et bien sûr, rester à la maison si nous nous sentons malade.

## Une bonne ventilation

Mais il y a une autre chose que vous pouvez faire et qui ne vous vient peut-être pas forcément à l'esprit : améliorer la ventilation intérieure.

Une bonne ventilation intérieure peut contribuer à réduire la propagation des virus respiratoires comme la COVID-19, le VRS et la grippe. Les personnes infectées propagent ces virus en libérant des particules infectieuses dans l'air. Une bonne ventilation contribue à réduire le niveau de particules potentiellement infectieuses dans l'air, en remplaçant l'air intérieur par de l'air extérieur, ce qui est particulièrement important lorsque vous êtes en présence de personnes qui ne font pas partie de votre ménage immédiat.

Photo : L'Union

Autrement dit, plus un espace est aéré, moins vous risquez de respirer des particules infectieuses pouvant vous rendre malade.

Mais que pouvons-nous faire pour améliorer la ventilation à la maison par temps froid, alors que les rassemblements se déroulent souvent à l'intérieur ?

## Des petits gestes efficaces

Il existe une multitude de petits gestes qui peuvent s'avérer étonnamment efficaces :

- Ouvrir les fenêtres et les portes chaque fois que c'est possible, même s'il fait froid ou qu'il pleut dehors. Laisser entrer l'air extérieur pendant quelques minutes peut aider.

- Faire fonctionner en continu la hotte de cuisine ou le ventilateur de la salle de bain à faible vitesse et ouvrir une fenêtre (même si elle se trouve dans une autre pièce) pour renouveler l'air.

- Utiliser un purificateur d'air doté d'un filtre à haute efficacité pour les particules de l'air (appelé filtre H.E.P.A.), dont la taille est adaptée à la pièce.

- Nettoyer ou remplacer régulièrement les filtres de votre système de chauffage, de ventilation et de climatisation (CVC). Faire fonctionner en permanence un ventilateur-récupérateur de chaleur (VRC) ou un ventilateur-récupérateur d'énergie (VRE), si votre maison en possède un.

Ces mesures peuvent sembler basiques, mais elles peuvent améliorer la qualité globale de l'air dans votre maison, en particulier lorsque vous recevez votre famille et vos amis.

*Diane Clavet*

# Sauce à spaghetti à la mijoteuse

Essayez cette recette facile de sauce à spaghetti à la mijoteuse, un véritable délice qui se cuisine presque tout seul.

## Ingrédients

- 2 lb boeuf haché
- 1 boîte de conserve (796 ml) tomates en dés
- 1 boîte de conserve (796 ml) tomate broyées
- 2 boîtes de conserve (156 ml chacune) pâte de tomates
- 3 carottes hachées
- 2 oignons hachés
- 1/2 piment vert haché grossièrement
- 1/2 piment rouge doux, haché grossièrement
- 2 gousses d'ail pressées
- 1/3 pot épices à spaghetti à la viande style El Ma Mia H-16
- 3 cuillères à table sauce chili
- 3 cuillères à table sauce à steak style HP2 cuillères à table huile d'olive
- 2 feuilles de laurier
- sel et poivre au goût

## Préparation

1. Faire brunir le boeuf haché dans une poêle, puis le mettre dans la mijoteuse.
2. Ajouter tous les autres ingrédients. Bien mélanger.
3. Régler la mijoteuse à haute température pour 4 heures de cuisson

Pour une mijoteuse de 5 pintes. (16 portions)

# La pétasite géante, une plante envahissante

Quand on pense aux plantes envahissantes, on s'imagine souvent le roseau commun ou la renouée japonaise, traversant les océans à bord d'un gros navire-cargo. On pense à ces palettes de transport qui ont possiblement importé les premiers fragments de racines de ces vilaines plantes qui ont envahi le paysage.

Les jardiniers et les horticulteurs cumulent eux aussi quelques introductions de plantes envahissantes. La pétasite géante (Petasites japonicus subsp. giganteus) même si elle est «donc ben belle en bordure du sous-bois» fait partie de ces vilaines dont on devrait apprendre à se passer. Il est vrai, la pétasite géante a son charme mais…

## Petites infos sur cette grande envahissante

La pétasite géante est une plante originaire du Japon, de la Corée et de quelques îles de la Russie orientale. C'est une plante vivace qui renaît du sol chaque printemps, émettant d'abord une tige trapue garnie de fleurs jaune pâle, plus ou moins intéressantes. Apparaissent ensuite les feuilles, qui peuvent mesurer jusqu'à un mètre de largeur. Avouez que c'est assez formidable !

La plante aime les sols légèrement humides et les sous-bois frais. C'est donc une plante idéale pour donner une touche de wow ! au jardin d'ombre. Et c'est la principale raison qui explique sa grande popularité auprès des jardiniers passionnés. En somme, c'est une plante assez spectaculaire, il faut le reconnaître et c'est d'ailleurs une des plantes vedettes du célèbre ravin aux Jardins de Quatre-Vents. Elle est aussi mise en valeur dans de nombreux somptueux jardins privés d'Amérique du Nord.

*Les fleurs des pétasites géantes apparaissent avant la sortie des feuilles. Remarquez tout ce sol à nu.*

Photo : Malaches sur Wikimedia Commons

On croit que cette plante asiatique aurait fait son entrée en Amérique du Nord par la Colombie-Britannique. Puis elle a lentement fait le chemin vers l'est. Au Québec, on la trouvait présente dans les milieux naturels en 2007. Cela en fait une introduction assez récente, comparée à plusieurs autres plantes exotiques envahissantes.

Jusque-là, rien de bien alarmant, au contraire. Mais… cela se complique, en partie grâce à son mode de reproduction végétatif. La pétasite se multiplie par des rhizomes souterrains qui colonisent lentement mais sûrement l'espace. Ainsi la colonie s'agrandit de quelques mètres chaque année. D'ailleurs, la plante est dioïque, ce qui veut dire qu'elle se multiplie rarement par semis. Elle n'est pas aussi simple à déloger. C'est une de ces plantes qu'on a beau déterrer, récolter le plus de racines possible, il en reste toujours un petit morceau oublié qui revient à la charge.

*Les rhizomes de la pétasite géante sont coriaces et difficiles à extirper. Et ceux-ci émettent d'autres rhizomes plus fins, prêts à conquérir de nouveaux territoires. Un simple fragment oublié dans la sol et la plante renaît.*

Photo : Ruckszio sur Shutterstock

Selon le Programme pour la lutte contre les espèces exotiques envahissantes, une plante exotique envahissante est une plante « introduite hors de son aire de répartition naturelle, ayant la capacité de s'y établir et de se reproduire avec succès et dont la propagation peut avoir des conséquences environnementales, économiques et sociales importantes ». Il y a donc un petit côté fascinant à ces plantes venues d'ailleurs. Elles sont capables de s'adapter à leur nouvelle terre d'accueil… et un peu trop au goût des autres plantes du milieu naturel. La pétasite est une habituée des sols humides et ce n'est pas surprenant qu'elle se sente un peu trop chez elle dans nos jolis bords de ruisseaux en milieu forestier.

Le véritable souci avec la pétasite est que là où elle s'installe, rien d'autre ne pousse. Et c'est là une des caractéristiques des plantes exotiques envahissantes : représenter une menace pour la biodiversité du milieu naturel. Tout le sol se trouvant sous les larges feuilles est complètement privé de lumière. Fini les fougères, fini les trilles, fini les lycopodes, les petites violettes et la claytonie de Caroline… C'est donc sans gêne que Julie Boudreau affirme que la pétasite est une plante nuisible aux autres espèces.

À l'heure actuelle, au Québec, il y a 18 espèces désignées comme des espèces floristiques exotiques envahissantes prioritaires. Cela signifie que ce sont des plantes que l'on surveille de très très près, en matière de prévention, de détection, de suivi et de contrôle. Sur cette liste des pires des pires, on reconnaît bien sûr le roseau commun (Phragmites australis) et la renouée du Japon (Reynoutria japonica syn. : Polygonum japonicum). Étonnamment, l'érable de Norvège (Acer platanoides) s'y trouve aussi. Ces mal-aimées sont reconnues pour leurs impacts négatifs sur l'environnement et parfois même sur l'économie. Elles peuvent représenter une menace pour la disparition d'espèces indigènes. Leur gestion et leur contrôle peuvent générer des coûts astronomiques. Dans certains cas, leur présence peut même faire baisser la valeur d'une propriété ou d'un terrain.

*Il est vrai que la pétasite géant a son charme mais…* Photo : Pixabay

Lorsqu'on fait le rapprochement entre le comportement de la pétasite du Japon en milieu naturel et la définition des plantes exotiques envahissantes, on ne peut qu'arriver à un constat quelque peu inquiétant. On la voit de plus en plus souvent dans les jardins et aussi coloniser de jolis sous-bois naturels dans les cours arrière de ces beaux jardins qui ont la forêt comme fond de scène. C'est préoccupant. Quand on a vu la grande berce être d'abord une plante de collectionneur pour ensuite devenir la plante à abattre, on ne peut que prévoir un sort similaire à la pétasite géante. Julie Boudreau n'est pas la seule professionnelle de l'horticulture à penser que c'est un cadeau empoisonné.

***Jocelyne Clavet***

Source : Julie Boudreau, horticultrice, article publié dans le Jardinier paresseux

RÉFRIGÉRATION CHEVARIE
RBQ.: 5727-8202-01
Vente / Installation / Réparation / Entretien
YVES CHEVARIE
Commercial et Industriel
581-982-9762
refrigerationchevarie@gmail.com
https://www.refrigeration-chevarie.ca
/refrigeration.chevarie
47 rue Kildare, Sainte-Brigitte-de-Laval, Québec, G0A 3K0

ÉBÉNISTERIE MG
QUALITÉ & SAVOIR-FAIRE DEPUIS 2003
24, du Domaine
Sainte-Brigitte-de-Laval
Québec G0A 3K0
T 418 825-1093
F 418 825-1092
ebenisteriemg2003@live.com
Cuisine, salle de bain et mobilier

CATHERINE Théoret NOTAIRE
Conseillère juridique
T : 418.914.9104
F : 1.866.610.7265
catherinetheoret@notarius.net
10, rue Odette-Pinard
Québec (Québec) G1E 5P4

# SOS besoin d'une nouvelle télé!

**À quand remonte la dernière fois que vous avez magasiné pour une télévision? Il y a 10 ans? 15 ans? Les technologies ont tellement changé depuis ce temps, qu'on ne sait plus où donner de la tête. QLED, OLED, Ultra HD, 8K sont tous des termes utilisés dans le jargon de la vente de télévision. Si vous pensez à changer la vôtre prochainement, voici quelques pistes de réflexion avant même de vous rendre en magasin.**

## Démystifier les termes LED – QLED – OLED

C'est inévitable, si vous commencez votre repérage, vous serez certainement confronté aux abréviations LED, QLED et OLED. Celles-ci représentent la technologie de fabrication de l'écran qui est devant vous. Nous ne passerons pas en détails les qualifications techniques de chacune, mais voici plutôt où elles se situent dans le marché et ce qui les différencie principalement :

**LED | $**

Les écrans LED (ou DEL en français) représentent actuellement la technologie d'entrée de gamme. C'est une télévision plus **abordable** avec une **excellente définition** pour ceux et celles qui écoutent la télévision de temps à autre, sans attente particulière pour ce qui est des couleurs.

**QLED | $$**

Les modèles appelés QLED sont en quelque sorte la version améliorée des écrans LED utilisant une technologie semblable, mais bonifiée par sa **forte luminosité,** l'**absence de reflet** et ses **couleurs éclatantes** qui conviennent bien aux pièces très éclairées. Son **temps de réponse ultra rapide** plaît aux amateurs de jeux vidéo. Un excellent achat à long terme.

**OLED | $$$**

Les écrans OLED, généralement plus dispendieux, tirent leur force dans la **puissance du noir** et dans la **netteté de l'image**. C'est l'idéal pour les grandes pièces avec plusieurs places assises puisque son **angle de 45 degrés** est plus large, donc l'image sera toute aussi claire de côté comme de face. La **faible consommation d'énergie** fait aussi partie de ses atouts.

## Téléviseur intelligent, en avez-vous besoin?

Le terme « intelligent » pour décrire une télévision fait simplement référence à si, oui ou non, elle se connecte à Internet. Écoutez-vous du contenu sur des plateformes Web comme Netflix ou Crave? Si oui, vous devriez opter pour un modèle intelligent puisque la tendance est de plus en plus vers ceux-ci. D'un autre côté, si vous n'avez pas l'option « intelligente », vous pouvez sans problème y ajouter un terminal IP, une console de jeux ou un appareil de type *Firestick* pour vous connecter à Internet, mais cela demande un peu plus de manipulation.

**BON À SAVOIR!**

Le nombre de ports HDMI peut varier d'une télévision à l'autre. Lors de votre magasinage renseignez-vous à ce sujet si vous êtes du genre à utiliser une barre de son, un terminal numérique ou IP et plusieurs consoles de jeux.

## Choisir la bonne résolution d'image : Haute définition (1080p) ou Ultra haute définition (4K ou 8K)

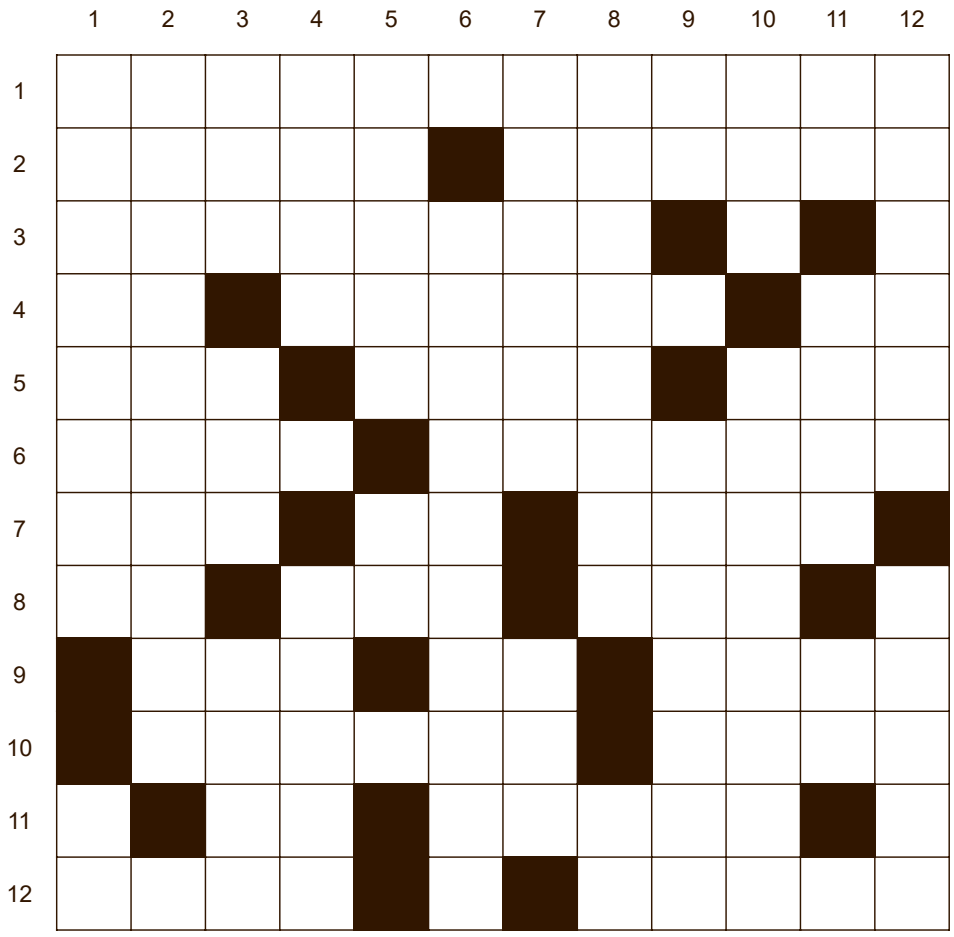
Plus vous choisirez un écran de grande dimension, plus il sera bénéfique d'avoir une haute résolution pour que l'image soit de bonne qualité. Ce n'est pas une surprise, le prix va en conséquence. Cela exercera aussi une influence sur la distance idéale à respecter entre vos yeux et l'écran. Pour une résolution de 1080p, il est conseillé d'avoir 2 à 3 fois la distance de la diagonale de l'écran. Pour du 4K ou du 8K, on peut être beaucoup plus proche. On pense plutôt à 1 à 2 fois la distance de la hauteur de l'écran.

Que vous préfériez l'achat en ligne, les magasins grandes surfaces ou les boutiques spécialisées en électronique pour vous dénicher votre prochain téléviseur, les conseils donnés dans cet article restent les mêmes. Reste à voir sur quelle télévision brancherez-vous votre terminal numérique ou IP fourni par la CCAP.

CCAP 418.849.7125 | ccapcable.com |

# Mots croisés

***Gabrielle Landry, verbicruciste***



## Horizontal

1. Ils fabriquent des objets en fer-blanc
2. Apéritif - Agrémentera
3. Municipalité en Alberta
4. Route rurale - Chant liturgique - Centilitre
5. Fleur jaune très odorante autrefois utilisée en médecine - Société du Logement de la Région de Bruxelles - Professeure
6. Dernière dynastie impériale de Chine - Du grec dauphin
7. Unité d'éducation continue - Pronom - Prénom irlandais
8. Erbium - Poil court - Argile ocre
9. Ébranlé - Province canadienne - Boulangerie du biscuit Whippet
10. Sable très fin - Code de la Base aérienne de Basilio Fernando
11. Deux - Institut national du sport, de l'expertise et de la performance
12. Conifères - L'agrile le ravage

## Vertical

1. Corporation civile d'une paroisse - Avis de paiement
2. Vivaces à poils étoilés généralement jaunes ou oranges
3. Ressources éducatives libres - École nationale de cirque - Extrémité des membres
4. Black Riders Liberation Party - Pierre précieuse rouge vif
5. Dépôt sédimentaire - Cela
6. Municipalité dont le maire est Roland Montpetit
7. Début de la croissance de la vigne - Cable News Network
8. Peupliers de l'Europe - Sans frais
9. Indium - Enivrer quelqu'un
10. Électroencéphalogramme - Prénom masculin
11. Numismatique pour précieuse - Pelage de certains mammifères - Or
12. Sédiments - Arbre du bord des eaux au bois rougeâtre et à l'écorce tannifère

Les définitions en gras sont des rues de SBDL. Solution p. 16

# Lettres ouvertes

Les membres du conseil d'administration du journal Le Lavalois 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 Lavalois***

Actions Sentiers Lavallois

## Assemblée générale annuelle

Mercredi le 29 mars 2023, à 19 h
Parc des Saphirs, salles 3-4
175 rue, Kildare

Ordre du jour

1. Présentation du rapport annuel 2022.
2. Élection à tous les postes d'administrateurs.
3. Perspective 2023.

Le conseil d'administration d'Actions Sentiers Lavallois.

---

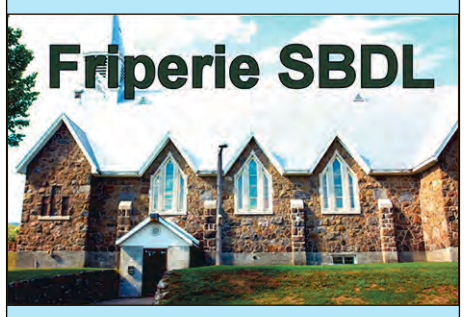
## Avis de clôture d'inventaire

Prenez avis que Monsieur Benoit Demers, en son vivant domicilié au 33, rue de la Promenade, à Sainte-Brigitte-de-Laval, est décédé à Québec, le 5 septembre 2022. Conformément à la loi, un inventaire de ses biens a été dressé par le liquidateur Rosaire Demers le 11 février 2023 et peut être consulté par toute personne démontrant une raison valable en écrivant au liquidateur : 10, rue Industrielle, Saint-Flavien, G0S 2M0.

Rosaire Demers, liquidateur

**Friperie SBDL**

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.




La Friperie est ouverte dans son nouveau local au sous-sol de l'église, 1, rue du Couvent

Nouvelles heures d'ouverture
Lundi - 10 h à 17 h
Mardi - 10 h à 17 h
Mercredi - 10 h à 20 h
Jeudi - 10 h à 18 h

Le dépôt de marchandises se fait au 4, rue de la Patinoire

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

418 928-0919


## Le Lavalois

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

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

## L'équipe du Lavalois

**CONSEIL D'ADMINISTRATION**

| | |
|---|---|
| Lucille Thomassin, présidente | 418 948-2610 |
| André Lachapelle, v.-président | 418 825-3035 |
| Doris Tessier, secrét.-trésorière | 581 459-2530 |
| Diane Clavet, administratrice | 418 825-2502 |
| Louise Côté, administratrice | 418 948-8947 |
| Rita Boucher, administratrice | 418 948-0954 |
| Alain Bouchard, dir. photographe | 418 934-0121 |

**COLLABORATEURS**

Jocelyne Clavet, montage
Marie-Andrée Renauld, montage
Gabrielle Landry, verbicruciste
Sabrina Turgeon Savoie, site Web
François Beaulieu, site Web
Audrey Duchesne, publicité


## Calendrier du Lavalois

**2023**

| Tombée | Sortie |
|---|---|
| 05 avril | 14 avril |
| 03 mai | 12 mai |
| 07 juin | 16 juin |
| 02 août | 11 août |
| 06 septembre | 15 septembre |
| 04 octobre | 13 octobre |
| 08 novembre | 17 novembre |
| 06 décembre | 15 décembre |


**COLLABORATEURS**

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



DDLG 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 3KO
Réparation d'électro ménagers
Service à domicile
(418) 623-8586
ref.gilbert@hotmail.com

# hop pour le cinéma

**Terminal HOP en promotion à 100 $***

## *Vos mêmes bons films, avec plus de style.*

*Certaines conditions s'appliquent. Terminal HOP nécessaire. Tarif promotionnel de 100 $ /terminal (prix régulier de 200 $) pour un temps limité ou jusqu'à épuisement des stocks. Maximum de 3 terminaux en promotion par membre. Taxes en sus.

CCAP

ccapcable.com
418.849.7125