

L'Echo du Lac

POUR TOUT TROUVER
À LAC-BEAUPORT
LACBEAUPORT.COM

Le mensuel qui vous informe à Lac-Beauport, Stoneham-et-Tewkesbury et Lac-Delage



Les Saltimbanques

PAGE 29

DU THÉÂTRE 100 % STONEHAM !

VISITEZ LE NOUVEAU SITE INTERNET DE L'ÉCHO À LACBEAUPORT.COM

Conseil municipal BILAN DE MI-MANDAT

PAGES 3 À 5



Un nouveau livre pour YVES LA ROCHE !

PAGE 31



SECTION NOËL

PAGES 19 À 23



André Dussault
courtier immobilier
418 849-0555
www.andredussault.com

ROYAL LEPAGE
Inter-Québec

LAC BEAUPORT

CONSTRUCTIBLE

Terrain de 41 000pc avec accès au Lac en copropriété, avec plan d'implantation, permis de construction, plan de propriété et test de sol. 139 000 \$

LAC BEAUPORT

CONSTRUCTIBLE

Magnifiques terrains avec vue imprenable sur les montagnes. Très grande superficie. En bas du prix du marché !
1.8 042,70 mc 89 000 \$ 2.11 169,40 mc 97 000 \$

LAC BEAUPORT

CONSTRUCTIBLE

LES BOISÉES DE LA SEIGNEURIE. Superbe terrain de 43 000pc, dans un quartier haut de gamme! 195 000 \$

ACTUALITÉ

Par Malory Lepage

malory@leseditionsprime.ca

Services incendie du territoire Une mise en commun dès 2016 ?

Le 4 novembre dernier, les mairesses de Lac-Beauport et de Sainte-Brigitte-de-Laval ainsi que le maire de Stoneham-et-Tewkesbury ont annoncé leur intention d'allier leurs services incendie. Une telle mise en commun des ressources matérielles et humaines — regroupant une centaine de pompiers — viserait à protéger les citoyens et améliorer l'efficacité des interventions, en plus de générer de possibles économies pour les contribuables.

Selon le maire de Stoneham-et-Tewkesbury Robert Miller, cette initiative se traduirait concrètement par « une réponse améliorée à la tête de la force de frappe requise en cas d'incendie et un meilleur service à l'ensemble de nos citoyens ». Présent lors de l'annonce, le directeur général de l'Association des chefs en sécurité incendie du Québec, Gilles La Madeleine, souligne les avantages d'une telle mise en commun : « Quand on a 100 hommes sous notre responsabilité, on est capable de mettre un système de garde permettant d'en avoir un certain nombre continuellement. » Il ajoute qu'en raison de la vocation généralement d'ortoire des trois municipalités, « les pompiers volontaires à temps partiel [...], quand ils ne sont pas sur le territoire, ne peuvent pas être disponibles aussi rapidement » avec la configuration actuelle des services.

Afin d'appuyer ses propos, M. La Madeleine a fait référence à des cas de regroupements similaires. « L'exemple de L'Isle-Verte fait belle preuve que, lorsqu'on est en commun et dirigés par une seule équipe de gestionnaires, on est capables de répondre efficacement », martèle M. La Madeleine. « Surtout dans les périodes de pointe, de jour, lorsque la plupart de nos pompiers [...] sont à l'extérieur [de la ville] », ajoute-t-il. Rappelons que le rapport de la tragédie survenue en 2014 recommandait aux petites municipalités de « regrouper leurs services incendie, afin d'éviter le cafouillage dans des moments cruciaux ».

De plus, les élus soutiennent que cette nouvelle structure permettrait de faire des économies considérables. « Les nouvelles



Mme Wanita Daniele, M. Robert Miller et Mme Louise Brunet désirent mettre en commun les services incendie de leur municipalité respective.

normes en sécurité incendie sont très élevées », affirme la mairesse de Lac-Beauport Louise Brunet. Et les équipements sont très dispendieux : « Un camion de pompiers à échelle, c'est 1,5 M\$ », Mme Brunet admet que « c'est le nerf de la guerre », tout comme la question de sécurité des citoyens. Cependant, elle soutient qu'aucune mise à pied ne résulterait de ce regroupement : « On garde nos pompiers. » De son côté, la mairesse de Sainte-Brigitte-de-Laval Wanita Daniele, assure que tout le

monde sortirait gagnant de cette initiative. « On se retrouve avec un service qui regroupe [...] une centaine de pompiers, alors c'est profitable pour tout le monde. »

Au courant des prochains mois, les municipalités engageront un consultant afin d'étudier le projet. Quant au moment exact où ces mesures pourraient prendre effet, les élus restent vagues. « Possiblement qu'en 2016 on pourrait arriver à une entente », avance Mme Brunet.

Joyeuses
fêtes!

HORAIRE POUR LA PÉRIODE DES FÊTES

24 DÉCEMBRE	25 AU 28 DÉCEMBRE	31 DÉCEMBRE	1 ^{ER} AU 4 JANVIER
Fermeture à 13 h	Fermé	Fermeture à 13 h	Fermé

L'horaire régulier est en vigueur pour les autres jours.

418 626-1146

www.desjardins.com/caisse-charlesbourg

MA CAISSE
Créatrice
de valeur



Desjardins
Caisse populaire
de Charlesbourg

ACTUALITÉ

Par Amélie Légaré

amelie.legare@gmail.com

Bilan de mi-mandat du conseil municipal

Deux années bien remplies

En septembre 2013, l'Équipe Avenir Lac-Beauport remportait les élections et débutait son premier mandat officiel au conseil municipal. Malgré la division qui règne au sein du parti depuis un peu plus d'un an, les intérêts de la population semblent demeurer au cœur des décisions. Quelles sont les fiertés et les réalisations du conseil jusqu'à maintenant? L'Écho dresse un bilan de mi-mandat avec l'ensemble des conseillers.

LOUISE BRUNET, MAIRESSE

« Les deux premières années de notre mandat, on a quand même travaillé très fort. Le conseil et moi avons réalisé quand même de beaux projets », affirme Louise Brunet. La mairesse fait notamment référence au dossier des Sentiers du Moulin et au projet Exalt. « L'école s'achève, ça va être un beau quartier », ajoute-t-elle. Le CPE a également donné du fil à retordre à l'équipe « suite à des problématiques de terrain. J'ai pu aller avec [la directrice Natalie-Anne] Papineau au ministère de la Famille, et en fin de compte tout s'est bien passé, tout s'est réglé. On va garder notre CPE juste à côté de l'école », précise Mme Brunet. Selon la mairesse, le conseil

a également « tenu une promesse électorale du côté commercial » en favorisant le développement du boulevard du Lac. Un autre dossier sur lequel elle a dû travailler est celui du transport collectif. « J'ai eu des discussions avec [la députée Véronique] Tremblay, avec la MRC, donc on a réussi en fin de compte à convaincre les conseillers de garder le transport collectif, au moins pour un an, le temps de réévaluer. »

« Je suis bien heureuse de mon mandat dans le fond, malgré toutes les péripéties du conseil », confie la mairesse. Toutefois, elle avoue que la situation « n'est pas toujours facile » avec un conseil minoritaire. « Tout le monde ensemble, on réussit à finir par



Louise Brunet



Marc Bertrand

s'entendre sur des projets. J'espère que cela va continuer en 2016. » La mairesse mentionne également l'importance de continuer à consulter la population dans le futur « pour avoir le pouls de la population; c'est vraiment important pour prendre de bonnes décisions, alors c'est certain qu'on va continuer dans ce sens-là ».

MARC BERTRAND

D'entrée de jeu, Marc Bertrand souligne également le dossier de l'école. « Dès le départ, il y avait la localisation de l'école qui était importante. Ça été un enjeu majeur dans toute cette campagne-là », indique le conseiller. « Je peux vous dire qu'on a travaillé fort. À mon avis, reprendre un chantier en plan comme

LE MANOIR DU LAC DELAGE
★ depuis 1964 ★

Soyez en beauté
POUR VOTRE PARTY DE BUREAU

AU SPA DU MANOIR DU LAC DELAGE

MAQUILLAGE 45\$ — prix régulier : 55\$ —	MANUCURE 35\$ — prix régulier : 40\$ —
--	--

Spécial

PROMO MASSAGE 60 MINUTES **70\$** — prix régulier : 80\$ —

SUR RÉSERVATIONS : 418 848-0691 — 1 866 848-0691

www.lacdelage.com

polyclinique du lac

Chiropratique
Physiothérapie
Massothérapie
Acupuncture
Orthèses
Psychologie
Psychoéducation / Sexologie
Soins podologiques
Naturopathie

Tous nos meilleurs vœux de bonheur et de santé pour un heureux temps des Fêtes !

1020-F, boul. du Lac
Lac-Beauport
Tél. : 418 849-9566
polycliniquedulac.com

Partenaire : Soins podologiques du Lac

Horaires des Fêtes sur www.polycliniquedulac.com

SUITE ARTICLE P.3

ça, aussi rapidement qu'on l'a fait, ce n'est pas si facile que ça », précise-t-il. « Dès le début, avec ces deux dossiers-là, on concrétisait nos engagements, à mon avis, d'être indépendants et d'être honnêtes là-dedans. » Les membres du conseil ont négocié avec le promoteur du nouvel hôtel et ont fait preuve de flexibilité pour mener à terme le projet. « On a récupéré tout de suite ce dossier-là et je pense qu'on peut l'annoncer, le projet va se réaliser au printemps 2016. » Parmi ses prochains objectifs, M. Bertrand aimerait « revoir et donner un "branding", une entité à la Municipalité de Lac-Beauport qui se démarque déjà par le plein air ». Il mentionne également l'importance d'envisager de nouvelles solutions, comme la création d'un parc industriel, qui serait bénéfique au niveau économique. En terminant, il souhaite également « bientôt adopter un règlement sur le contrôle des pesticides » et se dit très fier que le conseil ait lancé l'idée pour assurer la protection des cours d'eau du territoire avant la sortie publique de la CMQ à ce sujet (voir autre article).

SYLVIE CHARTIER

Dès le départ de la campagne, Sylvie Chartier a fait de « la protection de notre environnement et de la préservation de la qualité de notre lac » son cheval de bataille. La consolidation du développement résidentiel avant l'ouverture de nouvelles rues est un autre dossier dans lequel elle s'est investie. « Pour ma part, c'est une réalisation dont je suis



Sylvie Chartier

fière au niveau de la Municipalité. On a mis les moyens pour s'assurer de ça. » Juste pour les dossiers d'urbanisme et d'environnement, la conseillère collabore avec quatre comités différents. Le plan d'urbanisme devra être revu « dans la prochaine année ou en début de 2017 en fonction du schéma d'aménagement » qui est actuellement à l'étude au ministère. « On doit, toutes les municipalités de la MRC, se conformer au niveau du schéma et adopter nos règlements en conséquence; donc c'est un gros travail qu'il y a à faire au niveau de l'urbanisme. Ce qui est important pour moi, c'est de conserver notre identité architecturale, de conserver notre patrimoine bâti », précise-t-elle. La conseillère croit aussi qu'il faut penser aux types d'habitation en termes de diversi-



Guy Gilbert

fication. « Actuellement, on voit beaucoup à Lac-Beauport l'habitation unifamiliale, mais il faut penser à une offre de logements plus diversifiés pour nos jeunes et pour les aînés », confirme-t-elle, en ajoutant que ce travail se fera en collaboration avec la population.

GUY GILBERT

Les Sentiers du Moulin étaient déficitaires lors de son arrivée en poste, mais Guy Gilbert a souhaité « travailler à partir de fondements théoriques ». « J'ai commandé tout de suite une étude à une firme de consultants externes, autant pour les Sentiers du Moulin que pour le Saisonnier », dit-il. Les décisions ont été basées sur cette étude, du bail emphytéotique à l'union des deux directions. Aujourd'hui, l'organisme

« est prêt à voler de ses propres ailes », du point de vue du conseiller. « Ça aurait été plus facile de le fermer que de le garder ouvert, mais cela n'aurait pas respecté notre vision », affirme-t-il. Il mentionne aussi « une belle alliance avec l'Office du tourisme de Québec pour l'aménagement des sentiers de vélo de montagne » et la création d'un conseil d'administration représentatif avec « des gens de la communauté d'affaires ».

Guy Gilbert a également demandé au directeur des loisirs « de retravailler sur la politique de reconnaissance des organismes » et de « structurer un comité de la consultation en loisirs, culture et vie communautaire. » Dès janvier, ce comité devra « se pencher sur les espaces verts à Lac-Beauport » et sur « la sécurité de la zone communautaire ». M. Gilbert est aussi fier de plusieurs autres dossiers : la municipalisation de la piscine, le « second souffle » donné au terrain de tennis, la prolongation des heures d'ouverture du Club nautique, les protocoles d'entente avec les clubs de natation en eau libre, l'amélioration des pistes de ski de fond et la patinoire sur le lac.

ANDY GROSKAUFMANIS

« Au niveau des finances, j'avais quand même certains objectifs que je crois avoir accomplis », précise Andy Groskaufmanis. Le conseiller se réjouit « des efforts qui ont été investis par les membres du conseil et les employés municipaux pour limiter la hausse des taxes foncières des citoyens et citoyennes de la Municipalité depuis le début ». Puisque 93 % des revenus de la Muni-

DÉCOUVREZ NOTRE NOUVELLE CLINIQUE

- Plus spacieuse
- 6 salles de traitement



dentisterie générale et esthétique • orthodontie • endodontie
chirurgie dentaire • couronnes • ponts • urgences



PRENEZ RENDEZ-VOUS DÈS MAINTENANT

418 849-2820 info@ledentiste.net
1020, boulevard du Lac | www.ledentiste.net

Clinique Dentaire
LAC-BEAUPORT

NOUVEAU NOM ET NOUVELLE ADMINISTRATION !
(anciennement Création Hélyn Fleuriste)

20550, Boul. Henri-Bourassa
Québec, QC G2M 1L2
info@enfleursetenfetes.com

FLEURISTERIE
« En Fleurs et En Fêtes »

Livraison et réservation :
418 849-9736

De tout pour toutes occasions !

Fleurs naturelles, fleurs de soie, centres de table, arrangements personnalisés, ballons à l'hélium, cadeaux, naissances, baptêmes, mariages, bals, graduations, funérailles et même boutique idée-cadeaux !



Découvrez notre boutique-cadeaux et trouvez le cadeau idéal pour Noël

OBJETS DÉCORATIFS - PRODUITS NATURELS DE RELAXATION
« LES DOUCEURS DE GÉRALDINE » - ET PLUS ENCORE.

L'équipe de FLEURISTERIE EN FLEURS ET EN FÊTES vous souhaite un joyeux temps des Fêtes et une merveilleuse année 2016 !

LES LUTINS SONT ARRIVÉS !
30%
de rabais

LE FLEURISTE DE VOTRE SECTEUR !
Courriel : info@enfleursetenfetes.com
Commande en ligne bientôt disponible
au enfleursetenfetes.com

HEURES D'OUVERTURE :
Lundi au mercredi 9 h à 17 h 30
Jeudi et vendredi 9 h à 18 h
Samedi 9 h à 17 h
Dimanche 10 h à 16 h



Andy Groskaufmanis



Even Mc Hugh



François-Bernard Saillant

cipalité proviennent de ces taxes, le conseil doit diversifier les sources de revenus et « faire en sorte que le fardeau fiscal des citoyens soit allégé. Je crois que ça va être un long processus de consultation publique avec la population. On est là pour proposer aux gens des idées et non pas pour imposer des choses », indique-t-il. Sans entrer dans les détails du budget 2016, M. Groskaufmanis indique que « dans l'ensemble, le portrait s'annonce plus positif ». Selon le conseiller, le projet Entourage sur-le-lac et une hausse de la valeur des terrains dans des développements pourront aider la Municipalité à ce niveau. « Je vise personnellement à réduire la dette nette de la Municipalité; c'est un dossier que je trouve extrêmement important parmi l'ensemble des dossiers, malgré le fait que

notre taux d'endettement est relativement bas par rapport aux autres municipalités de même taille », conclut-il.

EVEN MC HUGH

Even Mc Hugh a toujours eu « énormément à cœur l'aqueduc et l'égout. Ça fait sept ou huit ans que je travaille sur le dossier, puis je [le] connais de A à Z ». Il a donc continué ce projet dès le début de son mandat. « Ce qu'on a fait, c'est qu'on a formé un comité, on a regardé comme il faut les plans et puis, avec ce comité-là, on s'est penché sur les coûts », indique-t-il. Ainsi, le comité a décidé de refaire le chemin du Brûlé pour en venir à un consensus : 40 % sera payé par l'ensemble de la population et 60 % par les résidents concernés. Au final, 75 % des gens

ont dit vouloir être raccordés, et le conseiller se dit satisfait à 85 % du dénouement du dossier puisqu'il dit avoir été mal informé au sujet des spécifications et des coûts des pompes. « On s'est embarqué avec le conseil sur les phases 2, 3 et 4, alors je me suis dit que je ne ferais pas les mêmes erreurs qui ont été commises dans la phase 1. » Les résidents pourront voir les prochains plans en début d'année 2016 avant de voter dans leur secteur. « Les travaux, si tout va bien, vont se faire en 2017 », précise le conseiller. M. Mc Hugh a également collaboré à la signature d'un nouveau contrat de déménagement qui permettra à la Municipalité de sauver des sommes considérables cette année et « espère entreprendre une réflexion sur la municipalisation des chemins privés ».

FRANÇOIS-BERNARD SAILLANT

François-Bernard s'est présenté aux élections alors qu'il terminait tout juste ses études, mais il collabore pratiquement à tous les dossiers du conseil. « J'ai été élu, j'avais 26 ans. Je n'ai pas beaucoup d'expérience, mais je me colle beaucoup [aux autres]. Je donne des idées, des réflexions et on partage ensemble. » Celui qui voit son engagement comme une « implication sociale » intervient surtout auprès des jeunes. « Je fais des contributions ici et là avec les Sentiers du Moulin, le Saisonnier ainsi qu'avec le programme Tournesol et le projet Leucan, surtout. » Il considère sa participation au sein du conseil comme « une expérience de vie qui est formatrice. Cela me permet d'apprendre, de rencontrer des gens, d'avoir des contacts, de voir aussi comment la machine municipale et la machine publique fonctionnent », précise-t-il. Il considère vivre « une belle expérience » et développer des liens forts avec les autres conseillers indépendants. « Tant au sein du conseil que de l'équipe, je mets mon grain de sel; une vision peut-être différente de la relève. » Quel est son objectif d'ici la fin du mandat? « Moi, je veux vraiment essayer que les gens d'affaires se tiennent plus ensemble, qu'on soit capable d'arriver à être ancrés comme gens d'affaires à Lac-Beauport, avoir une image forte au sein de la population. » Il souhaite également offrir plus de tribune aux jeunes.

DE LA MUSIQUE POUR LES TOUTS PETITS ET LES PLUS GRANDS !

Cours d'éveil musical à Lac-Beauport pour les 1 ½ an à 4 ans

- Cours de groupe dynamique
- Découverte de la musique par le jeu et les mouvements
- Exploration de chansons et d'instruments
- Participation d'un parent par enfant

Inscription à la Municipalité de Lac-Beauport du 7 au 22 décembre et en ligne du 24 décembre au 7 janvier.

Programmation en ligne au www.lac-beauport.ca

COURS DE VIOLON ET DE VIOLONCELLE

selon la méthode Suzuki pour les jeunes de 3 ans et plus

La Méthode Suzuki se base sur la manière dont les enfants apprennent leur langue maternelle.

- Cours de groupes et privés
- Professeurs compétents
- Environnement stimulant et dynamique

Animation musicale pour 5 à 7, mariages, brunchs, etc.

Pour plus d'information : www.jeuxdarchetssuzuki.com ou melanie@jeuxdarchetssuzuki.com

LOGEMENTS À LOUER

pour aînés de 50 ans et plus

À partir de 595 \$ par mois, incluant 15 repas
À partir de 745 \$ par mois, incluant 30 repas

Possibilité de subvention au programme supplément au loyer pour les personnes ayant un revenu de moins de 26 500 \$.
Possibilité d'un crédit d'impôt pour maintien à domicile

Pour visiter et pour information, contactez Jacques Carmichael au 418 929-8332
25, du Village, Lac-Beauport

L'espace relaxation

La solution antistress

Pour le CORPS & L'ESPRIT

Inscrivez-vous dès maintenant à nos activités d'hiver.

- Séances de méditation (laïque)
- Cours de danse orientale Baladi
- Cours de Hatha Yoga
- Cours de Tai-chi Yang

825, boul. Lebourgneuf, Local 113
Québec (QC) G2J 0B9
info@lespacerelaxation.com
www.lespacerelaxation.com

Alain Pineau
Propriétaire
581 742-5700

ACTUALITÉ

Par Amélie Légaré

amelie.legare@gmail.com

Protection de l'eau potable

Un enjeu toujours prioritaire

Suite à des travaux de recherche, l'Association pour la protection de l'environnement du lac Saint-Charles et des Marais du Nord (APEL) a mis en lumière les grands enjeux liés à la protection de la prise d'eau de la rivière Saint-Charles. La Communauté métropolitaine de Québec (CMQ) a profité du dévoilement des résultats pour annoncer son intention de développer un plan de protection des sources d'eau potable.

Le lac Saint-Charles est le principal réservoir d'eau potable de la ville de Québec. Selon l'APEL, ce dernier vieillirait prématurément et aurait pris l'équivalent de 25 ans en 5 ans, sur une échelle de vie humaine. « À cause des activités humaines dans son bassin versant, il se comble de sédiments et de plantes aquatiques en décomposition. La prolifération de ces plantes est stimulée par un apport excessif de nutriments, notamment en provenance des eaux usées domestiques », souligne la

présidente de l'APEL, Mme Sylvie LaRose. Dans un communiqué publié le 22 novembre dernier, l'organisme indique également que « les impacts de l'épandage annuel d'environ 1000 tonnes de sels déglacant sur le nouveau tronçon de la route 175 à Stoneham se font déjà sentir. Depuis la mise en service du tronçon en 2012, la conductivité spécifique au lac Saint-Charles a augmenté de 75 % ».

Vu l'ampleur des résultats, la CMQ a annoncé une stratégie régionale en collaboration avec la Ville de Québec et l'APEL.



L'APEL a dévoilé l'état de la situation du bassin versant de la prise d'eau de la rivière Saint-Charles.

« L'objectif, c'est de travailler ensemble parce que si on protège le bassin versant de la rivière Saint-Charles, on protège aussi les prises d'eau de Lac-Beauport, de Stoneham et de Lac-Delage », indique Mélanie Deslongchamps, directrice générale de l'APEL. Divers comités de pilotage ont été créés, dont un pour le bassin versant de la rivière Saint-Charles. Dans le cadre de son plan de protection, la CMQ prévoit freiner le développement immobilier dans le périmètre des prises d'eau. Les autres actions touchent également d'ailleurs la ville de Québec, mais certaines auront

un impact sur l'ensemble des municipalités concernées, tel que la révision et bonification du Règlement de contrôle intermédiaire.

De son côté, l'APEL travaille déjà avec l'ensemble des intervenants. « On fait de tout, on fait autant des études que des travaux terrain, on travaille avec les municipalités. [...] C'est une stratégie et ce sont des orientations qui ont été mises en place, mais maintenant on veut que rapidement des actions concrètes soient réalisées sur le territoire », ajoute Mme Deslongchamps.

La Ville de Québec a également profité de ces annonces pour préciser « qu'elle travaillera de pair avec les municipalités de Stoneham-et-Tewkesbury et Lac-Delage afin de trouver des solutions efficaces et durables en ce qui a trait à la mise aux normes de leurs usines de traitement des eaux usées. » Une ressource du Service de l'ingénierie soutient la Municipalité de Lac-Delage dans ce projet et les représentants des trois villes devraient se rencontrer « très prochainement pour analyser la faisabilité de raccorder ces deux usines au réseau municipal de la Ville de Québec ».

CARTE AVANTAGE

Procurez-vous la nouvelle carte **Avantage!** Cette carte au coût de 50\$ vous permet d'économiser sur chacun de vos entretiens de ski en payant seulement 20\$ au lieu de 45\$. Profitez aussi de promotions mensuelles exclusives sur l'équipement de ski. Obtenez plus d'informations au **genetiksports.com/avantage**



ENTRETIEN DES SKIS

Genetik offre maintenant l'aiguillage et la structure des skis automatisés avec le robot *Montana Snow Cruiser Max*. L'entretien de ski inclut l'aiguillage, le fartage ainsi que la structure.

GENETIK

GENETIKSPORTS.COM

20615 BOULEVARD HENRI BOURASSA, QUÉBEC

(418) 849-2323

L'Echo du Lac

EST PUBLIÉ ET ÉDITÉ PAR
LES ÉDITIONS PLATINE

1025, boulevard du Lac, #230
Québec (Québec) G3B 0X1
info@leseditionsprime.ca
418 845-5515

PUBLICITÉ :
JEAN-SIMON
JALBERT
581 985-5087

ÉDITEUR : Michel Beaulieu
michel@platinecommunication.com

DIRECTRICE ARTISTIQUE :
Marie Chantal Boutin
mc@leseditionsprime.ca

ADJOINTE DE DIRECTION :
Julie Boissinot
julie@leseditionsprime.ca

JOURNALISTE EN CHEF :
Amélie Légaré

JOURNALISTES :
Philippe Brassard, Mélissa Côté
et Malory Lepage

COLLABORATEURS :
Marie-Claude Déry, Philippe
Lapeyrie, Andréanne Martin,
Sébastien Noël et Lucie
Ricard

CORRECTRICE :
Claire Robitaille

IMPRESSION :
Transcontinental

TIRAGE :
10 500 exemplaires

DÉPÔT LÉGAL :
Bibliothèque
nationale du
Québec

*Veuillez noter que
pour être publiée, l'opinion
du lecteur doit être signée.

Conseil municipal de Lac-Beauport

Une dernière séance chargée !

La dernière séance ordinaire du conseil municipal de Lac-Beauport, du 7 décembre dernier, était chargée en contenu. Les deux comités consultatifs de la Municipalité ont déposé leur rapport annuel en plus de plusieurs dépôts de motion en prévision de la séance du conseil consacrée au budget du 14 décembre.

Par Mélissa Côté

melissa.cote.journaliste@gmail.com

Pendant la soirée, les deux comités consultatifs ont présenté leur rapport annuel. Le comité consultatif en environnement (CCE) a été occupé en 2015 avec plusieurs projets. Ils ont, entre autres, travaillé sur la mise à jour de la réglementation de la foresterie urbaine, le plan de développement durable, la journée de l'environnement, les communications en matière d'environnement et le plan de conservation des milieux humides. Ils ont aussi remis des semences lors de la journée de l'environnement et organisé les activités de l'Halloween. Le comité consultatif en urbanisme (CCU) n'a pas chômé non plus cette année. Ils ont travaillé sur plusieurs projets de modification de règlement, dont ceux sur le zonage et l'urbanisme. Ils ont aussi été responsables de l'analyse des dossiers de dérogation mineure du zonage.

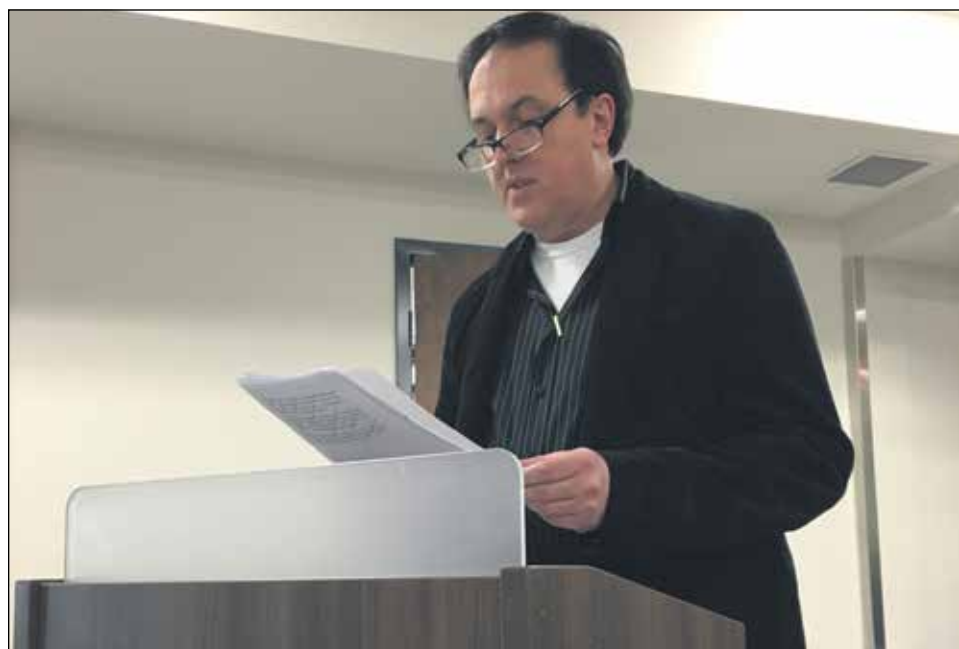
TRANSPORT EN COMMUN

Une citoyenne était toujours inquiète du sort du transport en commun dans la région, lors de la première période de questions. La mairesse Louise Brunet a tenu à rassurer la dame en confirmant que le service de transport serait de retour en 2016. M. Bertrand a, pour sa part, affirmé que les employeurs seront mobilisés dans ce projet dans le but d'attirer de la main-d'œuvre. Lors de l'adoption de la participation de la Ville dans le projet, la Municipalité a prévu un maximum pour les quotes-parts de 32 000 \$ pour le transport adapté et de 59 000 \$ pour le service régulier.

RETRAIT DE LA MRC

Tout comme à la séance d'octobre, les conseillers de l'opposition ont, encore une fois, présenté une motion pour le retrait de la municipalité de la MRC. Ces conseillers ne sont pas d'accord avec la participation de la Ville dans les projets de biomasse et de la société de développement économique (SDE) de la MRC. Le conseiller Marc Bertrand affirme, entre autres, qu'il n'est pas nécessaire d'investir dans une SDE puisque la Municipalité investit déjà dans le Regroupement du Lac. La mairesse et la conseillère Sylvie Chartier ont toutes les deux tenté de convaincre les conseillers de l'opposition, mais en vain. La proposition a été approuvée, 4 contre 2, en faveur des requérants malgré l'utilisation du droit de veto de Mme Brunet. Ainsi, la résolu-

tion sera transmise au ministre provincial des Affaires municipales et de l'Occupation du territoire, Pierre Moreau, afin que la Ville se retire de ces projets au sein de la MRC.



Alain Fournier, président du comité consultatif en environnement, présentait le rapport annuel 2015.

Compagnon de Robin des bois et amateur de gastronomie



DIMANCHE 25% dames • LUNDI Fajitas 2 pour 29,95\$
MARDI 1,25\$ / sushi • MERCREDI 0,49\$ / aile de poulet



Les FRÈRES TOC

différent...

20815, boul. Henri-Bourassa
418 849-6211
 www.lesfreresstoc.com

Combat des chefs de Lac-Beauport L'année de tous les records !

La quatrième édition du Combat des chefs, le 4 novembre dernier, a été un véritable succès. Près de 150 convives étaient présents à la station de ski Le Relais pour soutenir la cause. La soirée a d'ailleurs permis d'amasser la somme record de 31 595 \$ au profit du programme Tournesol.

Par Mélissa Côté

melissa.cote.journaliste@gmail.com

« On a eu une soirée parfaite ! », s'exclame Billy Boisvert, directeur des opérations pour le Saisonnier. « C'était magique et mémorable », ajoute-t-il. Parmi les invités, la salle comptait plusieurs figures politiques, dont les conseillers municipaux François-Bernard Saillant, Marc Bertrand et Guy Gilbert, qui est d'ailleurs le président du conseil d'administration du Saisonnier.

L'attachée politique Sylvie Asselin était aussi présente pour représenter le député fédéral de Portneuf — Jacques-Cartier, Joël Godin. La présidente d'honneur et députée de Chauveau, Véronique Tremblay, a profité d'un moment au micro pour annoncer qu'elle a réussi à obtenir une contribution de 5000 \$ de la part de Lucie Charlebois, ministre déléguée à la Réadaptation, à la Protection de la jeunesse et à la Santé publique, et de 1000 \$ de la part du premier ministre, Philippe Couillard.



Pierre Langevin et Véronique Tremblay, entourés des chefs et de l'animateur Félix Geoffrion.

COURONNER UN GAGNANT

Le concept de l'événement est assez simple. Quatre chefs bénévoles s'affrontent sur autant de services pour gagner le cœur du public. Cette année, ce sont les chefs Nhung Lê Thi

Cam (La Petite boîte vietnamienne), Patrick Simon (Les Sales Gosses), Nikola Tremblay (Chef Chez Soi) et Patricia et Sébastien (PS Resto) qui étaient aux fourneaux. Chaque service était accompagné d'une animation et d'une sélection de vins offerte par Félix Geoffrion d'Importations SYL-VINS. Malgré la compétition, les participants ont tout de même fait preuve d'un bon esprit d'équipe. « L'harmonie des chefs en cuisine était extraordinaire. Il y avait même de l'entraide entre les services », explique M. Boisvert. Après un vote serré, c'est le duo composé de Patricia et Sébastien qui a remporté les grands honneurs.

AIDER LES ENFANTS

Le programme Tournesol est né en 2003 pour aider les enfants. « On permet à des jeunes défavorisés ou ayant des besoins particuliers de la région de Québec de vivre une expérience de camp de vacances d'une semaine », explique M. Boisvert. Cette opportunité permet aux enfants de se faire des amis, mais aussi de décrocher de la vie de tous les jours. « C'est comme un cadeau de fête ou de Noël en avance », précise le directeur des opérations. Les activités de financement du Saisonnier permettent d'offrir une semaine de camp à une centaine de jeunes chaque année. « L'année prochaine, on envisage d'accueillir environ 125 jeunes. Plus on peut ramasser de sous, plus on peut [en] accueillir », affirme M. Boisvert. La majorité des fonds amassés lors du Combat des chefs est directement utilisée pour l'accueil des enfants. Par la suite, les sommes restantes sont distribuées pour améliorer le bien-être des jeunes vacanciers.



La présidente d'honneur et députée de Chauveau, Véronique Tremblay, a obtenu 6000 \$ en contributions du premier ministre et d'une ministre.

BOUCHERIE
Vic Verret
& FILS

Tourtière du Lac
Régulière ou au gibier

**PRÉPARATION DE CUBES À TOURTIÈRE
À LA MAIN OU À LA PLAQUE**

Porc, boeuf, poulet, veau et plusieurs gibiers



20659, boul. Henri-Bourassa (Qc)
www.boucherievicverret.com

418 849-4481

**RÉSERVEZ
VOTRE DINDE
DE GRAIN !**

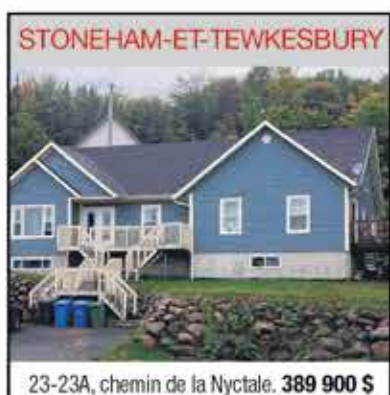
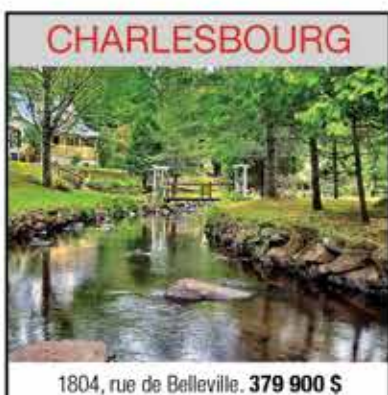
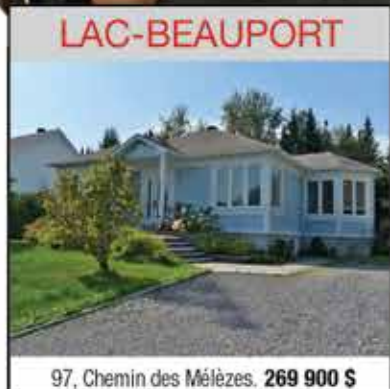




Christine
LEGARÉ
Courtier immobilier
www.christinelegare.com



RE/MAX @ccès
agence immobilière inc.



RÉPUTATION

★ Nos meilleurs vœux !

418 948-1000

1030, boulevard du Lac

Face à la Halte de Lac-Beauport

CHANTAL FLEURANT
Courtier immobilier
www.chantalfleurant.com





30 novembre 2015
au 8 janvier 2016

PROMOTION terminaux numériques

TERMINAL NUMÉRIQUE
HD G6 (4642)

69\$
+ taxes



ENREGISTREUR G8
(9865)

295\$
+ taxes

* Limite d'un appareil par abonné. Jusqu'à épuisement des stocks.
Certaines conditions s'appliquent.

OUVERT LE JEUDI SOIR
JUSQU'À 20H00

CCAP CABLE.COM
TÉLÉVISION ♦ TÉLÉPHONIE ♦ INTERNET

418.849.7125 | www.ccapcable.com

20 860, boul. Henri-Bourassa, Québec (Qc) G2N 1P7



LES ÉCHOS DE L'ÉCHO

Par Amélie Légaré

amelie.legare@gmail.com



La « Caribou Battle » était attendue depuis longtemps par les membres.

Une belle compétition amicale!

Le centre CrossFit Lac-Beauport tenait une compétition « Intra-Gym » le 21 novembre dernier, alors que 18 équipes de 2 personnes entre 21 et 62 ans se confrontaient dans des épreuves de force, de gymnastique et d'endurance cardiovasculaire. Selon le propriétaire Mathieu Corriveau, le plaisir était au rendez-vous. « Une ambiance de feu régnait dans le Centre, car les autres équipes encourageaient les participants ainsi que tous les visiteurs présents. » Trois équipes gagnantes dans trois classes différentes ont été couronnées à la fin de la journée. « La plupart des gens en était à leur première compétition et pratiquent cet entraînement depuis moins d'un an, alors c'était vraiment magique », conclut le propriétaire.

Un concert de Noël multiculturel



La chorale Pluie de Joie prépare actuellement son concert de Noël annuel.

Vivez la magie de Noël à travers des chants Gospel et des classiques connus à travers le monde avec la chorale Pluie de Joie et ses solistes, regroupant des chanteurs et musiciens du Québec et d'ailleurs. Un beau mélange de cultures qui ne manquera pas de vous réchauffer le cœur à l'approche des Fêtes. Le concert a lieu le samedi le 19 décembre à 19 h au 251 chemin St-Peter's à Stoneham et l'entrée est gratuite (contribution volontaire).



Le député fédéral Joël Godin se voit confier de nouvelles fonctions.



La mairesse Louise Brunet

Un nouveau mandat pour Joël Godin

Le 21 novembre dernier, le cabinet fantôme de l'opposition officielle a été annoncé par l'honorable Rona Ambrose, la chef de l'opposition officielle et chef intérimaire du Parti conservateur. Dans le cadre de cette annonce, le député de Portneuf-Jacques-Cartier Joël Godin se retrouve avec de nouvelles responsabilités. « J'ai été ravi de recevoir l'appel de Mme Ambrose, qui m'a demandé si j'étais prêt à servir dans le cabinet fantôme de l'opposition officielle à titre de porte-parole au développement économique du Canada pour les régions du Québec. Je suis impatient d'entrer dans mes nouvelles fonctions et d'être un membre efficace dans cette équipe aussi dynamique », affirme le député.

Nouvelle préfet de la MRC

Le 25 novembre dernier, la mairesse de Lac-Beauport Louise Brunet a été élue la nouvelle préfet de la MRC de La Jacques-Cartier, succédant ainsi à Robert Miller, maire de Stoneham-et-Tewkesbury. Selon Mme Brunet, la MRC est rendue à une « une étape de restructuration » et elle souhaite ainsi « trouver des solutions davantage intéressantes pour l'ensemble de la population et des municipalités. Ce qui est important, c'est de travailler avec les maires pour réussir à trouver de nouvelles stratégies, de nouvelles options, de nouvelles idées pour vraiment unifier la MRC de plus en plus, être de plus en plus forts ensemble. » La mairesse entrevoit son entrée en poste avec optimisme. « Je suis très enthousiaste et j'ai l'appui des maires donc je pense qu'on va réussir à faire un très beau travail. »



La carte créée par l'artiste peintre Rachel St-Pierre.

Une participation record au concours de la carte de Noël de la MRC

C'est le 12 novembre dernier qu'a pris fin le concours « La carte de Noël régionale 2015 », organisé par la MRC de La Jacques-Cartier. Au total, un record de 146 participants ont pris part à cette quinzième édition, et près de 150 convives se sont rassemblés pour assister à la soirée de remise de prix. Cette année, la peintre Rachel St-Pierre a été désignée grande gagnante du concours pour son œuvre intitulée « Avant minuit ». La participante de Stoneham-et-Tewkesbury, inscrite dans la catégorie Artistes initiés, a reçu un prix de 550 \$. Son œuvre viendra illustrer la carte de Noël de la MRC et sera exposée en permanence à ses bureaux. Plusieurs autres artistes résidant sur le territoire de la MRC se sont vu décerner des prix, incluant des jeunes talents émergents.



Ces cinq jeunes organisent des événements tout au long de l'année pour financer leur saison de ski et ont complété le Défi Ascension. De gauche à droite : Victor La Roche, Alexandre Lavoie, Olivier Guy-Tessier, Remi Beaudoin et Mats Desautels.

UNE EXPOSITION À VOCATION DIFFÉRENTE

Le 14 novembre dernier, l'artiste et présidente de la Guilde artistique, Sylvie Langevin, présentait sa première prestation et exposition intitulée EXPO CONCERT'EAU. Cette présentation à Lac-Beauport constituait le début d'une tournée provinciale dans les bibliothèques et maisons de la culture le long du fleuve Saint-Laurent et de ses bassins versants. Dans le cadre de cet événement, l'artiste était devant le public pendant trois blocs d'environ 15 minutes. Le premier segment abordait les tableaux exposés, des œuvres impressionnistes naturalistes qui ont été réalisées dans des villages près du Saint-Laurent. Des histoires étaient racontées à partir de ces dernières. « Ce sont des rencontres que j'ai eu la chance de vivre dans différents villages sur le Saint-Laurent », précise-t-elle. En deuxième partie, l'artiste multidisciplinaire a chanté plusieurs compositions qui ont pour inspiration les eaux du fleuve et ses bassins versants, s'accompagnant de sa guitare folk et de son ukulélé. Pour la troisième et dernière partie qui avait pour thème « L'Eau source de vie », Mme Langevin a composé « une chanson simple qui s'adresse à la famille sur l'importance d'utiliser l'eau avec parcimonie, parce que l'eau est essentielle à la vie, elle est fragile. » Une présentation et des explications de l'organisme Eau Secours étaient également présentées en collaboration avec M. Jean-Yves Mc Gee, vice-président, qui s'est dit sous le charme de la prestation.

Sylvie Langevin a été nommée « porteuse d'eau » pour cette association provinciale. « Avec tout ce qui se passe actuellement dans notre grand fleuve, chacune des interventions, aussi petite soit-elle, est une sensibilisation à regarder nos habitudes de consommation et à voir ce que nous pouvons changer », affirme l'artiste.

L'ensemble des œuvres de Sylvie Langevin réalisées dans le cadre de cette exposition sont disponibles sur son site au www.langecantaforte.com.

Défi Ascension

À la fin du mois d'octobre se tenait le Défi Ascension à Stoneham. Quatre épreuves étaient offertes aux participants qui se dépassaient avec d'autres membres de leur équipe et des trophées étaient remis aux plus rapides et plus nombreux à relever leur défi ! Une équipe a été formée pour aider de jeunes athlètes de ski acrobatique de la région qui souhaitent accéder aux niveaux national et international. Ces derniers niveaux représentent un défi de taille pour ces jeunes, et ce, non seulement du point de vue de performance sportive, mais aussi monétaire. À ce stade, des coûts importants sont engendrés afin de couvrir des dépenses telles que les camps d'entraînement à l'extérieur de la province, les compétitions partout en Amérique du Nord, l'inscription pour adhérer à l'Équipe du Québec, etc. Malheureusement, très peu d'aide financière est disponible et ces coûts peuvent s'élever annuellement à plus de 30 000 \$ par athlète.

Félicitations à l'équipe pour son objectif précis et à tous les participants pour avoir relevé le Défi !

Pour votre menu de Noël :

Suggestions salées

Foie gras
Rillettes / Terrines (canard, lapin, porc)
Baguettes bacon et fromage
Gougères fromage
Pâtés viande/poulet
Quiches
Plateaux fromages (locaux et importation)

Épicerie fine

(gelées, confits, crème marrons, confitures, huile d'olive, miel et épices etc.)

Nos Desserts

Bûches traditionnels et modernes
Pâtisseries classiques
Macarons
Chocolats
Nougats

Accompagnements de pains

Pains Figues
Pains cannerberges
Pains noix
Pains 9 céréales
Pains seige/citron
Pains chocolat
Pains orange
Et plus encore !

Petit-déjeuner

(à emporter ou sur place)
Croissants/chocolatines
Croissants amandes
Galette québécoise
Cafés spécialisé/thés

GALETTE DES ROIS
disponible dès
le 2 janvier !



FAITES VITE !

Réservez votre bûche de Noël avant le 20 décembre.

Réservation sur place ou par téléphone au 418 316-2837



Fabien, Sabrina et toute leur équipe vous souhaitent de passer de joyeuses fêtes de fin d'année !

Concours de Noël
COUREZ LA CHANCE DE GAGNER 1 REPAS (VALEUR DE 250 \$)

Coupon de participation sur place



1025, Blvd du Lac, Lac-Beauport
(à côté de L'Archibald)
418 316-2837
boulangeriedulacbeauport



CCAP CABLE.COM
TÉLÉVISION • TÉLÉPHONIE • INTERNET

**FORFAIT
3 SERVICES** **89^{,89\$}
/mois**

Consommation **INTERNET ILLIMITÉE**
entre minuit et 8h00 am.

Lors de votre abonnement à la CCAP,
profitez du **COMBO MÉGA** (plus de
280 chaînes) au **MÊME PRIX QUE LE
FRANCO** pour les 3 premiers mois.



Internet
Lite



Télévision
Combo Franco
(plus de 180
chaînes)



Téléphonie
(incluant toutes
les options
principales)



Terminal G8 qui permet
l'enregistrement de
**8 émissions en
simultané**



418.849.7125
www.ccapcable.com



CCAP
TV

Votre TV locale

* L'offre est sujette à changements et peut être modifiée sans préavis. Le forfait comprend : une ligne téléphonique (par câble ou par Internet), la télévision numérique avec un combo Franco, Internet plan Lite et un terminal G8 en location. Certaines conditions s'appliquent. Taxes en sus.

Babillard Jeunesse

ACADÉMIQUE

SPORT

LOISIRS

COMMUNAUTÉ

SCIENCE

Amélie Légaré

amelie.legare@gmail.com

La Campagne de la pomme de passage à Lac-Beauport

En octobre dernier, des dons étaient amassés au IGA Rousseau de Lac-Beauport dans le cadre de la Campagne de la pomme de la Fondation Élan. Des pommes étaient offertes en échange de dons volontaires et l'argent amassé sera entièrement dédié aux enfants usagers de l'Institut de réadaptation en déficience physique de Québec (IRDPQ). Si vous n'avez pas eu l'occasion de collaborer à la Campagne et souhaitez le faire, rendez-vous au fondationelan.com.



Deux employées de l'IRDPQ, les orthophonistes Marie-Ève et Marie-Claude, ont amassé des dons au point de collecte du IGA Lac-Beauport.

Marcher pour la santé !

Afin d'encourager les jeunes à intégrer la marche dans leur quotidien, la Société canadienne du cancer soutient le projet Trottribus à l'échelle de la province. Sur un trajet déterminé à l'avance, des adultes bénévoles accompagnent un groupe d'enfants vers l'école à chaque matin de la semaine. À Stoneham-et-Tewkesbury, l'initiative a vu le jour l'année dernière sur la rue des Faucons, vers l'école Harfang-des-Neiges. Les enfants peuvent compter sur deux parents responsables, 10 bénévoles réguliers et des remplaçants. Depuis octobre, ils marchent jusqu'à 1,3 km chaque matin, ce qui leur fait « des belles petites joues rouges », selon Natasha Tremblay, responsable du projet dans le secteur.

BESOIN DE BÉNÉVOLES

La saison de marche tire à sa fin, mais les deux responsables, Natasha Tremblay et Martine Mainguy, sont à la recherche de parents bénévoles pour la reprise du service au printemps 2016. « Cette année, on a décidé qu'on recommençait seulement après la semaine de relâche », précise Natasha Trem-

blay. Le comité aimerait pouvoir compter sur l'appui des jeunes de 5^e et 6^e année et tente de trouver un moyen d'offrir quelque chose en retour. « Après les fêtes, on fera poinçonner une carte et quand la carte sera pleine, ils auront un privilège à l'école. »

LA SÉCURITÉ AVANT TOUT

Mme Tremblay déplore le trafic aux abords de l'école Harfang-des-Neiges le matin. « On trouve cela très problématique, alors en mars on mettra en marche un point de chute dans la Municipalité. Il y a un petit sentier qui part de la Municipalité et se rend directement à l'arrière de la nouvelle école. » D'ailleurs, cette solution nécessiterait moins de bénévoles, soit un parent par matin, et les élèves plus âgés seraient peut-être plus enclins à participer. « Cela va éliminer beaucoup de trafic au niveau de l'école. Au lieu de les laisser à l'école, [les parents] vont les laisser à la Municipalité; le stationnement est très grand et c'est beaucoup moins dangereux. Un moment donné, on pense que cela va devenir une façon de vivre et que le monde va le faire automatiquement », ajoute-t-elle.

Les gens intéressés à faire marcher leur enfant ou à donner de leur temps peuvent rejoindre les responsables sur la page Facebook du Trottribus Harfang-des-Neiges. Mme Tremblay rappelle que les élèves qui doivent compléter un certain nombre d'heures de bénévolat peuvent se joindre à l'équipe pour obtenir des crédits.

Une nouvelle troupe de théâtre voit le jour à Montagnac

Les activités parascolaires à l'école Montagnac riment souvent avec sports, mais l'enseignant Marc-André Perron affirme que les arts occupent également une place importante. « De plus en plus il y a un engouement marqué pour le théâtre. L'année passée, suite à la demande de quelques élèves qui démontraient un vif intérêt dans ma classe, j'ai proposé à la direction de l'école de mettre sur pied une troupe de théâtre parascolaire », indique-t-il.

LES JEUNES AU CŒUR DU PROJET

Les inscriptions débutaient cet automne alors que les élèves de 6^e année ont eu l'opportunité de passer des auditions. « Tous les élèves qui se sont présentés, qui ont montré de l'intérêt et qui étaient prêts à leur audition ont été sélectionnés. » À titre de responsable, Marc-André a décidé que son engagement serait entièrement bénévole cette année. « Étant donné que c'est un tout nouveau pro-



Des parents bénévoles en compagnie des jeunes lors d'une marche matinale.



VALENTINE GRENIER PHOTOGRAPHIE

La troupe planche déjà sur une première pièce qui sera présentée ce printemps !



COURTOISE

La troupe affiche fièrement son sentiment d'appartenance à l'école Montagnac avec ce nouveau logo.

jet, je veux qu'il rayonne dans le milieu et que les élèves en soient fiers, donc j'ai décidé de mettre cela de côté. » L'argent recueilli grâce aux inscriptions permettra de faire l'acquisition d'éléments de décor, d'accessoires et de financer la promotion avant les représentations.

UNE CRÉATION ORIGINALE

La thématique du cirque sera à l'honneur dans la toute première pièce jouée par la troupe Les Mousquetaires. Les 24 personnages qui la composent sont nés dans l'esprit de Marc-André, qui en est à sa 14^e production. « Ayant l'habitude de composer mes propres créations, j'ai profité du congé estival justement pour me lancer dans l'écriture. » Depuis octobre, les répétitions vont bon train et les élèves sont très impliqués dans le processus de création. En plus de pouvoir compter sur l'implication active des parents, « qui se mobilisent pour trouver des commandites, créer les costumes, l'achat des accessoires », Marc-André se fera également aider par Judith Richard, enseignante de 3^e année, pour la création d'une chorégraphie. « C'est un projet qui part de moi à la base, mais il fait rayonner vraiment beaucoup de personnes. Il prend la couleur du milieu et de ceux qui s'y impliquent », conclut l'enseignant.

Deux autres préférés de Marc-André Perron

FRÉDÉRIQUE BÉGIN

Véritable rayon de soleil, Frédérique est un cœur sur deux pattes qui ne demande qu'à rendre service, qu'à être là ! Son enthousiasme est palpable, voire contagieux. Elle ne veut rien manquer. Elle tient à prendre part à l'aventure et à s'y impliquer à fond. Intense, allumée et brillante, en voilà une qui sait plonger à pieds joints dans les projets proposés. Passionnée par les communications, elle est à l'aise sur scène. Pas étonnant, elle est si articulée, fière et dégourdie. C'est un véritable tourbillon de fraîcheur qui séduit et apaise l'atmosphère. Son large sourire, toujours au rendez-vous, est source de positivisme. Aussitôt, elle ne peut que nous en faire apparaître un au visage. Méthodique et motivée, ses travaux sont toujours de qualité... Elle sait définitivement faire son chemin vers la réussite. Polie et respectueuse, il est facile d'échanger avec elle, de l'apprécier. Merci d'être qui tu es, une de mes 26 élèves préférés !

jet, je veux qu'il rayonne dans le milieu et que les élèves en soient fiers, donc j'ai décidé de mettre cela de côté. » L'argent recueilli grâce aux inscriptions permettra de faire l'acquisition d'éléments de décor, d'accessoires et de financer la promotion avant les représentations.



COURTOISE

Frédérique Bégin et Maël Simard

MAËL SIMARD

Grand sportif au cœur tendre, Maël carburait à l'adrénaline. Il aime quand ça bouge, quand son quotidien est rempli de défis. Expressif, il n'a pas peur d'être sous les projecteurs. Au contraire, il s'y sent bien ! Les projets qui lui permettent de mettre son talent d'orateur le charment. Aussitôt, ses yeux pétillent. Il devient emballé, démonstratif. À ce moment, son enthousiasme est palpable. Il sait envouter son prof et ses camarades. C'est un leader positif, rien de moins. En équipe, il s'implique et encourage. Pas étonnant qu'on veuille lui garder une place de choix. Attentif et discipliné, en classe, il est rigoureux et structuré. Poli et rempli d'une grande gentillesse, il est tellement attachant. Son discours est spontané et articulé. De ce fait, discuter avec lui devient un moment agréable et privilégié. Continue de croire en ton potentiel, de travailler fort, tu deviendras le guerrier que je vois en toi. Merci d'être qui tu es, un de mes 26 élèves préférés !



Crédit photo : Jean-François Bergeron

Un grand merci au Centre de ski Le Relais pour leur collaboration !

Un mot de
VÉRONIQUE TREMBLAY
Députée de Chauveau
... et son équipe

À l'occasion du Temps des Fêtes, rien n'est plus agréable que de festoyer avec ceux qu'on aime. Faites comme nous, amusez-vous ! Beaucoup de bonheur de douceur et de sérénité pour la Nouvelle Année, ainsi que la réalisation de vos projets les plus chers.



Joyeux Temps des Fêtes !



COMBAT DES CHEFS LAC-BEAUPORT

Le 4 novembre dernier, au Centre de ski Le Relais, se tenait la 4^e édition du souper-bénéfice Combat des Chefs, dont j'étais la présidente d'honneur. Le but de cet événement étant de récolter des fonds pour le programme Tournesol du Saisonnier, qui offre gratuitement l'expérience d'un camp à des jeunes défavorisés et vivant avec un léger handicap. Cette édition a permis d'amasser la somme de 31 595 \$. Un franc succès !



VISITE DE MONSIEUR COUILLARD

Promesse tenue ! Lors de ma campagne électorale, le Premier ministre du Québec s'était engagé à venir manger une poutine du Flashbourg si j'étais élue... Le 15 novembre dernier, il a respecté sa parole. La famille Thivierge était bien heureuse de sa visite et nous aussi !



MARCHÉ DE NOËL DE LA JACQUES-CARTIER

La 6^e édition du Marché de Noël de la Jacques-Cartier bat son plein à Stoneham-et-Tewkesbury. Des artisans de grande valeur dans un décor féérique. À voir jusqu'au 13 décembre ! Ça vaut le détour !



NOUVEAU SENTIER DE MOTONEIGE

Le 7 décembre dernier, nous avons fait l'annonce de l'ajout d'un nouveau sentier de motoneige de 27 km vers la Station touristique Stoneham. Félicitations à l'Association des motoneigistes de l'Arrière-Pays pour ce beau projet et bonne saison de motoneige à tous !



FÉERIE DE NOËL À LAC-BEAUPORT

C'était la féerie de Noël Proludik tout le week-end dernier, au Saisonnier de Lac-Beauport. Un bel endroit pour faire des achats de Noël uniques tout en encourageant le talent local. Plusieurs activités amusantes pour les enfants dont la chasse aux lutins et la présence du Père Noël !



Pssst ! Suivez-moi en cliquant « J'AIME »
Veronique Tremblay Personnalité Politique.



Place aux citoyens

f Veronique Tremblay
@Vero_Tremblay

Hôtel du Parlement

1045, rue des Parlementaires, bureau RC.120
Québec (Québec) G1A 1A4
Tél. : 418 263-0681 | Téléc. : 418 643-7142

Bureau de circonscription

359, rue Racine, Québec (Québec) G2B 1E9
Tél. : 418 842-3330 | Téléc. : 418 842-6444
veronique.tremblay.chau@assnat.qc.ca



Veronique Tremblay
Députée de Chauveau

La CCAP lance CCAP GO

Québec, le 27 novembre 2015 – Au cours des dernières semaines, la CCAP annonçait le lancement de sa toute nouvelle plateforme, CCAP GO. Attendue depuis un moment, cette plateforme unique permet le visionnement en direct de chaînes de télévision traditionnelles et de voir ou revoir les émissions de CCAP.Tv. CCAP GO est un service gratuit et ouvert à tous. Il offre en plus aux clients de la CCAP, un accès privilégié à du contenu exclusif comme les services GO de plusieurs chaînes auxquelles ils sont abonnés en format télévisuel, telles que Super Écran, RDS, TMN et plusieurs autres.

NDLR

Étant un portail Internet aussi optimisé pour les appareils mobiles, les utilisateurs ont maintenant accès à leur contenu où et quand ils le désirent. Bien que la plateforme soit fonc-

tionnelle et propose déjà plusieurs options, la liste des services qu'on y retrouve sera bonifiée dans les prochains mois. Plusieurs discussions et négociations sont en cours pour ajouter une plus grande variété de chaînes, particulièrement dans la section des services GO du site.



La CCAP planchait depuis déjà un moment sur la création d'une solution complémentaire à la télévision traditionnelle pour ses clients.

« Nous sommes conscients que les habitudes de consommation de nos membres en matière de contenu vidéo changent. Ils veulent plus de liberté, moins de restriction d'horaire. Comme nous voulons évoluer avec eux, il était important de miser sur le développement d'un produit alternatif », mentionne Stéphane Arseneau, directeur général de la CCAP.

Bien que certaines interfaces étaient déjà disponibles sur le marché permettant ce type de fonctionnalités, celle de CCAP GO a été bâtie de toutes pièces afin de comprendre à la fois l'accès au contenu de sa chaîne de programmation locale CCAP.Tv ainsi que les autres services généraux. Pour ce faire, la CCAP s'est adjointe les services de ClearCable, une firme spécialisée en technologie et axée sur le développement de nouveaux produits de services résidentiels et d'affaires.

Au cours de la prochaine année, s'ajoutera aussi à CCAP GO la vidéo sur demande, produit très attendu par les clients de la CCAP.

Pour accéder à CCAP GO, les internautes peuvent se rendre sur le site de la CCAP, de CCAP.Tv ou encore sur le www.ccapgo.com.



Joyeux temps des Fêtes !

NOUVEAU

LAC-BEAUPORT
Voisin du Relais, beau duplex 1999, grand 7 1/2 pièces, 3 chambres + boudoir, foyer, bois franc, belle fenestration, 1100\$/mois et 4 1/2 pièces loué 680\$/mois, services. **310 000 \$**

LAC-BEAUPORT
Attrayante propriété avec possibilité de revenu ou bi-génération, toit cathédral et foyer au salon, 4 chambres+ boudoir, 3 salles de bains, sous-sol hors sol, superbe terrain paysagé, un boisé et ruisseau à l'arrière, services. **389 000 \$**

LAC-BEAUPORT
Spacieux bungalow en brique, 3 chambres au rez-de-chaussée, foyer salon, salle familiale + 3 1/2 pièces loué \$590/mois non-chauffé, non-éclairé, terrain 43,596 p.c. borné par ruisseau. **370 000 \$**

LAC-BEAUPORT
Secteur familiale, attrayante propriété à aires ouvertes bien rénovée, 4 chambres, 2 salles de bains, foyer aux granules dans la salle familiale, armoires mélamine laqué + îlot, air climatisé, grand patio, terrain intime 7000 p.c., piscine, services. **269 000 \$**

LAC-BEAUPORT
Prestigieuse propriété aux pièces spacieuses, toit cathédrale, mezzanine, 3 chambres, bureau, boudoir, superbe salle familiale, 2 foyers, air climatisé, garage double, grande terrasse couverte, pavillon, piscine creusée, terrain boisé 27,870 p.c., aqueduc. **515 000 \$**

LAC-BEAUPORT
Coquette et lumineuse propriété à aires ouvertes, 2 chambres, foyer au gaz au salon, armoires mélamine, grande terrasse en inter-bloc, fenêtres pvc, piscine h.t. en bois, 2 cabanons, terrain boisé 17,694 p.c., près du Mont Tourbillon. **225 000 \$**

LAC-BEAUPORT
Magnifique propriété 2006, 5 chambres dont 4 à l'étage, 2 salles de bain, 1 salle d'eau, sous-sol bien aménagé, garage excavé, thermopompe, terrain 15,073 p.c. avec services, piscine creusée chauffée, près de la future école, vue sur le Relais. **594 900 \$**

LAC-BEAUPORT
Attrayant cottage autrichien bien rénové, beau cachet, superbe foyer combustion lente en pierre, 3 chambres, armoires en pin, toiture et fenestration récentes, galerie en cèdre, terrain intime. **269 000 \$**

CHARLESBOURG
Secteur recherché, attrayante propriété rénovée, 4 chambres, 2 salles de bains, foyer salon, sous-sol aménagé, aucun voisin à l'arrière. **309 000 \$**

CHARLESBOURG
Secteur Léo T. Julien, maison mobile 14x68 rénovée, 3 chambres, plancher flottant, superbe terrain 12,957 p.c. borné par un ruisseau, vue sur le Relais. **179 900 \$**

STE-BRIGITTE-DE-LAVAL
Magnifique terrain d'environ 370,000 p.c. bordé par la Rivière aux Pins, près du Golf Alpin et des services, rue des Châtelains, sans issue. **160 000 \$**



Josée Fournier
Courtier immobilier
418 666-5050



**VISITEZ
NOTRE
NOUVEAU
SITE WEB
DE L'ÉCHO
DU LAC :
LACBEAUPORT.COM**

Deuxième édition du Défi-le Talent Lac-Beauport

Une relève talentueuse !

Le talent était définitivement au rendez-vous le 21 novembre dernier lorsque la Maison des jeunes le Cabanon de Lac-Beauport tenait la deuxième édition du Défi-le Talent Lac-Beauport. Le spectacle présenté au gymnase de l'école Montagnac regroupait une dizaine de jeunes de 11 à 17 ans s'affrontant pour gagner le cœur des juges et du public.

Par Mélissa Côté

melissa.cote.journaliste@gmail.com

Cette soirée de financement pour la maison des jeunes a été un succès puisqu'ils ont pu amasser environ 4700 \$. « On s'attendait à avoir plus [d'argent] », explique, un peu déçue, la responsable de l'animation, Audrey Pélouquin. En effet, l'objectif était de 5000 \$ et de 300 spectateurs. « On a eu environ 200 personnes », affirme Mme Pélouquin. « On avait moins de spectateurs, mais ils ont été plus généreux que l'an dernier », ajoute la jeune femme. En plus d'amasser des fonds, l'événement a aussi permis de découvrir plusieurs jeunes talents de la région. De nombreux numéros de chant ont été offerts et deux concurrents se sont démarqués par l'originalité de leur prestation. Le jeune Benjamin a présenté un court spectacle de magie ponctué d'humour. Pour sa part, Élodie a offert un solide numéro de danse hip-hop. Pour déterminer les gagnants, la compétition comptait sur trois juges : Ludvine Carron de la Caisse populaire Desjardins de Charlesbourg, le professeur Marc-André

Perron de l'école Montagnac et le conseiller municipal François-Bernard Saillant. Les participants étaient évalués sur leur performance et leur présence sur scène, mais aussi sur le travail investi dans leur prestation.

PRIX DU JURY

Le grand gagnant de la soirée est François Plante-D'Amboise, 17 ans, accompagné à la guitare par une magnifique interprétation de Runaway de Ed Sheeran. « Je trouve ça extraordinaire de gagner. C'est la première fois que je participe à un concours avec une aussi grosse bourse. Ça donne un bon boost », affirme le jeune homme sur sa victoire. Pour sa part, la jeune Kelly-ann Tremblay, 11 ans, a offert une puissante interprétation de la chanson Bound to you de Christina Aguilera qui lui a valu une ovation de la foule. Elle a d'ailleurs été surnommée par les juges Kelly Aguilera. Cette performance lui a valu une deuxième place et le vote du public. « Moi, au début, je faisais ça pour le plaisir. Je ne m'attendais vraiment pas à gagner », avoue la jeune Kelly-ann, un peu surprise.



Les participants de la deuxième édition du Défi-le Talent Lac-Beauport.

PRIX DU PUBLIC

La bourse du coup de cœur du public a cependant été remise au duo de rappeurs Vincent Tremblay et Émile Groskaufmanis. En effet, les concurrents s'étaient entendus pour partager avec la troisième place les bourses dans l'éventualité qu'une personne en reçoive deux, comme c'était le cas avec Kelly-ann. En plus des bourses offertes pour les gagnants, tous les participants au Défi-le Talent ont aussi reçu un cadeau-surprise. Le président d'honneur de l'événement, le compositeur et interprète de Lac-Beauport, Luc Marquis, a invité tous les jeunes à venir enregistrer une chanson dans son studio personnel pour les récompenser.



François Plante-D'Amboise et Kelly-ann Tremblay, gagnants des prix du jury.

MONT TOURBILLON

RÉSERVEZ VOTRE FORFAIT DE GROUPE !

FORFAIT NEIGE & FONDUE

Valide les vendredis et samedis
de janvier à mars 2016.

RÉSERVEZ POUR NOTRE PARTY DE FIN D'ANNÉE LE 31 DÉCEMBRE !

BRUNCH TOUS LES DIMANCHES

Musiciens sur place, grande variété de
mets au déjeuner et au dîner. Gratuit
pour les enfants de 3 ans et moins.

BUFFET ORIENTAL & GLISSADES À VOLONTÉ

Valide les samedis
de janvier à mars 2016.

RÉSERVEZ VOTRE SALLE PRIVÉE POUR GROUPE, RÉUNION, RÉCEPTION, BANQUET

GRATUIT

Réservez pour au moins 10 personnes pour le
«forfait neige & fondue» ou pour le «buffet oriental
et glissades à volonté» et obtenez la participation
gratuite pour 2 personnes additionnelles.
Certaines conditions s'appliquent. Informez-vous
au 418 849-4418.

Informez-vous auprès de notre équipe au **418 849-4418**
ou consultez notre site Internet au **www.monttourbillon.com**.

*Sincères remerciements à notre
distinguée clientèle.
L'équipe du centre technique Gilco
vous souhaite de Joyeuses Fêtes !*

**Réparation,
remplacement
de pare-brise et
accessoires d'auto.**

CENTRE TECHNIQUE GILCO

979, Boul. du Lac, Lac-Beauport (QC) G3B 0W4
(418) 841-6391

CÉRAMIQUE
D É C O R

DÉTAILLANT DES PEINTURES



www.ceramiquedecor.ca
info@ceramiquedecor.ca
4220, 3^e Avenue ouest,
Québec, Qc. Ca G1H 6T1
T 418.627.0123

6^e édition d'un rendez-vous magique La féerie Féerie !



Les adorables Henri, Éloi et Évie Boisteau posent en compagnie de l'incontestable vedette du week-end, le Père Noël. Ce qu'ils préfèrent à propos du temps des Fêtes ? Les cannes de Noël, les cadeaux et, bien sûr, passer du temps en famille !

Sur un tapis de neige fraîchement tombée pour l'occasion, le coup d'envoi de la 6^e édition de la Féerie de Noël Proludik de Lac-Beauport s'est déroulé le 4 décembre dernier, en soirée. Tout le week-end durant, jeunes et moins jeunes ont plongé dans l'ambiance des Fêtes à pieds joints, grâce à une programmation haute en couleurs — et en émotions !

Par Malory Lepage

malory@leseditionsplatine.com

Le vendredi, dès 18 h, la fête était lancée au Saisonnier, avec le cocktail d'ouverture réunissant les partenaires. L'amorce du Marché de Noël s'est opérée simultanément, avec animations, feu et spectacle de type soirée canadienne. Durant toute la journée du samedi, les enfants ont été gâtés avec l'Espace Proludik, leur donnant l'occasion de vivre des sensations fortes. Le jumpaï — un trampoline acrobatique permettant de faire des rebonds allant jusqu'à 30 pieds (plus de 9 m !) — a volé la vedette en après-midi, de même que les jeux gonflables installés pour l'occasion. Le jeune Éloi Boisteau (voir photo), avec ses habiletés de gymnaste, a été conquis. « J'ai fait un triple backflip ! », s'exclame-t-il, fièrement. Son frère Henri et sa sœur Évie ont aussi relevé le défi avec brio. Ce fut sans aucun doute une journée magique pour les trois frangins !

L'arrivée du Père Noël en après-midi a également compté parmi les moments forts du week-end, tout comme la présence de la sympathique Pakane La Clown, toujours prête à rire et s'amuser. Son spectacle « Telle mère, tel nez » a d'ailleurs été fort apprécié !

Et que serait l'avent sans les lutins ? Que ce soit à la maison ou à l'école, ces curieux personnages s'immiscent partout : même à la Féerie ! C'est pourquoi la chasse aux lutins a été grandement prisée chez les enfants. Bricolage, trottinette des neiges — gracieuseté de Cité Joie — maquillage, chants et parcours ont également divertis les visiteurs durant toute la journée.

Le dimanche matin avait lieu le traditionnel brunch festif, en compagnie du Père Noël et de ses lutins. Pour l'occasion, plus de 150 assiettes ont été servies par la Maison des jeunes le Cabanon. Inutile de dire que

la magie a encore une fois opéré pour cette 6^e édition de la Féerie ! Chapeau à l'organisation et aux bénévoles !



Tradition des Fêtes et occasion privilégiée de connaître les artisans locaux, le Marché de Noël de la Féerie permettait, entre autres, de dénicher des cadeaux originaux.



Les structures imposantes du jumpaï de l'Espace Proludik invitaient petits et grands à « s'envoler ».

Fleuriste En Fleurs et En Fêtes

Une nouvelle propriétaire innovante

Près de trente ans après sa fondation, la nouvelle propriétaire d'En Fleurs et En Fêtes, Carmen Isabelle, réalise son rêve d'avoir son commerce de fleurs. Tradition et innovation se côtoient entre les murs de la boutique où une clientèle fidèle profite d'une belle offre de produits complémentaires aux arrangements floraux.

Par Mélissa Côté

melissa.cote.journaliste@gmail.com

Mme Isabelle contemplant l'idée de devenir fleuriste depuis une dizaine d'années. Passionnée par les fleurs, la nouvelle propriétaire souhaitait passer à la prochaine étape après de nombreuses années consacrées au travail avec le public. Une première opportunité d'acheter un commerce de fleurs s'était présentée en 2006, sans se concrétiser. Il aura fallu attendre neuf ans pour que Mme Isabelle mette la main sur sa boutique. « On a sauté dessus », explique la propriétaire sur l'achat du commerce en septembre dernier. « Elle était comme pour nous, elle nous attendait » ajoute-t-elle. Dans cette nouvelle aventure, Mme Isabelle n'est pas seule. Elle est épaulée par son conjoint, mais aussi par les anciennes propriétaires qui donnent un coup de main lors des périodes achalandées. Un nouvel allié surprise porte même intérêt à l'entreprise de Mme Isabelle. « Ma fille, Marie-Gabrielle, commence à s'intéresser beaucoup et à m'aider », avoue la nouvelle propriétaire sur une possible collaboration mère-fille.

MISER SUR LA QUALITÉ

Carmen Isabelle utilise des fleurs fraîchement coupées pour tous ses arrangements floraux. « Nous avons entre 25 et 30 variétés de fleurs fraîches disponibles chaque jour », précise la propriétaire. Ces dernières changent et varient en fonction des saisons. Cette attention spéciale portée à la qualité des fleurs utilisées augmente donc la longévité des bouquets. « Un beau bouquet de fleurs, en temps normal, c'est supposé durer plus qu'une semaine et les miens durent effectivement plus d'une semaine », affirme Mme Isabelle. En plus des arrangements floraux, la boutique En Fleurs et En Fêtes offre aussi à ses clients des produits naturels fabriqués au Québec, des ballons à l'hélium et des peluches. Une autre particularité du service offert par Mme Isabelle est l'ajout de petits cadeaux aux arrangements floraux.

FORMATION INTENSIVE

La nouvelle propriétaire d'En Fleurs et En Fêtes n'avait toutefois pas de formation en fleuristerie. C'est donc grâce à un cours intensif d'un mois donné par les anciennes propriétaires que Mme Isabelle a appris les rouages du métier. « J'ai appris vite, vite, vite. Six jours par semaine, mais ça a rentré ! », avoue Mme Isabelle. En jumelant son expérience avec le public, la propriétaire est en mesure d'offrir à chaque client des arrangements personnalisés. « Je suis un petit caméléon, je m'adapte à la personnalité des clients », explique la propriétaire. C'est d'ailleurs la méthode

qu'elle utilise afin de trouver son inspiration pour ses pièces, uniques à chaque client. « Offrir aux gens des fleurs qui sont belles, c'est valorisant. Quand je vois les clients partir avec leurs fleurs et qu'ils sont contents, c'est une fierté », conclut la fleuriste.



La propriétaire Carmen Isabelle reprend les rênes de la boutique En Fleurs et En Fêtes.

LA PASSE DE JANVIER 2016

À 99\$

JOURS ET SOIRS ILLIMITÉS

**OFFREZ-LA
EN CADEAU**

PASSE VALIDE DU 3 AU 31 JANVIER

PROFITEZ DES MEILLEURES CONDITIONS

Taxes en sus.

Lévesque Lavoie Avocats élargit ses horizons

Ouverture d'un point de service à proximité

Afin de mieux desservir ses clients de la couronne nord de Québec, le cabinet Lévesque Lavoie Avocats a récemment ouvert un point de service, situé à La Halte de Lac-Beauport. Le choix de cet emplacement ne s'est pas produit par hasard : les associés Me Bruno Lévesque et Me Marco Lavoie se trouvent en bonne position pour connaître la demande, puisqu'ils habitent respectivement Lac-Beauport et Sainte-Brigitte-de-Laval.

Par Malory Lepage

malory@leseditionsplatine.com

« On pense qu'à long terme, ça va être bon », affirme Me Lévesque, en soulignant qu'il peut être utile pour les gens de ne pas devoir aller « en ville » pour obtenir ces services. « On se veut accessibles physiquement, mais aussi dans notre structure de prix et notre façon de travailler. » Exerçant son métier depuis bientôt 20 ans, Me Lévesque voulait bâtir un bureau polyvalent, offrant des services de qualité aux entreprises et aux particuliers. C'est également le cas de son associé, qui cumule, pour sa part, plus de 10 ans d'expérience. « On a un bon réseau; quand nos clients ont un besoin dans une surspécialité, on va la chercher à l'externe », explique Me Lévesque, soulignant les avantages économiques d'une telle démarche pour le client. Forts d'une équipe d'une douzaine d'avocats, la moitié d'entre eux travaille surtout dans le « transactionnel » — soit l'achat et la vente d'entreprises — tandis que l'autre œuvre

majoritairement en « litige ». « On travaille beaucoup en équipe, on échange sur nos dossiers », déclare Me Lavoie. L'union fait la force, après tout !

S'ils ont une clientèle variée, il faut savoir que plusieurs d'entre eux sont des entrepreneurs. « On comprend ce que peuvent vivre les gens, et on les accompagne là-dedans », affirme Me Lavoie. C'est pourquoi ils ont à cœur de bien vulgariser la démarche dans laquelle ils s'engagent, afin de leur « enlever un poids sur les épaules ». La devise des deux avocats est claire : « En affaires, comme dans la vie personnelle, vaut mieux prévenir que guérir », souligne Me Lévesque. « On aime connaître l'entreprise, les pratiques d'affaires et les gens », mentionne-t-il. « Si on est proches, ils nous appellent rapidement, et on peut ainsi prévenir les litiges. » Leur but est de donner une « solution juridique », avec une « vision entrepreneuriale ». Lorsque vient le temps de travailler avec des particuliers, ils conservent toujours cette même vision de prévention.



Fondé en 2008, Lévesque Lavoie Avocats offre désormais un nouveau point de rencontre, situé à La Halte de Lac-Beauport, au 1025 boul. du Lac, local 225. À gauche, Me Lavoie et à droite, Me Lévesque.

LA PASSION AU QUOTIDIEN

« Trouver des solutions originales pour arriver aux résultats que les gens veulent » : voilà ce qui alimente Me Lévesque dans son travail. « C'est-à-dire que le problème soit réglé le plus rapidement et le plus économiquement possible », précise-t-il. Me Lavoie, quant à lui, se

dit hautement motivé par l'apprentissage constant : « Il y a toujours une histoire que les gens nous apportent et qui va nous servir dans d'autres domaines. » Dans un métier où les journées sont aussi variées que les cas rencontrés, les associés n'ont certainement pas le temps de s'ennuyer !



Les arts Tai Chi Taoïste^{MD}

Des arts de santé agréables
à pratiquer, aux bienfaits multiples
et à la portée de tous.

Classe d'essai
sans obligation
à votre
première
visite.

Nouvelles classes pour débutants

Lundi soir de 19 h à 21 h à partir du 11 janvier

Mercredi de 13 h 30 à 15 h 30 à partir du 6 janvier

890, boulevard du Lac, Lac-Beauport
La Maison des Français



418.688.1199 • taichitaoiste.org

Vous avez aimé la série

VENT DE MÉMOIRE?

**Procurez-vous votre émission
préférée ou la série complète!**



Votre Tv locale
01 & 601

Idéal comme cadeau de Noël!



25\$
DVD

60\$
Pour la série
complète
(7 dvd)

Disponible en précommande au 418 849-7125
ou par courriel au info@ccap.tv

CCAP
CABLE . COM
TÉLÉVISION • TÉLÉPHONIE • INTERNET

www.ccap.tv | f



SECTION NOËL

Par Philippe Lapeyrie

philippelapeyrie.com

Suggestions de « cadeaux vinos »

Nous sommes à quelques semaines (déjà !) de Noël et vous cherchez probablement le cadeau idéal pour l'amateur de bon vin ? Votre chronique vin mensuelle vous propose donc dans les prochaines lignes des présents qui feront plaisir à un ami ou à un membre de la famille ayant un petit côté épicurien.

Je le dis souvent, mais une bonne dégustation commence avec un verre adéquat ! Alors vous devriez mettre la main sur quelques verres Riedel de la Série Ouverture, qui sont des outils indispensables à la dégustation. Prévoir entre 8 et 12 \$ l'unité pour ce type de verre. L'achat d'une carafe pourra aussi combler l'amoureux du vin. Vous trouverez ces accessoires dans une boutique spécialisée (comme Vinum Grappa ou Després Laporte), mais aussi de nombreux autres gadgets tels des aérateurs, des pochettes réfrigérantes pour les bouteilles de vin, des celliers et plus encore.

Vous pourriez aussi acheter un des nombreux guides d'achats de vin annuels qui sont en vente dans les librairies : Le Guide du Vin Phaneuf, rédigé par Nadia Fournier, le Grand Larousse des Vins, les ouvrages hyper pédagogiques de Jacques Orhon ou même le livre annuel de votre marchand de bonheur lac-beauportois, Le Lapeyrie 2016 que l'on trouve partout dans la province.

Pourquoi ne pas offrir un cours de sommellerie ou toute autre formation sur les vins ? Informez-vous à la SAQ ou à l'École hôtelière de la Capitale pour avoir de l'information sur les cours grands publics qui sont offerts dans la grande région de Québec.

Une bonne bouteille peut aussi s'avérer un excellent présent à offrir à l'amoureux de jus de raisin fermenté. Vous pouvez opter pour un délicat Pinot bourguignon, un détaillé Barolo piémontais, un tonifiant Riesling germanique, un onctueux vin de glace québécois ou un structuré Cabernet californien. Un bon Scotch ou un envoûtant Armagnac pourra aussi faire plaisir à l'aficionado d'eau-de-vie. Par contre avant de débours 30, 40 ou 50 \$ pour une fiole d'alcool, assurez-vous de connaître un peu plus les goûts de la personne à qui vous l'offrirez.

En ce mois de décembre, vous êtes nombreux à me faire parvenir des courriels me demandant des choix de bonnes bouteilles à petits prix. Ce qui est tout à fait normal, car vous allez probablement recevoir de nombreux convives entre Noël et le Jour de l'An, et vous ne désirez pas vous ruiner, tout en ne voulant pas non plus leur servir de la piquette...

En rafale, voici quelques quilles à moins de 15 huard, qui ne vous feront pas honte devant la visite ! L'aguicheur Val da Judia de la maison Santo Isidro à 11,30 \$ (10 513 184), est un blanc portugais tout à fait recommandable pour son rang. En rouge, vous pouvez miser à pleines narines sur le constant Corbières du Château du Grand Caumont dans le Sud de la France à 13,85 \$ (316 620). Ce

dernier saura se faufiler habilement entre la dinde, la tourtière, les fromages et les ragoûts des Fêtes. Dans la catégorie des vins rouges à moins de 11 \$, il faut indéniablement pointer du doigt la déstabilisante et tellement rassasiante cuvée Araucanon de François Lurton, à 10,95 \$ (11 975 073). Une Syrah chilienne d'un

rapport qualité/prix/plaisir tout simplement remarquable, qui mettra des sourires et des fous rires aux visages en moins de deux verres autour de la table et du sapin !

Joyeux Noël et bonne année « grand nez » !



SURVEILLEZ NOTRE BOXING DAY!

LES VINS CHER ET FIER DE L'ÊTRE!

ANIMO DÉPOT

418 849-4932
858, Boulevard du Lac, Lac-Beauport

20 ANS AU SERVICE DE VOTRE COMMUNAUTÉ DEPUIS

NATURAL CHOICE
LIFETIME
PRO PLAN
1ST CHOICE
SCIENCE DIET

NOUVEAU BLUE BUFFALO

PRO NATURE
EUKANUBA
NUTRIENCE
ROYAL CANIN
ORIJEN
ACANA

NOURRITURE NATURELLE PRO NATURE 26
À l'achat de nourriture pour chien adulte grande race au poulet. Format 15 kg

39,99\$ TOP QUALITÉ PETIT PRIX

Obtenez GRATUITEMENT un os pressé 8" Valeur de 4.99\$

SCIENCE DIET

À l'achat de nourriture pour chien ou chat au choix Format 3.5 lb et plus

POIDS PARFAIT RECOMMANDÉE PAR LES VÉTÉRINAIRES

obtenez **10% de RABAIS**

Garantie de perte de poids en 10 semaines

Eukanuba

À l'achat de nourriture pour chien adulte grande race. Format 33 lb

Obtenez **10\$ de RABAIS**

Nourriture conçue à partir de fondement scientifique

Obtenez GRATUITEMENT un sac de gâteries Régal Naturel Zoë 175g Valeur de 6.99\$

LITS ET MATELAS CHIEN • CHAT

15% de rabais

ROYAL CANIN

Obtenez **8\$ de RABAIS** sur tous les produits chat et chien Format 10 lb et plus

Courez la chance de Gagner une carte cadeau **500\$ BEST BUY** chez

À l'achat de produit ROYAL CANIN Tirage le 6 janvier 2016

ACANA Orijen

À l'achat de nourriture ACANA ou ORIJEN pour chat au choix 3.5 lb ou plus

Obtenez GRATUITEMENT un sac de litière VIP format 8kg Valeur de 9.99\$

Obtenez GRATUITEMENT un sac de gâteries lyophilisées Orijen de 35g Valeur de 6.99\$

Courez la chance de Gagner une carte cadeau **500\$ BEST BUY** chez

À l'achat de produit NUTRIENCE Tirage le 6 janvier 2016

AIMEZ ET PARTAGEZ NOTRE PAGE ET COUREZ LA CHANCE DE GAGNER 1 AN DE NOURRITURE GRATUITE



SECTION NOËL

Par Sébastien Noël, Vidéoasis

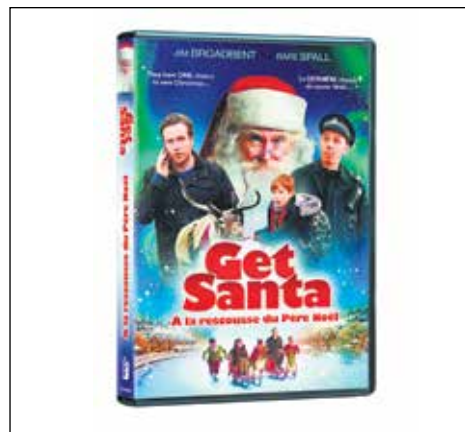
Des nouveautés à ne pas manquer !

La cuvée 2015 des films de Noël en format DVD, Blu-ray et numérique est beaucoup moins intéressante que celle en salle présentement (donc celle de 2016 sera prometteuse). Néanmoins, parmi les nouveautés cette année, les trois productions suivantes ont retenu notre attention...

La contribution de la France au cinéma des fêtes est très modeste depuis le classique « Le Père Noël est une ordure », et pourtant le succès de cette œuvre est devenu légendaire. « Le Père Noël », mettant en vedette l'excellent Tahar Rahim (Le Prophète), interprète un Père Noël cambrioleur qui se retrouve comme par magie sur le balcon d'un jeune enfant de 6 ans, Antoine, qui est beaucoup trop émerveillé pour y voir la supercherie. En échange de la promesse de faire un tour de traîneau avec le Père Noël dans les étoiles, le jeune se prête au jeu du complice en déroband des bijoux dans des appartements cossus. Ils formeront ensemble un duo invraisemblable qui les fera grandir durant cette nuit-là... Dans la lignée directe des films politiquement incorrects, mais dont la fin heureuse fait oublier les écarts de morale, « Le Père Noël » est dosé suffisamment de



moments attendrissants et d'émotions pour que l'on y croit vraiment, entre autres grâce au talent de ses acteurs principaux ainsi qu'au ton très américain rappelant plusieurs films du genre. ****/5



A LA RESCOUSSE DU PÈRE NOËL (GET SANTA)

On se déplace au Yorkshire (Angleterre) pour cette nouvelle histoire de Noël dans laquelle Jim Broadbent joue le rôle du Père Noël qui est retrouvé dans le garage d'un père et de son fils après un accident de traîneau ! Étant méfiant envers la véritable existence de celui-ci, le père embarque dans une aventure complètement loufoque avec son fils, afin d'aider le Père Noël à retrouver ses compagnons (lutins et rennes) ainsi que son traîneau pour sauver la fête de Noël. Encore une fois, la prémisse du film sort de la rectitude puisque le grand bonhomme à la barbe blanche se retrouvera en prison, mais les moments magiques et le ton plus familial viennent rapidement dédramatiser cette situation. D'ailleurs, rien de mieux que quelques blagues de flatulences des rennes pour alléger l'atmosphère et en faire un incontournable pour le temps des fêtes. *** 1/2 / 5



NOËL SUR MESURE (THE CHRISTMAS CONSULTANT)

Téléfilm canadien mettant en vedette David Hasselhoff (K-2000), « Un Noël Sur Mesure » raconte l'histoire d'une famille dysfonctionnelle qui, voyant l'arrivée du temps des fêtes comme un tas de problèmes à gérer, décide d'embaucher un spécialiste (Hasselhoff) de l'organisation des fêtes de fin d'année. Prenez plusieurs idées du classique « Le Sapin a des Boules », ajoutez-y un peu d'humour cabotin de David Hasselhoff (joue parfois trop dans la parodie) et mélangez le tout avec quelques moments magiques propres à la fête de Noël et vous aurez un film honnête qui, malheureusement, ne contient pas de version française, et ce, même s'il a été produit par et pour Super Écran. ***/5



PIERRE ROY

UN OPTICIEN DE CHOIX

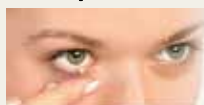
Verres de contact

Examen de la vue par un optométriste

Service - Qualité - Fiabilité

Nous acceptons les prescriptions de l'extérieur

Commandez maintenant
vos renouvellements de
lentilles cornéennes en ligne

www.pierreroyopticien.ca

 RENOUVELLEMENT
DE LENTILLES
COMMANDER


75\$ de rabais
à l'achat d'une lunette,
verres et monture
avec prescription

Valide jusqu'au 31 janvier 2016.
Ne peut être jumelé à toute
autre promotion.

*Meilleurs vœux
pour un Noël plein
de joie et une
nouvelle année
remplie de
bonheur !*

Centre Neufchâtel, 2250, boul. Bastien, Québec

pierreroyopticien.ca

418 842-9595



SECTION NOËL

Andréanne Martin, diététiste-nutritionniste

andreeanne@nutrisimple.com

Célébrez les fêtes... le coeur en santé !

Mes clients souffrant de cholestérol et d'hypertension semblent toujours inquiets à l'approche des fêtes. Charcuteries, pâtisseries, repas copieux... tout semble au rendez-vous pour nuire à la santé cardiovasculaire ! Ces quelques conseils sauront vous guider vers les meilleures options et substitutions.

Bien qu'elles aient parfois une composante héréditaire, les maladies cardiovasculaires sont souvent reliées aux habitudes de vie, notamment la consommation de sel, de mauvais gras et de sucre. Comment bien s'en sortir pendant la période des fêtes ?

TRUC #1 : AJOUTEZ DES FIBRES !

Une consommation élevée en fibres diminuerait les maladies du cœur, c'est pourquoi on suggère d'en intégrer à tous les repas et collations.

Au buffet : garnissez votre assiette de légumes !
À la collation : intégrez les petits fruits, les agrumes ou les noix.

Pour les desserts : confectionnez-les à base de farines de grains entiers ou épatez vos invités en cuisinant les desserts aux légumes du livre Deserts santé pour dents sucrées.

TRUC #2 : LIMITEZ LES MAUVAIS GRAS !

Les gras saturés et trans présents dans les viandes, les charcuteries, les fromages et les pâtisseries faites à base de graisses végétales peuvent augmenter la pression sanguine, le cholestérol et ainsi nuire à la santé cardiaque. Omniprésents lors des repas des fêtes, mon équipe de nutritionnistes et moi vous proposons quelques suggestions :

- Priorisez la volaille en retirant la peau avant de la consommer;
- Choisir des charcuteries qui contiennent moins de 5 g de gras saturés;
- Évitez de combiner dans le même repas les principales sources de mauvais gras : pâtés, tartes, charcuteries, pâtisseries, friture et fromages gras.
- Partez à l'aventure : faites l'essai de remplacer la viande hachée du pâté à la viande traditionnelle par un mélange de pois chiches et de champignons, option proposée sur ricardocuisine.com.

TRUC #3 : DITES « NON » À LA SALIÈRE !

Une consommation excessive de sel peut causer des dommages aux artères en augmentant la tension artérielle. Présent en quantité manifestement trop élevée dans les aliments transformés, il vaudrait mieux laisser la salière de côté. Si vous êtes le chef à l'œuvre cette année, il sera préférable d'utiliser les herbes et épices dans vos diverses préparations.

TRUC #4 : INTÉGREZ DES « SUPERALIMENTS » !

Sans guérir les maladies, certains aliments contiennent des nutriments pouvant jouer un rôle de protection lorsqu'il est question de maladies cardiovasculaires. Rappelez-vous d'en intégrer à votre quotidien.

Légumes : famille des choux, asperges, tomates, oignons;

Fruits : bleuets, agrumes;
Gras : avocats, noix, huile d'olive;
Protéines : saumon, œuf, sardines;
Petits extras : vin rouge, chocolat noir.



En apportant ces petits changements, vous pourrez manger vos favoris du temps des fêtes sans trop de tracas pour vos artères. Joyeux temps des fêtes de toute l'équipe NutriSimple !

HORLOGER • JOAILLIER

**BIJOUTERIE
LE SABLIER Inc.**
Vente et Réparation

- Service d'atelier sur place
- Création de bijoux
- Remodelage
- Réparation de bijoux, montres, horloges
- Gravure et remontage de colliers

SURVEILLEZ NOS SPÉCIAUX DES FÊTES !

15 à 50%
DE RABAIS SUR TOUT EN MAGASIN

Magasinez tôt et faites vos mises de côté pour un meilleur choix

683, rue Jacques-Bédard (près du Brunet NDL)

418 841.0949 • www.bijouterielesablier.com

**Bougeotte
Placotine &**

café + mise en forme

L'UNIQUE
centre de mise en
forme spécialisé

**BÉDAINES &
NOUVELLES
MAMANS**

Ouverture
2^e succursale
JANVIER 2016

2 adresses
**SILLERY
LEBOURGNEUF**

bougeotteetplacotine.ca



SECTION NOËL

Par Malory Lepage

malory@leseditionsplatine.com

Idées pratiques pour un Noël réussi

Les coups de cœur locaux de l'équipe !

À l'approche des grands rassemblements du temps des Fêtes, vous avez probablement commencé à préparer vos cadeaux, réceptions et partys. Ça tombe bien, notre équipe aussi ! Et, cette année, nous avons décidé de vous faire part de nos produits coup de cœur, parmi nos commerçants locaux. Vous y trouverez donc des idées originales pour « jizzer » vos célébrations !

Notre éditeur Michel Beaulieu a du mal à choisir un seul coup de cœur local, mais il admet avoir un faible pour le Café Noisette, lorsque vient le temps d'offrir un cadeau. « C'est tellement pratique d'avoir une si belle boutique tout près ! » Et encore là, il est difficile de faire un choix précis, parmi toutes les possibilités qu'offre le magasin général. « J'opterais pour les bijoux, qui sont beaux et vendus à juste prix », affirme-t-il. Café Noisette tient, entre autres, la gamme Thomas Sabo, très prisée chez les femmes de tous âges, tant pour la simplicité et l'élégance de ses designs. De quoi combler votre mère, votre sœur, votre fille ou encore votre douce moitié !

monde », souligne Julie. Une belle idée pour garder nos proches bien au chaud, cet hiver !



COURTOISE

Le cœur de notre directrice artistique Marie Chantal a fondu pour la Galette québécoise de la Boulangerie du Lac. « Il s'agit d'une version revisitée à la québécoise de la fougasse d'Aigues-Mortes. Au lieu de contenir de la fleur d'oranger, elle est trempée dans le sirop d'érable. » Une belle idée à intégrer à vos brunchs du temps des Fêtes, et ainsi épater la galerie ! « C'est un incontournable pour satisfaire les « dents sucrées », affirme-t-elle. Avec un café au déjeuner ou encore au dessert, tout prétexte est donc bon pour la savourer.

Notre conseiller publicitaire Jean-Simon Jalbert profite lui aussi du temps des Fêtes pour choyer son entourage. Son choix s'est arrêté sur la jardinière de fruits au chocolat du IGA de Lac-Beauport. « J'aime les desserts concoctés par Mélanie, la pâtissière, qui les fait avec passion. » Et plaisir partagé, plaisir doublé, il l'offrira à sa « mère chérie » à l'occasion du réveillon.



MALORY LEPAGE

Sportive dans l'âme, notre adjointe à la direction a sélectionné un cadeau qui ferait plaisir à toute la famille : des semelles en mouton véritable. En plus d'être fabriquées au Québec, ce produit en vente chez Genetik promet de prendre un minimum d'espace dans vos bottes (malgré leur aspect « touffu ») et de rester en place. « C'est parfait pour la marche, le ski, le jogging ou encore la raquette, et c'est pratique pour tout le



COURTOISE



JEAN-SIMON JALBERT



SIBÉRIA STATION SPA

Amélie, notre journaliste en chef, a arrêté son choix sur une idée-cadeau qui en ravirait plus d'un : un forfait bains et massages chez Sibéria Spa ! « À la fin d'une grosse année, il est important de prendre du temps pour soi », souligne-t-elle. Dans le décor relaxant de l'endroit, c'est un peu comme offrir une escapade aux gens que l'on aime. « En hiver, avec la petite neige, c'est féérique. » Il y a fort à parier que cette idée se retrouvera sur la liste de plusieurs !

Notre journaliste Philippe Brassard, quant à lui, recommande les éclairs au chocolat de Pascal Le Boulanger. « Je suis un maniaque de chocolat », confie-t-il. Toujours frais et délicieux à souhait, on peut facilement les intégrer à un souper de famille, les apporter à un buffet au bureau, ou encore les offrir lorsque l'on rend visite à nos proches. « Tous les prétextes sont bons pour manger du chocolat à Noël. » Alors, pourquoi ne pas profiter des éclairs pour se gâter ?



PASCAL LE BOULANGER

Parce que Noël, c'est aussi le temps de cajoler nos animaux, notre journaliste Mélissa Côté a trouvé de quoi plaire à nos fidèles compagnons. « Les gâteries pour



MÉLISSA CÔTÉ

chiens et chats Faim Museau sont 100 % naturelles, faites au Québec et ne contiennent qu'un seul ingrédient. » En vente chez La Belle Bête, elles sont disponibles en trois saveurs, soit pattes de canard, poumon de bœuf et peau de saumon. « Et elles agissent comme brosse à dents naturelle. » Quoi demander de mieux ?



CAFÉ NOISETTE

Pour ma part, j'ai craqué pour les jolies décorations de Noël de chez Café Noisette. J'adore recevoir chez moi et je prends un plaisir fou à monter une belle table, dans une ambiance chaleureuse. Dans le temps des Fêtes, je suspends de petits objets thématiques un peu partout. Il faut que ça « sente » Noël ! C'est pourquoi je recommande leurs ornements : on peut les intégrer au sapin, les accrocher sur les poignées de porte ou encore enjoliver la table. Votre imagination représente la seule limite ! C'est d'ailleurs une excellente idée pour les échanges de cadeaux au bureau. On en trouve pour tous les budgets, et les heureux destinataires auront le temps d'en profiter, d'ici la fin du mois.

Toute l'équipe de L'Écho du Lac vous souhaite une excellente période des Fêtes !



C'est avec beaucoup de reconnaissance que j'ai reçu le mandat clair des électeurs de Portneuf – Jacques-Cartier et je vous en remercie. Soyez assurés que je représenterai toutes les citoyennes et tous les citoyens de la circonscription.

Je profite de l'occasion pour vous souhaiter une année remplie de santé, de bonheur et d'amour. Offrez-vous du bon temps avec les gens qui vous sont chers.

Joyeux Noël et Bonne Année !

Joël Godin



CHAMBRE DES COMMUNES
HOUSE OF COMMONS
CANADA

Joël Godin
Député Portneuf – Jacques-Cartier

Bureau de circonscription :
334, route 138, suite 230
Saint-Augustin-de-Desmaures
(Québec) G3A 1G8
Joel.Godin@parl.gc.ca



CARNET D'ADRESSES :

Café Noisette	1000 boul. du Lac # 100, Québec, QC G2M 0C9
Genetik	20615 boul. Henri-Bourassa, Québec, QC G2N 1P3
Boulangerie du Lac	1025 boul. du Lac, Lac-Beauport, QC G 3B 0X1
IGA Alimentation A. D. R.	795 boul. du Lac, Québec, QC G2M 0E4
Sibéria Spa	339 boul. du Lac, Québec, QC G2M 0E1
Pascal Le Boulanger	2 av. Tewkesbury, Stoneham-et-Tewkesbury, QC G3C 2K6 et 1000 boul. du Lac, Québec, QC G2M 0C9
Boutique La Belle Bête	1015 boul. du Lac, Lac-Beauport, QC G3B 0W9

Conseil municipal de Stoneham-et-Tewkesbury

Les pompiers de Stoneham contre la fusion des services incendie

Les pompiers de Stoneham-et-Tewkesbury se sont prononcés contre le projet de regroupement de leur service incendie avec ceux des municipalités de Lac-Beauport et Sainte-Brigitte-de-Laval, lors de la séance du 9 novembre du conseil municipal.

Par Philippe Brassard

philippe@leseditionsprime.ca

Selon la résolution qui a été adoptée sans l'appui de l'opposition, le projet de « mise en commun » des services incendie a pour but « l'optimisation des ressources et l'amélioration de la sécurité incendie sur le territoire » des trois municipalités concernées (voir autre texte).

Ce projet de fusion a été accueilli très froidement par les pompiers de Stoneham. Le chef de division, Stéphane Fontaine, a vivement déploré l'approche du maire. « M. le maire, vous nous passez ce projet en catastrophe. L'état-major du service incendie n'a pas été consulté », a affirmé M. Fontaine devant le conseil.

Ses collègues et lui sont d'avis qu'un regroupement des services incendie aura pour impact « d'allonger le temps de réponse pour nos citoyens ». « Si je suis en train de répondre à un appel à Lac-Beauport ou Sainte-Brigitte-de-Laval, et que quelqu'un se tape une crise de cœur à Stoneham, on ne sera pas là pour

répondre à ses besoins », a-t-il illustré.

« On répond déjà à 200 appels par année, a souligné pour sa part Diane Laberge. On est la municipalité avec la plus grande superficie de la province. On peine à répondre dans des délais raisonnables avec nos effectifs (35 pompiers). Ça va ressembler à quoi les délais quand il faudra aller à Saint-Brigitte? Ça va être absolument odieux. »

Un autre pompier a dit craindre que le camion-échelle de Stoneham soit déménagé à Lac-Beauport. « Pourquoi dégarnir notre ville pour en rhabiller une autre? On se tire dans le pied! », a-t-il lancé.

Pour le maire Robert Miller, il n'est pas question d'offrir un service de moindre qualité. « Au contraire, on cherche à augmenter le service et la sécurité de nos citoyens », a-t-il dit.

Selon lui, l'option de regrouper les services incendie a déjà été une réussite pour plusieurs municipalités du Québec. « À travers notre volonté de regroupement, il y a trois choses qui sont poursuivies : l'efficacité, l'efficacité et l'économie », a soutenu le maire. « Nos

ressources humaines et matérielles seront mises en commun et nous pensons que cela amènera des économies substantielles pour le bénéfice et le service des citoyens et surtout pour la sécurité », a-t-il affirmé.

PROCHAINE ÉTAPE

La prochaine étape du projet consistera à embaucher des consultants qui auront pour mandat de recommander le meilleur modèle et les meilleures pratiques pour obtenir un service de sécurité incendie « optimisé » couvrant les trois municipalités.

« Au lieu d'embaucher un consultant à gros prix, pourquoi ne pas consulter vos gens d'expérience au service incendie? », a demandé un pompier, M. Bouchard.

Assurant que les états-majors des services incendie des trois villes allaient être « mis à contribution » dans le processus, le maire a toutefois mentionné que la décision se veut « politique » entre trois maires. « Aujourd'hui, la décision c'est de faire une étude. On va procéder et ensuite on analysera », a-t-il répété.



Un pompier de Stoneham exprime son désaccord face au projet de regroupement des services incendie devant le conseil municipal, le 9 novembre.

LE MAIRE UTILISE SON VOTE

D'entrée de jeu, l'opposition avait réclamé que la résolution soit reportée à une séance ultérieure, faisant valoir qu'elle leur avait été présentée seulement 45 minutes à l'avance. Le maire a toutefois refusé, obligeant la tenue du vote.

« Est-ce qu'on est bien sérieux avec cette réforme là? » a demandé le conseiller Claude Lebel. « Quelle est l'urgence de passer ça ce soir? », a-t-il insisté, avant de voter contre avec ses deux collègues.

Le maire a finalement tranché avec son vote, comme il l'a fait à quatre autres occasions le 9 novembre pour faire passer des résolutions contestées par l'opposition.

Stoneham-et-Tewkesbury

Trois conseillers démissionnent de l'équipe du maire Miller

Insatisfaits de la dynamique qui régnait au conseil municipal de Stoneham-et-Tewkesbury, les conseillers Marie-Ève D'Ascola, Louis-Antoine Gagné et Edith Coulombe ont démissionné de l'équipe du maire Robert Miller en novembre afin de siéger comme indépendants.

Par Philippe Brassard

philippe@leseditionsprime.ca

Les trois conseillers démissionnaires ont d'abord expliqué leur décision par des « divergences de vision » avec le maire, disant ne pas avoir été assez « entendus » au cours des derniers mois.

« Je sentais qu'au sein de l'équipe mon opinion comptait plus ou moins. Je me suis dit que la seule façon pour moi de bien représenter les citoyens qui m'ont élu, c'est de devenir indépendante », explique Marie-Ève D'Ascola.

Parmi les dossiers qui ne faisaient pas l'unanimité au sein du parti, le dossier des parcs municipaux a pesé lourd. « En six ans, on n'a pas encore été capable de faire installer de nouveaux modules de jeux dans nos parcs. Je pense qu'il y avait un manque de volonté politique et je n'étais plus capable de défendre

cette ligne de parti », souligne Louis-Antoine Gagné.

« C'est un dossier qui n'aboutit pas et sur lequel on ne s'entendait pas avec le maire », confirme Edith Coulombe, qui a aussi constaté que l'esprit d'équipe s'était détérioré et que les « débats d'idées » n'avaient plus la même place depuis deux ans.

Pour Louis-Antoine, il ne faut toutefois pas voir dans sa décision un affront au maire, mais bien un désir de retourner à la base de son engagement. « Je ne veux pas travailler contre Robert Miller, je veux travailler pour le citoyen », mentionne-t-il.

Même son de cloche pour Edith Coulombe. « Je remercie Robert pour sa confiance », soulève-t-elle. « Ce n'est rien contre lui; je vais continuer de l'appuyer pour certains projets. Mais pour le respect de mes valeurs, de mon intégrité et de mon authenticité, j'ai choisi de siéger comme indépendante », soutient-elle.



Les conseillers Edith Coulombe, Louis-Antoine Gagné et Marie-Ève D'Ascola siègent désormais comme indépendants au conseil municipal.

LE BLÂME SUR L'OPPOSITION

À maintes reprises, les trois conseillers ont pointé du doigt l'opposition, qu'ils accusent d'avoir « miné » l'ambiance qui règne au conseil depuis deux ans. « L'opposition s'oppose systématiquement aux projets pour faire de la politique. C'est rendu un cirque. [...] Maintenant il n'y a plus d'équipe au pouvoir; alors l'opposition va devoir travailler avec nous », affirme Louis-Antoine.

« Les conseillers d'opposition ont zéro responsabilité, mais ils gagnent la même paye que nous. [...] Quand ils votent contre des projets, ça ne change rien. J'espère qu'ils vont prendre la main qu'on leur a souvent tendue », laisse tomber Marie-Ève D'Ascola.

« L'opposition se donnait le beau jeu d'être contre les grands projets », mentionne Edith Coulombe. « J'ose espérer que notre décision va les faire réfléchir et qu'ils vont travailler pour les citoyens. »

LA GOUTTE

Quant au chaud dossier du regroupement possible des services incendie de Stoneham, Lac-Beauport et Sainte-Brigitte-de-Laval, il n'aura été que la « goutte » qui a fait déborder le vase, selon eux.

« Ce fut un élément important, la goutte en quelque sorte. C'est là que j'ai dit, il faut que ça arrête », souligne Edith Coulombe, qui n'a pas apprécié d'être placée devant les faits accomplis.

Même chose pour Marie-Ève D'Ascola, qui a été la première à annoncer son départ à ses deux collègues, peu après la séance de novembre. « J'aurais aimé être associée davantage à la démarche », affirme-t-elle.

« Dans mon cas, la réflexion était amorcée bien avant cela. Je n'ai pas encore d'opinion sur le projet; on manque encore trop d'information, mais je trouve qu'il est mal parti », souligne Louis-Antoine Gagné.

Séance du conseil municipal de Stoneham-et-Tewkesbury

L'éclatement du conseil change la donne à Stoneham

L'éclatement de l'équipe du maire Robert Miller semble avoir changé la donne au conseil municipal de Stoneham, ont pu constater plus de 100 citoyens présents à la séance du 7 décembre. Deux fois, les conseillers indépendants ont joint leur voix à l'opposition pour bloquer des projets, dont celui sur le regroupement des services incendie.

Par Philippe Brassard

philippe@leseditionsprime.ca

Les nouveaux conseillers indépendants Louis-Antoine Gagné, Edith Coulombe et Marie-Ève D'Ascola avaient clairement retrouvé leur voix. De leur côté, Claude Lebel, Paul Beaulieu et Patrick Murray sont demeurés «l'opposition».

Qu'à cela ne tienne, les six conseillers ont tous voté ensemble pour inscrire à l'ordre du jour et proposer l'adoption d'une résolution visant à signifier la fin du projet de regroupement des services incendie de Stoneham, Lac-Beauport et Sainte-Brigitte-de-Laval.

Répétant «qu'aucune décision» n'avait été prise sur la fusion, le maire Miller a utilisé son dernier recours : son «veto suspensif», qui permet de repousser la résolution en janvier. «Par respect pour les partenaires», a-t-il confié après coup.

Cependant, comme l'a expliqué Louis-Antoine Gagné, le veto n'est utilisable qu'une fois. «On va pouvoir revenir en janvier et l'abroger, mais le maire n'aura plus son veto.

[...] Pour ma part, le dossier est clos», a déclaré M. Gagné.

Ensuite, les six conseillers ont uni leurs voix pour voter contre le passage d'un sentier pour l'Association des motoneigistes de l'Arrière-Pays, après qu'un citoyen ait signalé que le sentier passait près de terrains résidentiels.

Un autre dossier a vite ramené la division, alors que le maire a pu voter avec ses anciens collègues afin d'autoriser à 4 contre 3 des demandes de dérogations mineures pour cinq résidences situées sur le chemin Blanc, dans le secteur de la station touristique. Les dérogations mineures visaient notamment à accepter les toits plats et la fenestration à 30 %.

Des images conceptuelles ont été présentées par le promoteur. «Ça pourrait faire un clash architectural», a réagi un représentant des Chalets Alpins. «On aimerait que le projet soit repensé pour être mieux intégré avec le reste du quartier.»

Un citoyen du secteur, Louis Dionne, a déploré que la municipalité utilise des

dérogations «qui ne sont pas mineures» pour passer des projets de ce genre. Ses questions ont aussi permis d'apprendre de la bouche du maire que les cinq résidences allaient devenir des maisons de tourisme.

En dernier point, le conseil a présenté des mesures concertées afin d'atténuer les problèmes de stationnement et de bruit attribués à l'achalandage des maisons de tourisme. Lumières clignotantes, multiples affichages et gardiens de sécurité ayant le pouvoir d'émettre des constats d'infraction; les mesures ont semblé plaire aux citoyens.

Lors de la période des questions, l'ancienne mairesse Gaétane St-Laurent a été incisive lorsqu'elle a demandé au maire : «Avec vous, les conflits sont de plus en plus fréquents. Quand allez-vous démissionner?» «Je ne démissionnerai pas», a répondu Robert Miller, disant préférer sa gestion à celle de Mme St-Laurent.

LE MAIRE RÉAGIT AU DÉPART

Joint par l'Écho avant la séance, le maire s'était montré «excessivement déçu» de la

décision de ses collègues démissionnaires. «C'est sûr que ça me dérange, je suis humain», a-t-il mentionné. «Ils m'ont dit qu'ils croyaient pouvoir faire avancer les choses plus rapidement comme indépendants. J'ai toujours pensé qu'en équipe, on était plus solide. Je ne comprends pas leur logique.»

Il attribue une bonne part du blâme à l'opposition «qui s'oppose systématiquement» et «qui a rendu ce deuxième mandat beaucoup plus difficile». «Je serais surpris que l'opposition devienne collaboratrice avec ce changement», anticipait-il.

Par ailleurs, le maire a confirmé qu'il ne sollicitera pas de troisième mandat en 2017. «J'en parlais avec mes proches depuis un certain temps déjà. J'approche 67 ans. J'ai eu une vie publique bien remplie», a-t-il mentionné.

D'ici là, Robert Miller entend toutefois finir le travail qu'il a commencé. «Je suis un visionnaire. Les deux prochaines années, je continuerai à travailler pour le futur de notre municipalité.»

UN NOUVEAU CONCEPT DE RESTO EN PLEIN CŒUR DE STONEHAM

GRANDE SÉLECTION DE VIN D'IMPORTATION
PRIVÉE AU VERRE À PARTIR DE 7.50\$

MENU MIDI – SOUPER – TABLE D'HÔTE

BISTRO BOUTIQUE



CAMP DE BASE

336, Local 100, CHEMIN DU HIBOU
STONEHAM-ET-TEWKESBURY, QC
G3C 2R4
(En face du IGA)

BISTROCAMPDEBASE@GMAIL.COM
418-848-4777



BISTRO BOUTIQUE



CAMP DE BASE

Ce coupon vous donne droit à une
bière BORÉALE GRATUITE 12 oz avec
tout achat de 15\$ et plus avant taxes

Valide au Bistro Boutique Camp de Base,
336 chemin du Hibou, Stoneham (en face du IGA)
EXPIRATION: 31 JANVIER 2016



6^e édition du Marché de Noël de la Jacques-Cartier

Définitivement un incontournable dans la région

Section
Stoneham-et-
Tewkesbury

Québec n'a qu'à bien se tenir : le Marché de Noël de la Jacques-Cartier a tout ce qu'il faut pour rivaliser avec les grands. Au terme de son premier week-end, la 6^e édition de cet événement festif tenu à Stoneham a sans contredit monté la barre d'un cran pour les années à venir. Venez le constater par vous-même lors de sa deuxième et dernière fin de semaine, les 12, 13 et 14 décembre, et vivez l'expérience des grands marchés, à deux pas de chez vous.



Mandatée au développement des commandites et au placement média, Chloé Brochu pose en compagnie de Sonia Bertrand et Benjamin Branget.

Par Malory Lepage

malory@leseditionsplatine.com

Plus de 700 personnes étaient présentes lors de la soirée d'ouverture officielle, le 4 décembre. « On veut créer un événement d'envergure, on a plus de 40 exposants sur le site et nous présentons une programmation exceptionnelle », affirme la directrice des communications et du greffe de la municipalité Sonia Bertrand. Culture, sport et plein air sont au rendez-vous avec plusieurs ateliers créatifs et diverses animations, en plus d'activités comme le bubble football, une glissade et le fameux tournoi de hockey bottine. L'Espace Desjardins, en nouveauté, est un chapiteau chauffé permettant au public de se réchauffer, tout en visitant une dizaine d'exposants à l'intérieur.

DU JAMAIS VU

Il n'y a pas à dire, le maire de la municipalité de Stoneham-et-Tewkesbury Robert Miller est conquis par l'événement. « Le marché de Québec, vous repasserez ! C'est ici que ça se passe maintenant ! », s'exclame-t-il. « On a doublé — sinon triplé — en termes de superficie. On le doit à la MRC de La Jacques-Cartier qui a investi un montant fort appréciable, cette année. » Selon lui, le « message passe » et c'est ce qui fait grandir l'achalandage. « On est le plus grand marché de la Capitale ! » Il encourage d'ailleurs les gens à venir faire leurs emplettes sur place, tant pour leurs repas des Fêtes que leurs cadeaux. « Il y a beaucoup de belles choses ! »

Tout au long des activités, l'animateur Baptiste Leblanc égaye l'atmosphère et informe les

visiteurs. De nombreux kiosques alimentaires sont sur place pour remplir tout « petit (ou grand !) creux ». Le traditionnel vin chaud est également servi, afin de vous mettre dans l'ambiance à 100 %.

TOURNOI DE HOCKEY BOTTINE

Moment fort de l'événement, le tournoi de hockey bottine se déroulait en parallèle du Marché, le 5 décembre. « Neuf équipes se sont inscrites, cette année », déclare le directeur du service des loisirs de la municipalité Benjamin Branget. Les trois formations en tête du classement final se sont donc divisé le montant des inscriptions, au terme de ce tournoi sympathique et amical. Plusieurs activités sont à prévoir en ce deuxième week-end du Marché de Noël de la Jacques-Cartier, qui se déroule sur le site de la grange du presbytère au 117, 1^{re} Avenue à Stoneham-et-Tewkesbury. Pour en savoir plus, consultez le www.villestoneham.com.



Le maire Robert Miller, en compagnie de l'animateur Baptiste Leblanc et du coordonnateur aux loisirs de la municipalité, Éric St-Pierre.

Vidéoasis



Plus de 5 000 films à louer • Plus de 2 000 films à vendre

Nettoyeur - Cordonnerie - Couture



À votre service
depuis 1961



Mario Landry
Cordonnier
35 ans d'expérience



Nicole Tremblay
couturière
35 ans d'expérience



Heures d'ouverture :
10 h à 22 h, 7 jours / 7 soirs

GALERIES DU LAC

795, boul. du Lac, Charlesbourg • 418 849-7677
Sébastien et Raymond Noël, propriétaires

Clinique dentaire
Stoneham
Tout pour votre confort



D^r Stéphane Coulombe, chirurgien-dentiste
D^{re} Audrey-Ann Fortin, dentiste généraliste
Ludovic et Frédéric Fortin, denturologistes
D^r Pascal Forest, dentiste généraliste service d'implantologie
D^{re} Hélène Engel, orthodontiste

NOUS PROFITONS DE L'OCCASION POUR REMERCIER CHALEUREUSEMENT TOUTE NOTRE CLIENTÈLE.

Joyeux temps des Fêtes !

www.cliniquedentairestoneham.ca

2683, boulevard Talbot, Stoneham et Tewkesbury (Québec) G3C 1J6

418-848-8000

Prise de rendez-vous
EN LIGNE

LE BLOGUE À LUCIE

Par Lucie Ricard

ricarreau@videotron.ca

Et c'est pour cette raison qu'on a un cellier dans notre chambre à coucher

Fiston jouait de la trompette

S'il est vrai que les murs ont des oreilles, les nôtres doivent se les boucher de temps en temps. Encore heureux, ils ont échappé, pour cause de déménagement, aux années de flûte à bec de nos enfants.

Lors de la planification de notre mariage, il y a des siècles, François et moi n'avons eu aucun problème à choisir les bagues, la robe, le menu, les faire-part, le gâteau (LE gâteau !!), les prières, les chants, les fleurs, le photographe, le DJ, le lieu... Tout avait été facile et rapide. Par contre, quand est venu le temps de choisir la chanson pour notre première danse, on en a arraché, allant des Stones à Julien Clerc, en passant par Simon & Garfunkel et Bécand. On a finalement arrêté notre choix sur « What a wonderful world » de Louis Armstrong, pour la beauté des paroles, et le doux tempo. Nous avons acheté un de ses albums pour nous pratiquer et il y avait, dessus, bien d'autres pièces que nous n'avons découvertes que plus tard. Avec les années, nous avons découvert le trompettiste extraordinaire qu'il était et avons ajouté ce talent-là à nos raisons de l'aimer. Pour toujours, il nous rappellera un des plus beaux jours de notre vie.

Alors quand fiston, à sa première année de secondaire, a eu à choisir un instrument pour l'harmonie scolaire et qu'il est revenu à la maison avec une trompette, inutile de vous dire à quel point nous étions emballés. En plus, il porte le prénom de Louis; il n'en fallait pas plus pour que nous le voyions déjà sur les grandes scènes !

Nous avons déchanté assez vite. La trompette, quand on ne sait pas encore en jouer, ça devient vite agressant pour les oreilles. On était loin du Grand Théâtre ! Mais bon, avec la pratique, on peut vraiment tout réussir et fiston n'a pas échappé à la règle. À force de pratiques assidues et d'autres moins assidues, à force de répéter la gamme et les notes de la chanson de Frozen qui était au programme cette année-là, à force de se tromper, de recommencer et de finir par l'avoir, il nous a remplis de fierté, tant au concert de Noël qu'à celui de fin d'année. Notre Louis-Félix était rendu vraiment bon et mes grands rêves reve-

naient m'habiter. Après un été sans musique, je lui demande, en août, s'il allait se rappeler comment jouer de la trompette, et c'est là qu'il m'a annoncé qu'il souhaitait changer d'instrument, explorer de nouveaux horizons comme il dit.

Le soir de la distribution des instruments, on a dû aller le chercher à l'école. On a vu tous les jeunes sortir avec des petites et de moyennes valises d'instrument. Certaines minuscules, et d'autres, un peu plus grosses que le format trompette qu'on connaissait déjà. Je me demandais ce que mon fils avait choisi quand il est arrivé dans la porte, en poussant de peine et de misère un immense étui, format réfrigérateur, derrière lequel on ne voyait dépasser que ses cheveux. Cet étui logeait un...TUBA ! Cette chose est immense, fait un bruit de tonnerre, fait shaker les murs à chaque pratique et prend toute la place au sous-sol. C'est pour ça qu'on a un cellier dans notre chambre à coucher !



Cette chose est immense.

COURTOISE LUCIE RICARD



PARC NATIONAL DE LA JACQUES-CARTIER

HABILLEZ-VOUS, ON SORT AU PARC NATIONAL DE LA JACQUES-CARTIER!

- Plus de 78 km de sentiers de raquettes
- 55 km de sentiers de ski nordique
- 2 secteurs hors-piste pour pratiquer la randonnée alpine, le télémark et le surf des neiges

Événements à ne pas manquer cet hiver :

- Festival hors-piste du parc national de la Jacques-Cartier les 20 et 21 février 2016
- La nouvelle activité de découverte Tire-toi une bûche! Raquettes – Bières et saucisses – Contes et légendes

Pour tous les détails, abonnez-vous à notre page Facebook!



www.facebook.com/pqjac

Photo : Dominique Boudreault



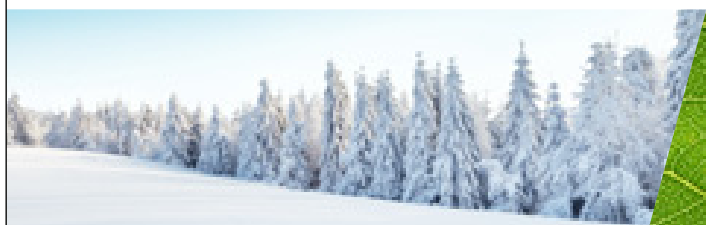
LE REGROUPEMENT DU LAC VOUS INFORME

Par Mélissa Côté

melissa.cote.journaliste@gmail.com



Un lac en affaires pour sa communauté



COURTOISE

La nouvelle carte de membre sera en vigueur dès le 1^{er} janvier 2016.

Le Regroupement du Lac Nouveaux bénéfices pour les membres

Le Regroupement du Lac offrira, à partir du 1^{er} janvier prochain, une toute nouvelle carte de membre offrant plus de 300 \$ de gracieusetés dans les établissements partenaires de Lac-Beauport.

Cette nouveauté s'ajoute à tous les autres bénéfices réservés aux membres du Regroupement du Lac, comme les déjeuners-contacts et la réserva-

tion d'une salle de conférence. Cette nouvelle carte permettra aux membres de profiter d'avantages dans différents commerces de la municipalité. « On est chanceux parce qu'on a des commerçants qui y croient et qui participent », avoue la présidente du Regroupement du Lac, Chantal Fleurant. Grâce aux partenaires comme Concept beauté Signature, qui donne un soin du visage gratuit, les membres pourront profiter de divers cadeaux chez la dizaine de partenaires. « La carte offre aussi un accès aux bains au Sibéria Spa, un accès aux glissades et un laissez-passer de soirée pour le Relais », précise Mme Fleurant. Les partenaires offriront, à partir de janvier, des cadeaux aux membres du Regroupement du Lac. « Je ne voulais pas un pourcentage de rabais [dans les commerces]. Je ne voulais pas que les membres soient obligés de dépenser pour recevoir », explique Mme Fleurant sur la formule de gracieuseté. Il est toutefois important de noter que ces cadeaux ne sont pas transférables et ne peuvent être utilisés que par le propriétaire de la carte. « Les employés d'une entreprise membre n'ont pas droit à une carte individuelle, à moins que chacun paie personnellement son abonnement », précise la présidente du Regroupement. L'initiative des avantages exclusifs est née d'une demande des membres de pouvoir profiter de bénéfices dans les entreprises situées sur le territoire.

DEVENIR MEMBRE

L'adhésion au Regroupement du Lac est ouverte à tous les résidents et gens d'affaires du Lac-Beauport moyennant un abonnement annuel. Ce dernier est établi en fonction de plusieurs critères, comme le nombre d'employés, le type d'entreprise et son emplacement. « Nous avons entre 70 et 90 membres selon les années », explique Mme Fleurant. Contrairement à d'autres regroupements du même genre, une sélection s'effectue au niveau des membres. « On privilégie toujours les gens du coin pour ne pas diluer notre bassin », affirme la présidente. Ainsi, les individus locaux sont toujours privilégiés aux étrangers. Par exemple, un agent d'immeuble de l'extérieur de Lac-Beauport ne pourrait pas se joindre puisque ce sont les agents locaux qui sont déjà membres. Cependant, si un commerce à proximité de Lac-Beauport souhaite se joindre au Regroupement, il pourra le faire uniquement s'il n'y a pas d'entreprises existantes sur le territoire de la municipalité. « Pour être membre, il faut aussi que ça soit un acte de soutien volontaire, un acte de foi envers sa petite communauté », souligne Chantale Fleurant.

19 MARS 2016 AU THÉÂTRE CAPITOLE

Réservation: 418 694.4444 | marcelaugarage.com

Marcel
au Garage

PAS DOMPTABLE



LE CAPITOLE



AUTOPRO

CULTUREL

Par Amélie Légaré

amelie.legare@gmail.com

Les Saltimbanques de Stoneham

Douze hommes en symbiose avec le théâtre

La troupe Les Saltimbanques de Stoneham présentait la pièce « Douze hommes en colère » les 6 et 7 novembre dernier, à la Station touristique Stoneham. C'est devant une salle comble, soit un total de près de 400 spectateurs pour les deux représentations, que des amateurs ont livré du théâtre de qualité !

Lorsqu'elle a pris sa retraite il y a 5 ans, Paulyne Rodrigue désirait s'impliquer davantage à Stoneham. Passionnée de théâtre, elle a décidé de fonder une troupe : Les Saltimbanques de Stoneham. Afin de mener à terme son projet, elle a fait appel à plusieurs ressources connues dans le milieu. « La première fois, on a joué du Gratin Gélinais humblement, on ne savait trop comment cela marcherait. [...] À l'époque, je me souviens que j'étais dans la porte de l'église et je regardais s'il venait du monde », confie la directrice. Heureusement, ils ont finalement accueilli 125 personnes, signe que le projet prendrait de l'ampleur.

INSPIRATION VARIÉE

Mme Rodrigue collectionne les articles de journaux et prend plaisir à découvrir des nouvelles œuvres; c'est ainsi qu'elle sélectionne les pièces. « Des fois, j'en lis trois ou quatre et celle qui m'accroche, je la choisis. » Il y a deux ans, la troupe jouait « Les Belles Sœurs » de Michel Tremblay, une pièce entièrement composée de femmes. Avec « Douze hommes en colère », la responsable souhaitait maintenant mettre les hommes à l'avant-plan et plusieurs acteurs étaient à leur première expérience sur scène. « Je suis certaine qu'avec le succès qu'ils ont eu hier et qu'ils vont avoir ce soir, ils vont avoir la piqure », ajoutait la directrice, avant la deuxième présentation.

UNE TROUPE LOCALE

Les Saltimbanques de Stoneham n'accueille dans ses rangs que des résidents de la municipalité. « Les gens ne se connaissent pas nécessairement avant, mais quand tu vis ces émotions-là sur scène, ça crée des liens incroyables », confie Nathalie Samson, secrétaire-trésorière de la troupe. Des professionnels de tous les horizons se sont réunis pour présenter cette pièce, incluant le maire Robert Miller, qui apprécie le fait de pouvoir « décrocher » grâce à son implication, et l'ancien député Raymond Brouillet, vice-président du conseil d'administration. « J'ai accepté avec intérêt pour le théâtre et en même temps, c'est un support à la troupe. C'est vraiment une belle organisation », précise-t-il.

MISSION CULTURELLE

À titre d'organisme à but non lucratif, la troupe présidée par M. Albert Noël bénéficie de l'appui de la municipalité de Stoneham-et-Tewkesbury, de la Caisse populaire Desjardins de Charlesbourg et de la députée de Chauveau, Véronique Tremblay. L'implication bénévole de toute l'équipe, des administrateurs aux acteurs, permet de vendre des billets à faible coût. « Nos billets sont à 15 \$ et je veux maintenir ça parce que je trouve que c'est un

apport important à la culture de Stoneham », précise Mme Rodrigue. « Mon objectif, c'est de jouer à l'automne du Molière, « Les femmes savantes » et « Les précieuses ridicules », deux courtes pièces mixtes », conclut-elle.



Des jurés confrontés à leurs émotions dans « Douze hommes en colère ».

DENIS CHALFOUR

PROMO DE NOËL

LE CADEAU IDÉAL À OFFRIR !

GARMIN
FORERUNNER 220 BUNDLE

219⁹⁹\$

PRIX RÉGULIER : 339,99\$



**PLUSIEURS AUTRES IDÉES CADEAUX
POUR VOS PROCHES SPORTIFS EN MAGASIN**

LA
**BOUTIQUE
DU LAC**



1020, boulevard du Lac
418 841-5194

www.laboutiquedulac.com



CULTUREL

Par Amélie Légaré

amelie.legare@gmail.com

Un autre spectacle réussi pour Cantons Culture !

Sous le charme d'Elliot

Le 14 novembre dernier, 75 personnes se sont laissé bercer par les mélodies captivantes et la voix singulière d'Elliot Maginot à la Grange du presbytère. C'est devant un public conquis que l'auteur-compositeur a terminé la saison de Cantons Culture en beauté !

Seul sur scène, accompagné de sa guitare et de son piano, Elliot Maginot a présenté des titres de son dernier album folk « Young/Old/Everything.In.Between » et des compositions récentes. « C'est la première fois que je viens à Stoneham, c'est la première fois que je viens ici dans cet endroit qui est assez magique je pense », confie le chanteur sur scène. Alors qu'il était nerveux puisqu'il jouait également à l'Impérial Bell avec un autre groupe plus tard en soirée, un esprit de camaraderie s'est développé avec les gens présents, incluant les organisateurs. Entre les compositions mélancoliques du chanteur, des échanges teintés d'humour résonnaient entre les murs de la Grange.

Après une heure et demie de prestation, Elliot Maginot devait quitter Stoneham pour sa deuxième performance au centre-ville. « Je vais revenir vous voir très bientôt, peut-être

avec mon band. » Malgré la situation, le public a insisté pour qu'il joue quelques minutes de plus. « Ils vont t'attendre ! », s'exclame un spectateur. « Après, c'est fini. Vous êtes des manipulateurs émotifs », rétorque le chanteur, visiblement fier de partager sa musique. « Ça me rend très heureux à chaque fois que les gens se déplacent pour entendre mes chansons, merci d'être là. »

RAYONNEMENT RÉGIONAL

La fondatrice de Cantons Culture, Julie Marie Bourgeois, semble tout de même pleinement satisfaite de cette collaboration. « J'ai trouvé que c'était un artiste extrêmement prometteur, c'est vraiment quelqu'un qui a une personnalité, une voix complètement personnelle. Il fait un travail remarquable. » En invitant des artistes plus jeunes avec un son différent comme Elliot Maginot, l'équipe de Cantons



Elliot Maginot a livré une performance intime et appréciée à Stoneham.

Culture s'aperçoit qu'elle peut développer un nouveau public. Aussi, il arrive plus fréquemment que des admirateurs achètent des billets pour voir un artiste ou un groupe en particulier. « C'était le cas pour Elliot, il y avait beaucoup de gens qui ne se sont pas déplacés pour découvrir un artiste, mais vraiment parce qu'ils aiment profondément le travail de cet artiste-là », indique-t-elle.

UNE PROGRAMMATION DIVERSIFIÉE

« Cette année, on essaie de diversifier un peu, on a vraiment fait un effort pour attirer des

gens un peu plus variés que les autres années », précise Julie Marie. C'est dans cet état d'esprit que Cantons Culture présentera ses prochains spectacles à la Grange. La saison prochaine, l'organisme propose des artistes avec « des résonances country » comme Dans l'Shed (février) et Éric Goulet (mai). « On fait la même chose avec Catherine Leblanc, du jazz, qu'on a jamais fait non plus à la Grange », précise la responsable. « Je pense que la deuxième partie de l'année va être intéressante pour entendre de nouveaux sons dans notre programmation », conclut-elle.



RBQ : 8210-0389-30



Photo à titre indicatif seulement

VUE SUR LES PENTES

MAISON UNIFAMILIALE
À PRIX ABORDABLE

Pour votre famille
à partir de
\$235 000 TAXES
INCLUDES pour un
cottage 3 chambres

\$208 800 TAXES
INCLUDES pour le split-
level 2 chambres
Plancher et escalier de bois franc
Terrain inclus

418-564-4458

info@constructioncrd.com

www.constructioncrd.com

CULTUREL

Par Amélie Légaré

amelie.legare@gmail.com

Un deuxième livre pour Yves La Roche

L'attitude d'un champion

Après trois ans de travail, Yves La Roche a récemment lancé son deuxième livre intitulé « Solide comme La Roche ». Cet ouvrage, qui allie les confidences de l'ancien skieur acrobatique et les toiles de l'artiste peintre Pierre Poulin, présente des parcelles d'histoire empreintes de courage et de persévérance.

Suite à la publication de sa biographie intitulée « Le dernier saut de l'ange » il y a une dizaine d'années, Yves La Roche était félicité pour sa grande force, mais les gens lui demandaient souvent « comment [il a] fait pour surmonter toutes ces épreuves. » En rédigeant ce deuxième livre, le conférencier et ex-champion du monde souhaite dire au lecteur qu'il est possible de sortir « vainqueur » des difficultés rencontrées. « Si moi je réussis à trouver l'énergie pour passer à travers, pourquoi ne pas en faire profiter les autres. Il n'est pas question que je garde cela juste pour moi », indique-t-il.

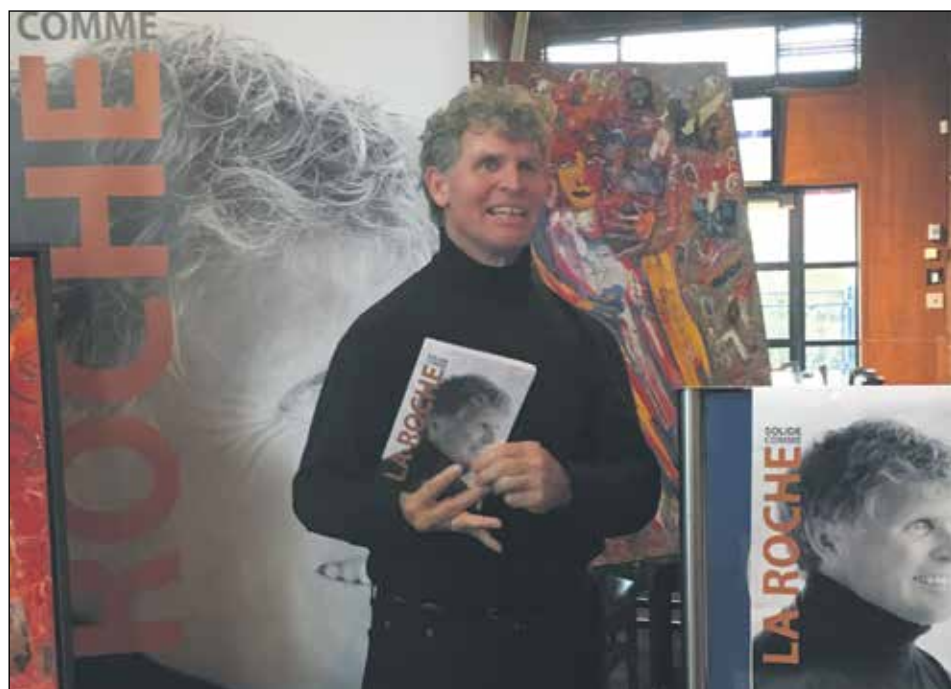
UNE ALLIANCE GAGNANTE

Plus jeune, Yves La Roche compétitionnait en ski acrobatique avec le peintre Pierre Poulin. Aujourd'hui, les deux hommes de Lac-Beauport sont très complices. Il y a environ un an, l'auteur a lu son manuscrit écrit à la main

devant l'artiste, qui s'est dit très ému et heureux de cette collaboration. « J'étais content, c'est un ami et ça été rapide, on a fait ça en moins d'un an. Il y avait comme une vraie magie », confie Pierre Poulin. Le livre « Solide comme La Roche » est divisé en différents thèmes, représentés par des toiles du peintre. « Chaque chapitre a été fait de façon à ce que les gens qui le lisent puissent découper le résumé et découper chaque peinture pour s'en servir comme aide-mémoire », précise Yves La Roche.

AIDER SON PROCHAIN

Au fil des 20 chapitres, Yves La Roche parle ouvertement de sa carrière d'athlète, de son accident, de la perte de certaines capacités physiques et de son emploi, d'une rupture, et du suicide de son fils. « Devant toutes les épreuves que j'ai traversées, si le monde me demandait quel serait mon souhait, ce serait de passer exactement par la même voie. Je ne



Yves La Roche lors du lancement officiel de son deuxième livre.

regrette rien », affirme l'auteur, à l'exception évidemment du décès de son fils Elliot. En partageant cette vision, il souhaite aider les gens à découvrir leur force intérieure. « Dès le départ, je me suis posé la question comment je fais pour passer à travers. Je ne me suis jamais demandé pourquoi c'est arrivé à moi. [...] C'est un travail incroyable, mais j'y suis arrivé. »

Malgré son courage exemplaire, Yves La Roche demeure sensible face au jugement. « Ce qui est encore plus difficile aujourd'hui, après 25 ans, c'est le regard des autres. Peut-être que je bouette, peut-être que j'ai de la difficulté à parler, mais je suis là », conclut le conférencier.

Le livre « Solide comme La Roche » est disponible en librairie. www.yves-laroche.ca

Une passion partagée...
Votre sourire !

Toute l'équipe se joint à moi pour vous souhaiter de joyeuses Fêtes et une bonne année 2016

clinique dentaire
Posan Valois

Dentisterie générale et esthétique
Service d'implantologie

Ouvert jour et soir du lundi au jeudi
Service d'urgences disponible

1, chemin du Godendard
Lac-Beauport (Québec)
418 849-7101

www.posanvalois.com

SAUVEZ DU TEMPS

POUR UN TEMPS LIMITÉ,
PRIX À PARTIR DE
829\$

MODÈLE HS720C TRANSPORT ET PRÉPARATION INCLUS

Centre LOCA-TOUT inc.
Vente - Réparation
Location d'équipement
Propane - Échafaudages

Nous réparons toutes les marques.

HONDA
Produits
Mécaniques

Le plus vieux concessionnaire Honda à Québec avec ses 30 années d'expérience ainsi que ses techniciens compétents.

14035, boul. Henri Bourassa, Québec 418-623-3114 centre@locatout.com

www.locatout.com

CULTUREL

Par Mélissa Côté

melissa.cote.journaliste@gmail.com

Exposition à la bibliothèque
Jean-Luc Grondin

Aventures picturales avec Céline Martel

La bibliothèque Jean-Luc Grondin de Stoneham-et-Tewkesbury accueille, jusqu'au 25 janvier, l'exposition « D'aventures en aventures ». Cette collection offre aux visiteurs un mélange de peintures abstraites et de sculptures d'oiseaux rigolos créées par la talentueuse Céline Martel.

L'inspiration au cœur de cette exposition est le parcours rencontré et vécu qui nous amène à destination. « Cette fois-ci, c'était tout le cheminement qui m'a amenée jusque-là. C'est pour ça que je l'ai appelé "D'aventures en aventures" », explique Mme Martel. De nombreuses toiles de l'artiste comprennent des éléments figuratifs. « À travers les tableaux, il y a toujours un élément qui nous amène quelque part. Il y a parfois un petit vélo ou une barque de caché », précise l'artiste. Il est aussi toujours possible d'apercevoir un carré de couleur

distinctif. « Je l'appelle mon petit carré zen. Il permet de faire un arrêt sur soi. De prendre le temps de s'arrêter sur la vie », explique la peintre. En plus du petit carré zen et des éléments figuratifs, Mme Martel emploie, dans ses œuvres, des espaces multiples. « Quand on regarde le tableau, on peut voir quelque chose en avant-plan et quand on regarde après, on découvre toujours des espaces et des éléments différents », explique l'artiste. Elle tente ainsi d'amener le public à faire ses propres découvertes dans les toiles. Les peintures de Mme Mar-



L'artiste peintre Céline Martel, originaire de Québec, a remporté plusieurs médailles à l'international avec ses œuvres.



Le vernissage du 19 novembre dernier était l'occasion pour le public de rencontrer l'artiste.

tel sont aussi caractérisées par l'emploi de techniques mixtes. « J'utilise de la peinture à l'acrylique avec des collages et du dessin », explique Mme Martel. Toutes les œuvres sont produites sur un canevas très robuste ne nécessitant ainsi pas de cadre. « Ce que je fais n'a pas habituellement besoin d'encadrement parce que c'est assez moderne comme tableau », précise l'artiste.

SCULPTURES UNIQUES

L'exposition de Céline Martel comprend, en plus des peintures, des sculptures d'oiseaux rigolos. Ces derniers sont créés à partir de bois recyclé. « L'ébéniste près de chez moi me donnait des retailles comme bois d'alumage et le bois était trop beau pour le brûler », explique l'artiste sur les origines de ses sculptures. « Plus je regardais [le bois], plus je me disais que ça ressemblait à des oiseaux », ajoute-t-elle. Ainsi, Mme Mar-

tel utilise les pièces de bois comme point de départ pour ensuite faire des ajouts de couleurs et de textures. « Chaque oiseau est peint individuellement avec des motifs qui vont être différents. C'est comme si ma peinture se continuait sur des oiseaux », précise-t-elle.

RENOMMÉE INTERNATIONALE

La peintre originaire de Québec s'est démarquée à l'international grâce à ses toiles. En effet, elle a remporté la médaille d'or dans la catégorie « abstraction » lors d'une exposition collective à Bucarest en Roumanie, en septembre dernier, et la médaille d'argent dans la même catégorie lors d'une autre exposition collective, cette fois-ci à Bruges en Belgique, en juin 2015. « C'est fou, à chaque fois que je participe [à un collectif], mes tableaux gagnent des médailles », avoue l'artiste peintre.

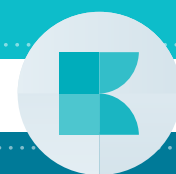
79\$
jusqu'au
24 déc.

cartekanon.com

Stoneham **50 RCR** **Mont-Sainte-Anne**

2 VISITES GRATUITES!

JUSQU'À 20\$ DE RABAI PAR VISITE



LES SOIRÉES À 10\$

Les mercredis à Stoneham & les jeudis
au Mont-Sainte-Anne

Visitez **cartekanon.com** pour plus de détails
et la liste complète des rabais!



SANTÉ OCCULAIRE

Par Carole Roth • optométriste

caroleroth@cliniquevision.ca

Vision Santé clinique d'optométrie

Pour des yeux en santé

À l'approche de la belle saison hivernale, j'ai pensé aborder cette fois-ci la protection oculaire. En effet, la neige étant la surface naturelle qui renvoie le plus de rayonnement solaire (de 75 à 90 %), il est important de bien protéger ses yeux.

En ski alpin, par exemple, ne vous est-il jamais arrivé de terminer votre journée bien ensoleillée avec une sensation d'œil rouge qui chauffe? La réverbération de la neige peut effectivement provoquer une photokératite (comme un coup de soleil sur les yeux). Les masques de ski alpin de bonne qualité sont donc importants, pas seulement pour vous protéger du froid.

Aussi, il existe maintenant plusieurs types de lunettes protectrices pour les différents sports. Pensons aussi aux lunettes solaires qui vous permettent un champ de vision élargi de par la configuration des verres. En ski de fond, on peut maintenant porter une visière qui peut permettre à la fois la protection supérieure au froid vu la grandeur de la lentille, une diminution de la buée possible, un champ de vision élargi, et même la possibilité d'une lentille photochromique (verre qui change d'intensité au soleil) sans avoir à changer la lunette.

En raquettes, patins, course à pied et vélo (fat bike), une bonne lunette de soleil qui bloque tous les rayons UV (UV 400) est appropriée pour bien vous protéger.

L'hiver peut être très agréable lorsqu'on a le bon équipement !

PRÉVENTION, PRÉVENTION

De plus, s'il y avait plus de prévention, les urgences seraient peut être moins bondées. La santé oculaire en fait partie. Les adultes devraient eux aussi passer un examen de la vue par année. Avec tous les appareils que nous avons maintenant pour prévenir les maladies de l'œil, cela nous permettrait de diminuer les risques de complications dues à certaines maladies (parfois

héréditaires) comme le glaucome, la DMLA, etc. Même quand tout semble bien aller, il est bon de prévenir. Les photos rétinienne, la prise de la pression intraoculaire, les champs visuels ne sont



COURTOISE

que quelques exemples qui peuvent nous aider à un meilleur dépistage.

Et même lorsque vous avez été opéré au laser pour une chirurgie réfractive, il est important de se présenter annuellement. Ce n'est pas parce que vous n'avez plus besoin de lunettes que les examens ne sont pas nécessaires, bien au contraire ! Un(e) myope de plus de 5.00 dioptries, qui a été ramené autour de 0.00 d par la chirurgie, conserve quand même le risque d'un décollement rétinien, puisque sa rétine reste la même. La chirurgie a eu un effet sur la cornée (devant l'œil) et non sur les surfaces postérieures.

De là l'importance de passer un examen de la vue complet une fois par année. À l'approche de cette période des Fêtes, je vous souhaite de bons moments, de bien prendre soin de votre santé, et bien sûr de vos yeux qui sont une belle fenêtre pour admirer tout ce qui nous entoure.

VISION SANTÉ

Clinique d'optométrie

PARTICIPEZ À NOTRE CONCOURS !



À l'achat d'une lunette complète, courez la chance de gagner une visière de ski de fond Julbo ou une lunette de ski alpin Zeiss !
Détails à la clinique.



examen de la vue • vision sportive • santé oculaire • forfait enfants
lunettes et lentilles cornéennes • urgence • grande variété de lunettes solaires

Prenez rendez-vous dès maintenant !



418 825-0044

caroleroth@cliniquevision.ca

www.cliniquevision.ca

1025, boulevard du Lac Lac-Beauport



STONEHAM

DOMAINE DE LA FABLE

JUMELÉS EN COPROPRIÉTÉ

- ✦ AIRE COMMUNE AVEC PISCINE ET JEUX POUR ENFANTS
- ✦ COUR ARRIÈRE PRIVÉE AVEC TERRASSE COUVERTE
- ✦ ÉCOLES PRIMAIRE ET SECONDAIRE À PROXIMITÉ
- ✦ À 20 MINUTES DU CENTRE-VILLE

VOTRE RÊVE

SUR MESURE

CONSTRUCTION
McKINLEY

RBO : 8279-7267-29

418 844-3334
constructionmckinley.com



SANTÉ

Par D^{re} Marie-Claude Déry • chiropraticienne

mcdery@polycliniquedulac.com

Un bon dos pour la bonne année

À chaque année, la chronique de décembre se veut un peu plus légère. Pourtant, c'est une période où les gens ont de gros défis vis-à-vis leur santé vertébrale; il ne faut donc pas sous-estimer la nécessité de prendre quelques précautions. Je vous fais part de mes suggestions, celles que je donne à ma famille et à mes amis, afin de diminuer les « inconvénients » de cette période de réjouissances !

PARTYS DE BUREAU

Mesdames, le problème majeur avec votre soirée de bureau, ce sont les types de souliers que vous porterez ! Une soirée complète en talons hauts, si vous n'en avez pas l'habitude, peut vous causer un sérieux mal de dos dès le lendemain matin. Ces chaussures devancent votre centre de gravité vers l'avant et demandent à votre bas de dos d'augmenter sa courbe. Je vous conseille d'apporter une paire de chaussures plates pour la fin de la soirée. Et messieurs, je vous mets en garde contre la piste de danse... essayez de rester dans les limites de votre souplesse !

LES LONGS SOUPERS ET LES LONGUES SOIRÉES

Chaque année, je répète à mes clients de ne pas parler toute la soirée avec le même interlocuteur avec la tête tournée d'un seul côté. Si votre ami est très intéressant, tournez un

peu votre chaise vers cette personne et votre cou sera plus aligné. Ne croisez pas les jambes pendant tout le souper. Avoir les deux pieds bien au sol évite un blocage du bassin en fin de soirée. Dans le salon, si vous héritez du divan très mou, recherchez un coussin à déposer derrière votre bas de dos. Parfois même, on doit s'asseoir par terre et si vous n'en avez pas l'habitude, cela peut être tout un défi. Dans ce temps, je conseille à mes clients de s'asseoir sur le plus gros coussin disponible. Un angle surélevé de votre bassin par rapport à vos jambes diminuera grandement les inconforts à votre colonne vertébrale.

LE REMANIEMENT DES DODOS

Que vous soyez reçu ou que vous receviez à coucher, souvent on essaie d'accommoder tout le monde et les surfaces de sommeil de moindre qualité peuvent donner du fil à retordre à votre dos. D'abord, apportez votre oreiller partout.

Votre corps aura à s'adapter à un nouveau lit, mais pas à un nouvel oreiller. Aussi, plus le matelas est dur, plus vous pouvez augmenter l'épaisseur de votre oreiller pour diminuer la charge sur votre épaule, si vous dormez sur le côté. Le contraire s'applique aussi : quand on s'enfonce dans le matelas, on diminue la grosseur de l'oreiller. Si vous avez à dormir sur un divan-lit et que celui-ci est mou, mettez autant que possible le matelas sur le sol, ce sera moins pire que ce même matelas sur des ressorts trop mous.

Ne laissez pas l'inactivité s'emparer de vous. Stimulez vos muscles, allez marcher après le repas, cela fera une grande différence ! Au moindre symptôme, appelez-nous, la clinique est ouverte pendant cette période, nous n'aimons pas laisser nos clients mal en point pendant ce temps de réjouissances. Joyeuses fêtes et merci de me lire à chaque mois !



PHOTO:LINE



L'Echo du Lac

Visitez notre
nouveau site Web !

www.lechodulac.ca

- Tout sur la nouvelle à Lac-Beauport en temps réel;
- Un nouveau site adapté pour les différentes plateformes.



Toute l'équipe de L'Écho du Lac
vous remercie de la confiance que vous nous avez
accordée durant cette année 2015.

Nous vous souhaitons nos vœux
les plus sincères.



L'Echo du Lac

SPORTS

Par Mélissa Côté

melissa.cote.journaliste@gmail.com

La fiesta des vélos de Collectif 47 Célébrer le sport automnal

Le Manoir du Lac Delage accueillait, le 7 novembre dernier, la première édition de la fiesta des vélos du Collectif 47. Environ 300 amateurs de vélo étaient présents pour découvrir de nouveaux produits, mais aussi faire des essais et mettre à l'épreuve leurs habiletés avec les courses de cyclocross.

L'idée du Collectif 47 a germé dans l'esprit de ses organisateurs, Denis Lapierre, Gabriel et Julien Marceau et Alain Deraspe, par pure nécessité. « On cherchait à créer un événement automnal parce que c'était un peu la période morte dans le vélo », explique Denis Lapierre. « On est très content du résultat et ça va certainement revenir l'an prochain », précise-t-il. L'ajout d'un thème à la journée a été proposé par un commanditaire. « L'idée s'est imposée d'elle-même quand Zolé ! Cuisine Mexicaine nous a proposé d'offrir la nourriture. On trouvait que c'était une bonne idée de mettre une thématique comme ça », explique Denis Lapierre. Dans cet ordre d'idées, le poste de ravitaillement pendant les courses offrait, entre autres, de la bière mexicaine et de la téquila avec des limes.

AMBIANCE FESTIVE ET AMICALE

Les courses amicales ont permis aux amateurs présents de mettre leurs habiletés à l'épreuve, surtout sur le parcours de cyclocross. Cette nouvelle discipline demande aux cyclistes d'utiliser un vélo similaire à un modèle de route sur une piste de terre avec des obstacles à franchir. « C'est très populaire en Europe », affirme M. Lapierre. Même si les courses étaient amicales, les gagnants ne sont pas repartis les mains vides. « Les gagnants ont remporté plusieurs produits spécialisés de vélo », précise M. Lapierre. Les spectateurs ont aussi été choyés en cadeaux. « Ce sont les exposants qui ont fourni les prix de présence et c'est quasiment 50 % des gens qui restaient à la fin qui ont eu des prix », se souvient le coorganisateur.

COMMERÇANTS AU RENDEZ-VOUS

Une dizaine de boutiques spécialisées de vélo étaient présentes lors de l'événement. « La grande majorité des boutiques de Québec a embarqué dans le projet. On avait aussi Shimano qui est un fournisseur de pièces de transmission », explique M. Lapierre. La boutique Genetik était d'ailleurs présente durant la journée. « On avait des vélos en démonstration et des accessoires disponibles, comme des mitaines chauffantes », présente Stéphane Vallières, technicien de Genetik. L'équipe de la boutique s'est aussi impliquée dans la signalisation des pistes du Manoir du Lac Delage. « Nous avons fabriqué toutes les pancartes de signalisation dans les pistes du secteur », explique M. Vallières. Cet investissement

dans la communauté sportive fait partie de la vision de l'entreprise. « On offre un engagement de fidélité aux clients, de répondre vraiment à leurs besoins », précise le technicien.



Les participants ont poussé le concept de la fiesta mexicaine jusqu'au bout !

Retour de la « star » des cartes cadeaux

Sortez de l'ordinaire

pour les échanges de cadeaux ou les bas de Noël !

20\$

50\$

100\$

SOIN SURPRISE DE VALEUR SUPÉRIEURE

GRATTEZ ICI

Offrez à une personne que vous aimez la « STAR » des cartes cadeaux **D'UNE VALEUR DE 20 \$, 50 \$ OU 100 \$**

Elle découvrira un soin surprise d'une valeur supérieure à votre achat en grattant l'étoile d'argent.

Disponibles à la réception de nos trois Concept Beauté Signature.

Concept Beauté

Médico-esthétique *Signature*

8500, Boul. Henri-Bourassa
Charlesbourg | 418 622-7299

870, Boulevard du Lac
Québec | 418 316-5299

106, boul. René-Lévesque
Québec | 581 742-6299

SPORTS

Par Malory Lepage

malory@leseditionsplatine.com



UNIVERSITÉ LAVAL

Fait intéressant : Parmi ses nombreux chapeaux, Helder Duarte a déjà collaboré à l'Écho, où il a écrit des articles sur le soccer pendant cinq ans !

Helder Duarte couronné entraîneur-chef de l'année

Le soccer et ses valeurs

2015 a assurément souri à l'entraîneur-chef du Rouge et Or de l'Université Laval, Helder Duarte. Élu entraîneur de l'année au niveau provincial pour une seconde année consécutive, il a également récolté cette distinction à l'échelle canadienne, le 11 novembre dernier, à Vancouver. De plus, toujours sous le même titre, il a raflé les honneurs au Gala de la Fondation de l'athlète d'excellence du Québec, deux semaines plus tard. En 21 ans de carrière universitaire, le Lac-Beauportois cumule donc à ce jour 13 mentions récompensant son implication dans le soccer féminin.

L'entraîneur porte également le chapeau de directeur technique à l'Association régionale de soccer de Québec, depuis 23 ans. Pour M. Duarte, l'objectif est de bâtir des athlètes agiles, mais surtout de forger de bons individus. « Le soccer pour moi, c'est une façon d'atteindre des buts en ayant des valeurs », affirme-t-il. L'école est une priorité, le savoir-être est primordial, et le soccer, lui, est la motivation. « Le respect, une hygiène de vie adéquate et le sérieux » sont très importants au sein de son organisation.

UNE PASSION À TOUS LES NIVEAUX

De plus, il faut savoir qu'il est entraîneur de soccer à Lac-Beauport depuis 17 ans. « J'ai commencé ça pour être avec ma fille », raconte-t-il. Celle-ci était âgée de seulement six ans, à l'époque. Deux ans plus tard, l'équipe a fait son entrée dans une ligue. « La première année, on a perdu 14 matchs, par un écart de sept buts et plus ! » Preuve que l'entraînement paie, les jeunes filles ont mis la main à la pâte durant tout l'hiver et sont revenues en force à leur deuxième saison : « On a rejoué contre les mêmes équipes. Certaines d'entre elles nous avaient battus 7-0, et nous les avons battues 7-0 cette fois ! ». Ainsi, l'équipe est partie d'un niveau récréatif et a gravi les échelons. En 2010, elle s'est qualifiée en AAA. « On a gagné la deuxième division », se rappelle-t-il. « Ça a été une de mes plus belles victoires, tous niveaux confondus ! » Aujourd'hui, deux de ces athlètes se sont hissées dans les rangs du Rouge et Or. « Et d'autres ont joué dans le collégial AAA. » Il entraîne toujours la relève à Lac-Beauport.

À ses débuts dans le soccer féminin, il admet avoir dû adapter ses méthodes d'entraînement. « J'avais de très bonnes joueuses et nous avons tout de même perdu, tellement j'étais mauvais ! », se remémore-t-il, sans mâcher ses mots. « Tout le monde est différent, et il faut prendre le temps de parler à chacun. » Une chose n'a pas changé dans sa vision, toutefois : « Même si les ambitions peuvent différer, tout le monde a droit à la justice et au respect. » « La progression de sa région et de ses athlètes » consiste en son carburant. En effet, « donner de la confiance aux personnes » et « les voir faire des choses qu'elles n'auraient pas cru pouvoir faire », voilà sa plus grande motivation !

©2016 Porsche Cars Canada, Ltd. Porsche recommande le port de la ceinture de sécurité et le respect du code de la route en tout temps.



Porsche recommends Mobil 1 and MICHELIN

www.porsche.ca

Un jour peut être aujourd'hui.

Ce qui vous a paru inaccessible pendant si longtemps est soudainement à votre portée. Un véhicule d'occasion certifié Porsche Approved est votre chance de réaliser le rêve que vous pensiez irréalisable. Rassurez-vous, votre rêve est offert avec une garantie complète, sans aucune franchise et l'assistance routière 24 heures de Porsche. Et la certitude que le personnel des ventes dévoué de Porsche vous a aidé à trouver la meilleure Porsche, celle qui vous convient. Visitez votre Centre Porsche pour découvrir à quel point le rêve peut être accessible. Porsche. Il n'y a pas d'équivalent.

Le rêve commence à porsche.ca/fr/approved

Centre Porsche Québec
2240, RUE CYRILLE-DUQUET
QUÉBEC QC G1N 2G3
(418) 767-7243
www.porschequebec.com



SPORTS

Par Amélie Légaré

amelie.legare@gmail.com

Studios Unis NDL/Lac-St-Charles

Une saison de compétition prospère !

Les jeunes karatékas du Studios Unis NDL/Lac-St-Charles compétitionnent activement depuis septembre dernier. Depuis, plusieurs d'entre eux se sont démarqués dans leurs disciplines respectives sur la scène régionale, nationale et même internationale ! Retour sur une saison de compétition pleine de rebondissements.

En début de saison, les jeunes de Team Cerio NDL se sont illustrés dans des tournois régionaux. « L'équipe s'est démarquée de ses adversaires venus des quatre coins du Québec en remportant une impressionnante récolte de 90 trophées et médailles ! », affirme l'entraîneur et propriétaire David Bossinotte. Au tournoi de Lévis, Zakary Jouvrot-Robitaille, 17 ans, a remporté le titre de « Grand Champion » en combat, catégorie adulte. Chez les 13 ans et moins, Cédric Jalbert et Roxanne LaRose-Carignan ont remporté des victoires au tournoi NDL, respectivement comme « Grand Champion en kata mains nues » et « Grande Championne en kata armé ». En octobre, dans le cadre du tournoi Laval Open, Roxanne a récolté les honneurs à nouveau : 1^{re} en combat, 2^e en kata traditionnel et 3^e en kata musical. La jeune Océane Côté s'est également démarquée avec la première position en combat et son accès pour les « Grands Champions ».

DES HONNEURS À L'INTERNATIONAL

Cet automne, la jeune Élisabeth Rouillard a également fait honneur au Studios Unis NDL/Lac St-Charles avec sa participation au circuit NASKA (North American Sport Karate Association). Surnommée « la machine » par ses pairs, la jeune karatéka a remporté à deux reprises la première place au combat et est arrivée 2^e en kata traditionnel lors du North American International Karate Championship au Michigan. En octobre, c'est lors du tournoi « Diamond Nationals » au Minnesota qu'elle « a épaté la galerie » à nouveau.

En novembre dernier, quatre athlètes de l'équipe d'élite ont également participé aux Championnats mondiaux du circuit WKC (World Karate & Kickboxing Commission) en Floride. Lors de cet événement, Zakary Jouvrot-Robitaille a récolté 2 médailles d'or et Yanni Jouvrot-Robitaille, une médaille d'or et une médaille d'argent. « Ce sont des années d'efforts et d'entraînement assidus qui sont récompensés pour ces deux frères qui pratiquent ensemble les arts martiaux depuis leur jeune âge ! », indique avec fierté leur entraîneur, M. Bossinotte. Alicia Gagnon et Anthony Gagnon ont également remporté une médaille de bronze chacun pour leur participation dans les épreuves de combat continu. « Ce fut toute une expérience pour ces deux jeunes qui compétitionnent depuis peu de temps sur le circuit », ajoute-t-il.

UNE DISCIPLINE VALORISANTE

Les propriétaires et entraîneurs des Studios Unis NDL/Lac St-Charles, Claire Coccozza et David Bossinotte, sont deux champions mondiaux en combat et ont pour mission « d'aider les participants à se dépasser en tant qu'athlètes et personnes. Le fait de participer à une équipe de compétition permet à chaque membre de développer sa persévérance et son estime de soi tout en encourageant des valeurs telles que le respect, la discipline et l'esprit d'équipe », conclut-il.



Les frères Zakary et Yanni Jouvrot-Robitaille sont revenus d'un tournoi en Floride avec 4 médailles.

COURTOISE

LES DIMANCHES

NI HAO

2 assiettes pour 25\$ + tx

Poulet du général Tao

995, boul. du Lac
Lac-Beauport (Qc)
418 841-0414

Dans l'Hôtel Ambassadeur
3401, boul. Ste-Anne
Québec (Qc)
418 666-5141

SPORTS

Par Malory Lepage

malory@leseditionsprime.ca

Ski acrobatique à Lac-Beauport

Prêts à fouler la neige !

Si l'hiver s'est laissé désirer cette année, la saison du ski est maintenant à nos portes. C'est également le cas pour les adeptes de ce sport dans sa forme acrobatique. Par contre l'absence de neige n'est pas pour autant une excuse pour arrêter l'entraînement ! Les jeunes du Club de ski acrobatique Le Relais sont fin prêts à attaquer la saison froide, et donc de compétition. Prenons le pouls de leur préparation, en vue de cette saison 2015-2016.



Une partie des skieurs du Club l'an passé, lors des Championnats québécois du 29 mars dernier, au Relais.

« On met l'accent sur le plaisir, avant la compétition, ... »

L'ENTRAÎNEMENT D'ÉTÉ

Le vice-président du Centre Acrobatique Yves Laroche Nicolas Fontaine affirme que la saison estivale 2015 a été très profitable pour les

athlètes. « On a fait un nouveau camp d'entraînement cet été, à la semaine. On y voyait [des notions] d'entraînement physique, de nutrition et de psychologie sportive », raconte-t-il. « Les jeunes ont fait beaucoup de rampe d'eau — plusieurs rénovations qui y ont été faites — et beaucoup de trampoline aussi. » Il se dit très impatient de voir les résultats de cette préparation sur les pentes, cet hiver. Puisque l'accent a été porté sur l'acrobatie durant l'été, les entraîneurs miseront donc sur les techniques de ski, au cours des prochains mois.

LE CLUB

Il faut savoir que les athlètes du Club sont divisés en trois groupes. Les Acrobatz rassemblent les moins de 10 ans, qui sont introduits aux compétences de base, tant dans les sauts, les bosses, que dans les parcs. « On met l'accent sur le plaisir, avant la compétition », déclare M. Fontaine. Les Freestylerz, quant à eux, représentent des skieurs âgés de 11 à 14 ans, qui performent sur le circuit régional. Ils acquièrent des compétences avancées en sauts, bosses et slopestyle, tout en s'introduisant à la compétition. De leur côté, les jeunes de l'équipe Acro Can, âgés de 14 ans et plus, perfectionnent toutes les techniques apprises au cours de leur cheminement. À ce stade, ils développent également leur spécialité et acquièrent des stratégies d'entraînement pertinentes à la compétition sur le circuit provincial.

DES APTITUDES VARIÉES

« Le ski acrobatique est un sport extrêmement diversifié », affirme M. Fontaine. Non seulement les adeptes de cette discipline travaillent les habiletés mentionnées ci-haut, mais ils gagnent à compléter leur entraînement en s'adonnant à d'autres sports. Le vice-président du Club soutient que la pratique en parallèle d'un sport d'équipe est un atout pour les jeunes. « Même si c'est un sport individuel, il faut s'encourager, se donner des trucs. » Il faut donc miser sur la polyvalence, afin de devenir un athlète complet.

Le Club tient à remercier ses précieux commanditaires, qui soutiennent les jeunes dans leur passion : la Caisse populaire Desjardins de Charlesbourg, l'équipe Marc Bonenfant, Robko, la Clinique dentaire Lac-Beauport, Cortex, Construction Rénovation Steeve Grenier, Atelier Usinage Carignan, Orizon Mobile et IGA des Sources.

Surveillez les skieurs du Club sur les pentes, cet hiver ! Les athlètes porteront leur nouvel habit de neige vert et noir; vous pourrez donc facilement les repérer à l'entraînement.



Pour les fêtes,

PARTAGEZ DU BONHEUR



offrez la carte-détente Sibéria

siberiaspa.com

339, boul. du Lac (Lac-Beauport), Québec | 418.841.1325 | 1.855.841.1325



tripadvisor



18 décembre

PREMIER JAM NIGHT

De 18 h à 21 h dans le parc XL. Animation, musique et prix de participation

19-20 décembre

VISITE DU PÈRE NOËL

26 au 30 décembre

CAMP DE NOËL

Offert à la journée ou pour la semaine pour vos enfants de 5 ans et +. Encadrement, jeu et amélioration.

Périodes des Fêtes

DÉMOS DE SKI

Essai des meilleurs produits de glisse de l'année Rossignol, Head et Dynastar.

Horaire des Fêtes avec ambiance festive.

Procurez-vous la **Passe 2016** de Janvier à 99 \$ pour ski illimité du 3 au 31 janvier. Cadeau idéal à offrir pour Noël.



www.skirelais.com / 418 849.1851



19 décembre au 3 janvier

TEMPS DES FÊTES À LA MONTAGNE

Pendant les vacances de Noël, rendez-vous à Stoneham pour une programmation excitante avec notamment la visite du Père Noël, des lutins et de tous leurs amis !

29 décembre

COURSE DES BONS VIVANS

Slalom géant chronométré. C'est l'occasion idéale pour lancer un défi amical et mesurer ses habiletés en ski !

NOUVEAUTÉS

Nouveaux sauts et modules dans le parc XL 418. Zone d'initiation au bas de la pente école. « Mini-pipe » et 2 mimi-modules prendront place.

www.ski-stoneham.com / 418 848.2415



19 décembre au 3 janvier

NOËL À LA MONTAGNE

Activités dans les pistes, dans l'aire de jeux à la base de la montagne, jeux gonflables et barbe à papa, feu de joie et ateliers pour enfants, sans oublier la traditionnelle visite du Père Noël !

NOUVEAUTÉS

3 nouvelles boucles de sentiers pour les fat bikers et 2 sentiers exclusifs pour accéder au sommet en randonnée alpine

www.montsainte-anne.com / 1 888 827.4579



APPELEZ-NOUS POUR UNE ÉVALUATION GRATUITE SANS ENGAGEMENT



André Drolet

ACCESSIBLE EN TOUT TEMPS

cell. : 418 849-3520

www.andredrolet.com



ANDRÉ DROLET BUR. : 418 652-2000

CELL.: 418 953-7003 DOMINIQUE BILODEAU



LAC-BEAUPORT
VUE ET ACCÈS LAC
170, ch. Tour-du-Lac. Chalet 3 saisons face au Lac Beauport et accès lac. Terrain très bien orienté avec services municipaux. 234 900 \$



LAC-BEAUPORT
CLÉ EN MAIN
71, Mée du Cervin. Intérieur refait à neuf : Plomberie, électricité, plinthes électrique, glanchers, salle d'eau, salle de lavage, porte d'entrée, porte intérieure, fenêtres PVC, portes patio (2), cuisine, moulures, etc. 298 500 \$



LAC-BEAUPORT
PRIX RÉVISÉ
20, ch. des Mûres. Fenestration neuve, toiture et revêtement récent, air climatisé. Terrain intime de 30,000 p.c. avec piscine chauffée. Aires de vie agréables et lumineuses. 3cc, bois franc, 2 foyers. Proximité de tous les services. 449 000 \$



LAC-BEAUPORT
LAC PRIVÉ
247, ch. de l'Éperon. Rareté, terrain de près de 120 000 p.c. avec lac aménagé dans le roc, ensencé de truite et baignable. Grand plain pied 2cc, solarium fenestré sur le lac, garage double + atelier + cabanon. 349 000 \$



LAC-BEAUPORT
ADOSSÉ RIVIÈRE
528, ch. Tour-du-Lac. Une rareté : Maison style Maine avec beaucoup de cachet. Offre 2cc possibilité de 3. Véranda avant et arrière. Un terrain incomparable de 52, 000 p.c. boisé et bordé par la rivière jaune. 324 000 \$



LAC-BEAUPORT
NOUVEAU
36, ch. des Lacs. Vaste et chaleureuse propriété, aire ouverte et toit cathédrale au 1er étage. 5 c.c. Possibilité d'un logement au sous sol. Grand terrain de plus de 35, 000 p.c. 339 000 \$



LAC-BEAUPORT
PRIX RÉVISÉ
2, ch. du Canton. Planchers de bois franc, 4 ch. poss. de 5. Chambre principale au 2e étage avec SDB. Plafond cathédrale avec poutres au salon et SAM. Vaste aire de vie. Terrain boisée + de 49000 p.c. Garage double. 479 000 \$



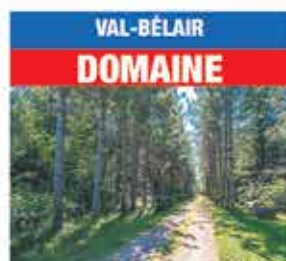
LAC-BEAUPORT
PAS VOISIN ARRIÈRE
7, ch. du Canton. Terrain de 28,000 p.c., boisé, Toit cathédrale, foyer, 4 ch., magnifique secteur. Une aubaine ! 299 000 \$



LOTBINIÈRE
ANCESTRALE
7661, rte Marie-Victorin. Terrain de 40.9 arpents. Maison Bélange du circuit patrimonial de Lotbinière. Bien culturel classé depuis juin 1977. Un joyau incomparable. Rénovée du SS au grenier. Piscine creusée, 3cc. 399 000 \$



SILLERY
VUE FLEUVE
2164, ch. du Foulon. Sous l'évaluation mun. Libre immédiatement. Structure en béton cellulaire "Si-porex". Superficie habitable de 3546pc. Terrain de 11, 127pc sans voisin arrière. À quelques pas de la Promenade de Champlain. 425 000 \$



VAL-BÉLAIR
DOMAINE
1682-1684, ch. Bélaire. Près de 10 millions de p.c. avec rivière et truite. Plusieurs bâtiments. Possibilité de subdiviser 6 terrains en bordure du chemin. RARETÉ. 749 000 \$



QUÉBEC
NOUVEAU
554, rue Boisseau. Beau triplex tout rénové. Offre 2 de 3 1/2 pièces et 1 de 4 1/2 pièces. Tous loués. Rentabilité immédiate. Secteur en demande. 319 000 \$



Richard Bédard
directeur



Les supermarchés
FAMILLE ROUSSEAU



Trouvailles et fraîcheur
servies avec passion



Denis Rousseau
propriétaire

Recevez SANS TRACAS

La bouffe ça rassemble

Joyeuses Fêtes et
Bonne Année 2016 !



Concours pour les enfants :
À LA RECHERCHE DES LUTINS

Détails en épicerie

DÉPÊCHEZ-VOUS !

Seulement quelques jours pour réserver votre buffet des Fêtes.



Vins en parfait
accord avec nos buffets



Repas chauds
aussi offerts



Accessoires de
réception disponibles

IGA - Lac-Beauport Alimentation A.D.R

795, boul. du Lac
Québec
418 849-3674

IGA - Sillery Alimentation Raymond

1580, chemin St-Louis
Québec
418 527-7758

IGA EXTRA Saint-Nicolas

600, route 116, suite 200
Saint-Nicolas
418 831-5400

IGA - Sainte-Brigitte-de-Laval Famille Rousseau

339, avenue Sainte-Brigitte
Sainte-Brigitte-de-Laval
418 825-3282

www.iga.net



Heures d'ouverture

Lundi au vendredi

9 h à 21 h

Samedi

9 h à 18 h

Dimanche

10 h à 18 h

NORMAND LAROCHE
PHARMACIEN

**OFFREZ-VOUS UN MAQUILLAGE
POUR VOS PARTY DES FÊTES ! ***

Tous les samedis de décembre ainsi que le 24 et 31.

* Sur rendez-vous seulement, au coût de 20 \$.

 **Brunet**

La santé, c'est tout ce qui compte

LIVRAISON GRATUITE

Les Galeries du Lac Lac-Beauport (Québec)

418 849-2836

Emballage
de cadeaux
gratuit !

Avec tout achat.