5 Alimentation

66 Événements, loisirs et voyages

52 Habitation

14 Mode, santé et beauté

37 Services professionnels et institutionnels

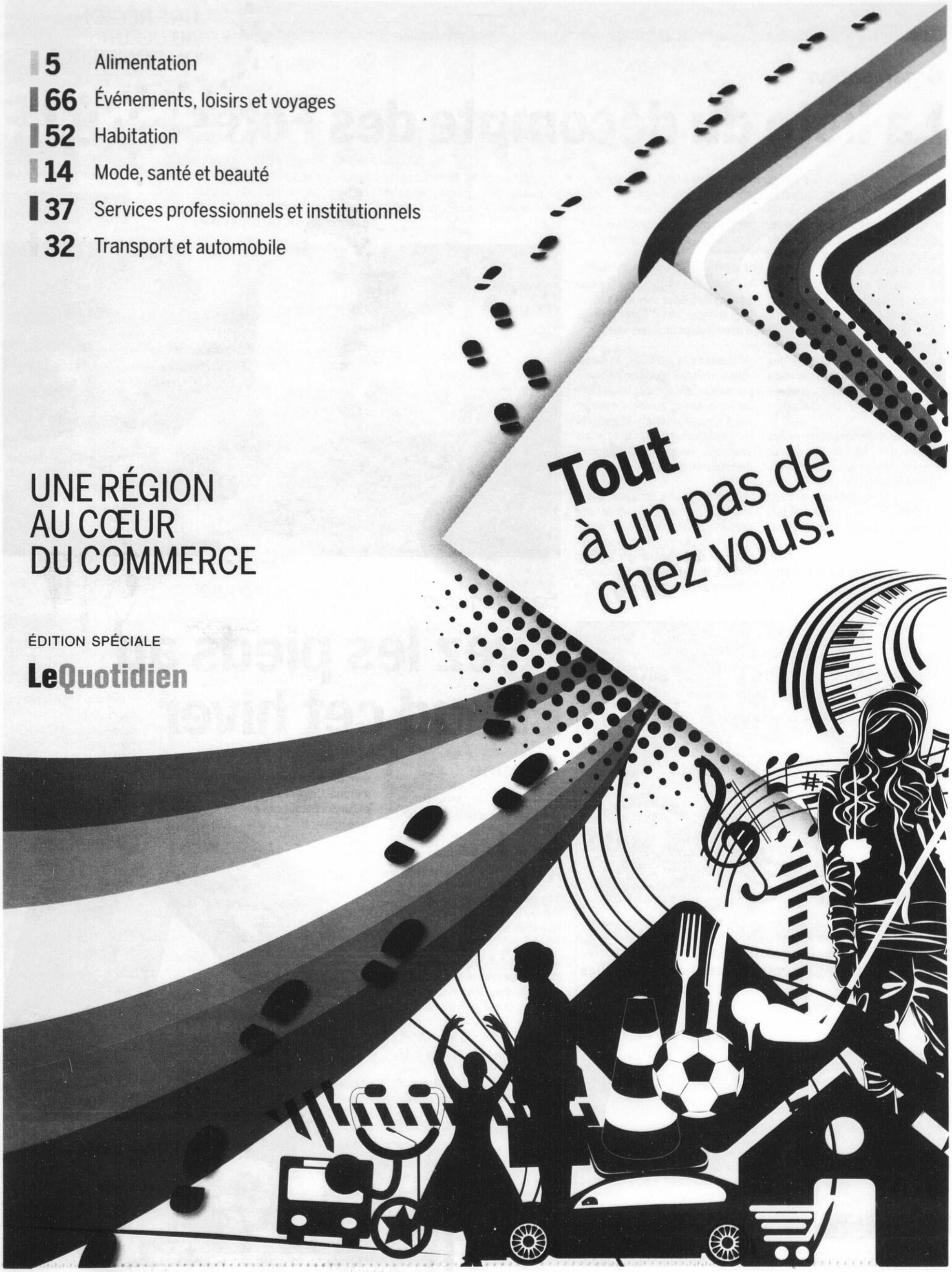
32 Transport et automobile

UNE RÉGION
AU CŒUR
DU COMMERCE

ÉDITION SPÉCIALE

LeQuotidien

Tout
à un pas de
chez vous!



Organisation

La liste du décompte des Fêtes

(EN)—Il semble que les Fêtes nous prennent par surprise chaque année. En moins de temps qu'il ne faut pour le dire, nos horaires sont remplis de visites aux centres commerciaux bondés, d'engagements sociaux, de séances de décoration et, ce qui fait peut-être le plus peur, de la planification du souper des Fêtes. Un peu d'organisation et de planification sont le meilleur moyen d'accomplir toutes vos tâches des Fêtes. Voici une liste de vérification à rebours pour vous aider à éliminer le stress et à profiter de la saison.

-Calendrier. Créez un calendrier des activités des Fêtes afin de garder un suivi de tous les événements sociaux et scolaires. Organisez vos journées de magasinage et fixez des dates limites pour l'achat des cadeaux, du papier d'emballage et des cartes.

-Créez une liste et vérifiez-la deux fois. Créez une liste de cadeaux, déterminez votre budget et commencez à magasiner. Pour aider à gagner du temps, essayez d'envelopper les cadeaux au fur et à mesure que vous les achetez.

-Lait de poule? Achetez toutes les boissons et les articles non périssables deux semaines avant le grand jour afin d'éviter les files d'attente et les tablettes vides.

-N'oubliez pas les piles. Assurez-vous d'avoir une provision de piles à portée de main afin que les enfants (et les parents) puissent essayer leurs nouveaux jouets et gadgets immédiatement. Assurez-vous aussi que vos appareils photos et caméra sont rechargés.

-Le pot de biscuits. Deux jours avant le festin, commencez à cuisiner et à préparer les plats qui peuvent être conservés quelques jours sans se gâter (et sans être mangés avant la date). Achetez toutes les décorations et fleurs de dernière minute.

-Un dernier dodo. Finissez votre emballage de dernière minute et créez un plan à suivre pour le grand jour.

Finalement, assoyez-vous et relaxez. La plus grande et plus importante tâche de votre liste devrait être de passer de bons moments avec votre famille et vos amis.





Sac Magique

Ayez les pieds au chaud cet hiver

Roxanne Simard
Rédactrice publicitaire
rsimard@lequotidien.com

Malgré toute la frénésie entourant Noël, prenez le temps de relaxer. Pour vous tenir au chaud cet hiver, Sac Magique a lancé récemment des pantoufles chauffantes : le cadeau idéal à offrir à vos proches ou à vous-même.

Ces nouvelles pantoufles peuvent être portées en mode standard ou en mode chauffant. Pour avoir les pieds au chaud, il suffit de faire chauffer la semelle thermique au four à micro-ondes et l'insérer dans la semelle antidérapante de la pantoufle. Vous sentirez immédiatement la chaleur vous gagner et celle-ci sera présente pendant près de 30 minutes.

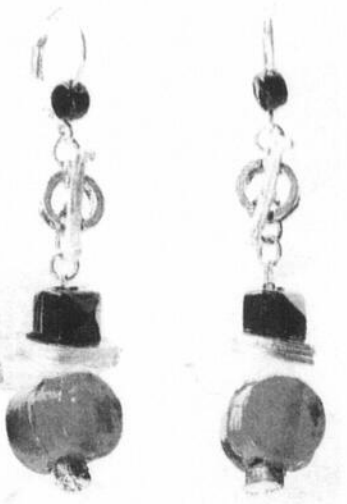
Ces pantoufles thermothérapeutiques sont faites au Québec et conçues avec des graines de lin 100 % naturelles. On retrouve d'ailleurs plus de sept produits Sac magique sur le marché. Ceux-ci sont offerts chez plusieurs détaillants de la région.



Suggestions cadeaux

Des bijoux uniques

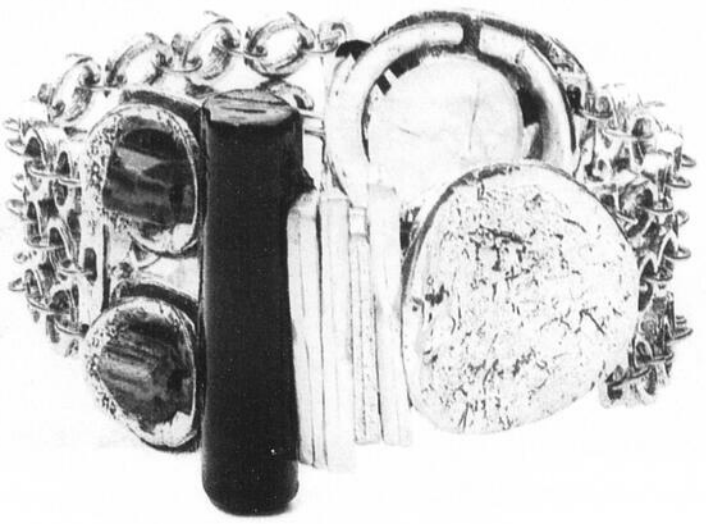
La conceptrice montréalaise de bijoux Anne-Marie Chagnon fait honneur au réel esprit des Fêtes avec le lancement d'une collection en édition limitée au profit de la Fondation canadienne des femmes, un organisme caritatif visant à améliorer la vie des femmes et des jeunes filles à la grandeur du Canada.





Anne-Marie Chagnon est renommée pour ses bijoux audacieux et originaux entièrement faits à la main au Québec et façonnés à partir de matériaux uniques comme l'étain, l'étain plaqué or 22 carats, le verre, la résine et le cuir. Marque de commerce de la créatrice, plusieurs de ses créations peuvent être converties en plusieurs pièces alors que d'autres sont réversibles, offrant ainsi à la femme qui les porte une plus grande diversité quant à son style.

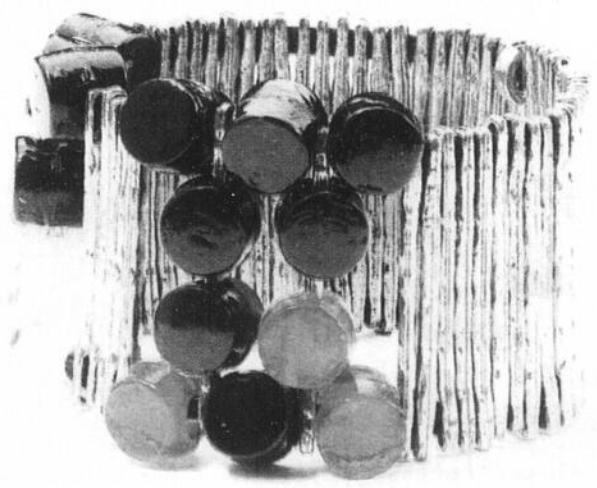
Ces bijoux sont disponibles dans plus de 100 points de vente au Québec. Dans la région, on les retrouve à la Bijouterie Micheline Lamontagne de Chicoutimi et Le Coquill'Art à L'Anse-Saint-Jean.



La collection, composée de couleurs festives et de mélanges de matières remarquables, est parfaite pour les partys de bureau et représente le cadeau idéal pour les adeptes de mode. Cette collection exclusive de huit pièces sera disponible au Québec du 1er octobre au 31 décembre 2011 et environ 10 % des ventes seront versés à la Fondation canadienne des femmes.

«Je suis ravie de cette occasion de collaborer avec cet organisme pendant la saison des Fêtes», affirme la créatrice Anne-Marie Chagnon. «Je souhaite que ces pièces uniques ne réjouissent pas seulement les femmes qui les porteront, mais soutiennent également celles qui éprouvent et surmontent des difficultés au Canada».





Clinique d'esthétique CHRISTIANNE MORIN vous lance une INVITATION pour *Noël*

Faites plaisir avec nos CHÈQUES-CADEAUX

MAQUILLAGE

Offrez-vous la solution définitive à vos problèmes de maquillage!

- Restructurez la forme de vos sourcils de façon naturelle
- Contour des yeux
- Ravivez votre ancien maquillage permanent



2 WAVE 6 TRAITEMENT CELLULITE

ASSURE DES RÉSULTATS RAPIDES, VISIBLES & DURABLES

Pour corriger:
- Apparence de peau d'orange
- Capitonnage de la peau
- Aspect de vague à l'intérieur

3 ÉPILATION AU LASER light sheer

35$ +taxes /15 minutes



NOS AUTRES SERVICES: Misencil (extension des cils) Lifting sans chirurgie

Clinique d'esthétique Christianne Morin

Consultation gratuite sur demande

Prenez votre rendez-vous des Fêtes

418.549.1333

469, des Champs-Élysées, Chicoutimi

2746695

Pour un cadeau vraiment apprécié

BIJOUTERIE RENÉ GUÉRIN

qui paie pour vous

LES 2 TAXES*

sur la plus belle sélection de bijoux!

CADEAUX DE CHOIX...



Boucles d'oreilles à diamants

Superbes montres hommes et dames





Joncs semi-éternité

Des bijoux de pure féminité!

Vous servir est un plaisir!



Guylaine Girard : conseillère,
Jean Guérin : horloger, bijoutier, gemmologiste-diamantaire

Depuis plus de 93 ans votre satisfaction c'est notre tradition

BIJOUTERIE RENÉ GUÉRIN

915, de la Fabrique La Baie

(Voisin du bureau de poste)

418 544-3737

*Prenez note que cette promotion ne s'applique que sur la gamme d'articles sélectionnés.

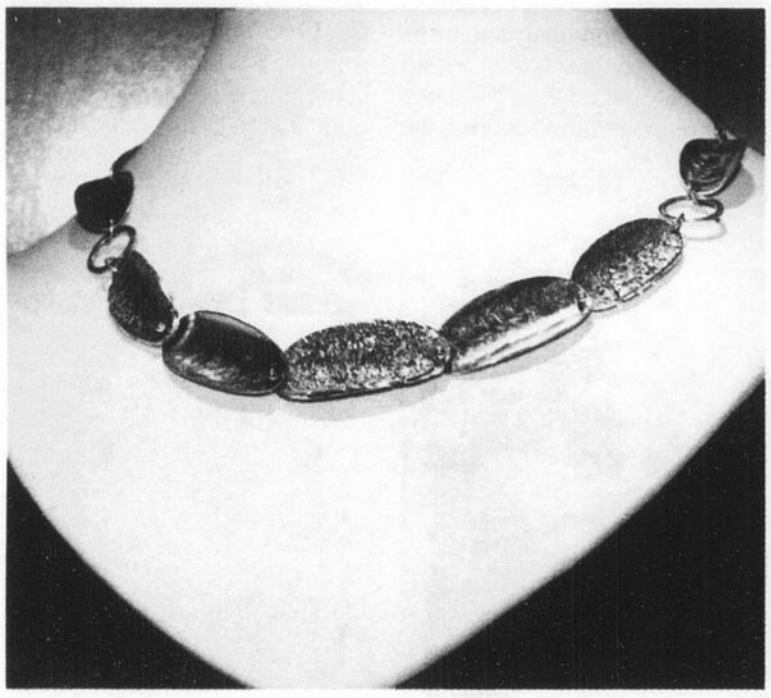
2734804

Bijoux

Des créations uniques signées Véronique Fortier

Mélissa Bradette Rédactrice publicitaire
mbradette@lequotidien.com

Quoi de plus agréable que de recevoir et d'offrir un bijou unique en cadeau? Voici quelques suggestions cadeaux de la joaillière Véronique Fortier. Située au 341-B, rue Racine (voisin de La Corniche), la Bijouterie Véronique Fortier se spécialise dans la conception de bijoux sur mesure. On retrouve aussi en magasin des créations uniques d'une trentaine d'artistes-designers québécois ainsi qu'un vaste choix de montres pour hommes et dames.



Collier en argent sterling avec texture de liège, création Véronique Fortier.



Pendentif et bague assortie en argent sterling, création Véronique Fortier.

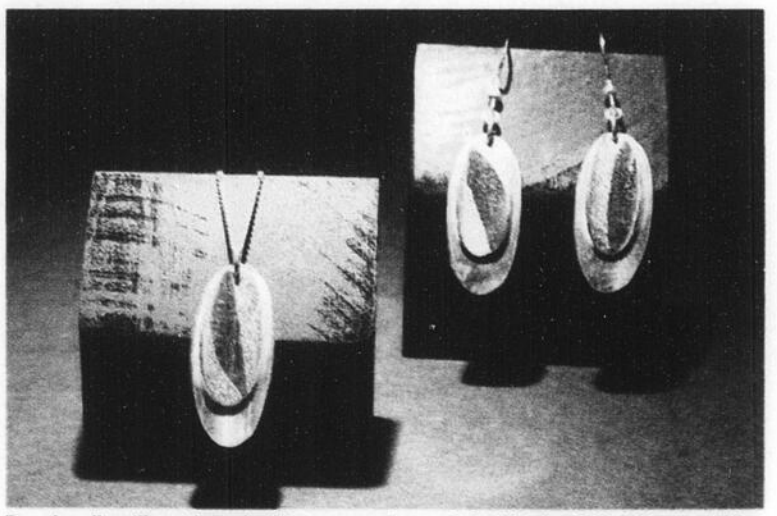
Bijouterie
Véronique Fortier
Joaillière

341-B, rue Racine
Chicoutimi
www.vfjoailliere.com
Tél. : 418-602-1188





Pendentif pour homme en argent sterling de style militaire avec texture de liège, création Véronique Fortier.



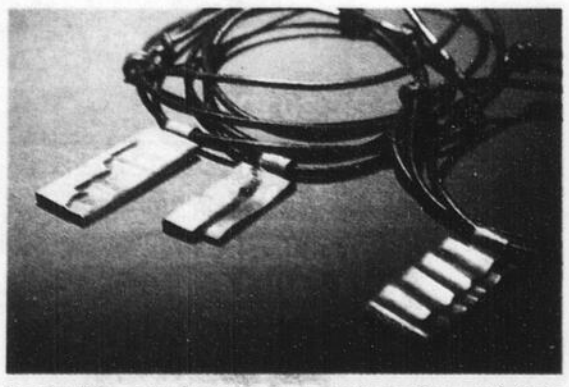
Boucles d'oreilles et pendentifs en argent pur et feuille d'or 24K faite en atelier, technique coréenne de plaqué à la main nommé «keum-Boo», création Véronique Fortier.

- Fabrication de bijoux sur mesure
- Réparation de bijoux, montres et horloges
- Achat d'or
- Création Véronique Fortier
- Bijoux et accessoires de plus de 30 artistes-designers québécois
- Sélection de montres pour hommes et dames

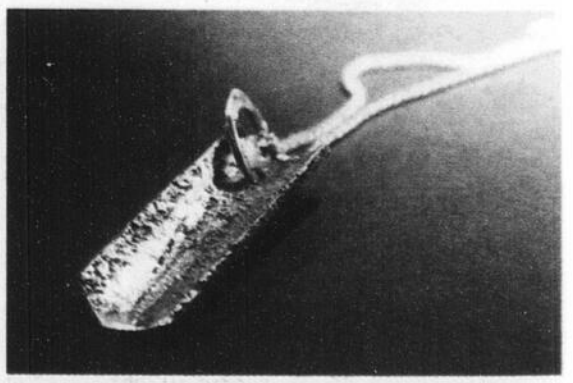
Une équipe comptant plus de 30 ans d'expérience

Concept unique en région!

2727368



Pendentifs pour homme en argent sterling, création Véronique Fortier.



Pendentif unisexe en argent pur avec texture de liège et feuille d'or 24K (Keum-Boo), création Véronique Fortier.

Zone portuaire

Le Marché de Noël vous attend!

Sophie Richard
Rédactrice publicitaire
srichard@lequotidien.com

C'est du 16 au 18 décembre prochains, au hangar de la Zone portuaire, que se tiendra la quatrième édition du Marché de Noël de Saguenay. Cet événement agroalimentaire est un rendez-vous à ne pas manquer pour trouver des idées astucieuses pour vos réceptions du temps des Fêtes, vos cadeaux d'hôtesses et vos présents de Noël.

Chaque année, pas moins de 30 exposants, restaurateurs, chefs cuisiniers, boulangeries, charcuteries, chocolateries et autres, se réunissent pour offrir toute une diversité de produits aux visiteurs et partager avec eux leurs secrets culinaires.

Les produits régionaux sont évidemment mis à l'honneur lors de cette fin de semaine et chaque édition comporte son lot de nouveautés et de nouveaux visages du milieu agroalimentaire régional.

Une foule d'activités à l'horaire

En plus de rencontrer les exposants et de goûter aux produits qu'ils ont à offrir, les visiteurs auront également la chance d'assister à des démonstrations et des ateliers tournant évidemment autour du domaine culinaire.



Le Marché de Noël de Saguenay accueille chaque année de nombreux visiteurs qui y viennent pour compléter leurs emplettes du temps des Fêtes, parfaire leurs connaissances culinaires où tout simplement découvrir de nouveaux produits régionaux et échanger avec les exposants et chefs invités.



L'une des trois finalistes de l'émission Les chefs!, Émilie C. Brochu, sera présente samedi et dimanche alors que le chef Stéfano Faita sera présent uniquement le dimanche. Après leurs ateliers, les chefs invités seront disponibles pour échanger avec les gens présents.

D'autres ateliers et spectacles sont prévus pour toute la famille : Esther Jones donnera des ateliers sur l'art du papier le samedi et dimanche, Jeanick Fournier sera également présente ces deux journées, alors que le père Noël et la mère Noël feront des apparitions pour le plus grand plaisir des tout-petits.

L'événement familial vous plongera au cœur du temps des Fêtes dans un décor festif et convivial. Une occasion idéale pour compléter vos achats des Fêtes et découvrir le talent de nos producteurs régionaux ainsi que la qualité de leurs produits.



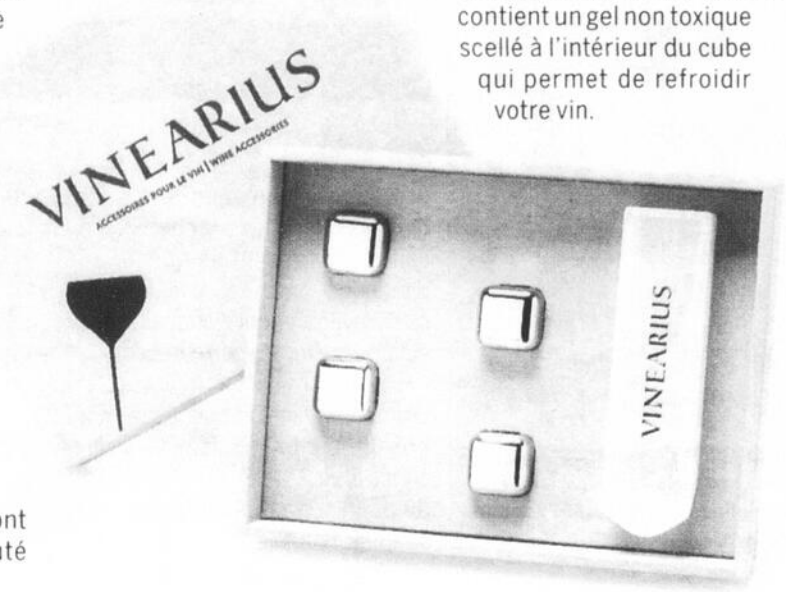
UNE RÉGION AU CŒUR DU COMMERCE

Brasseurs Artisans

Des idées cadeaux pour les amateurs de vin

Roxanne Simard
Rédactrice publicitaire
rsimard@lequotidien.com

Qui n'aime pas se retrouver entre amis ou en famille autour d'un repas tout en buvant une bonne bouteille de vin? Voilà pourquoi les accessoires Vinearius sont parfaits pour vos cadeaux du temps des Fêtes. Voici quelques suggestions de Brasseurs Artisans de Chicoutimi qui se spécialise dans les accessoires pour la bière, le vin et les spiritueux.

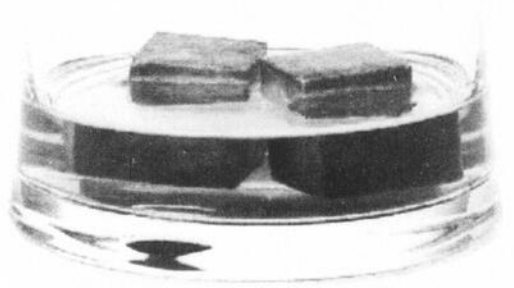


Cubes en inox

Les cubes de glace en inox sont sans aucun doute la nouveauté en matière d'accessoire de vin. Offerts en exclusivité régionale chez Brasseurs Artisans, ces cubes permettent de refroidir rapidement le vin, tout en offrant un look des plus élégants. Vendue dans un ensemble de quatre cubes et d'un plateau de rangement, cette nouveauté contient un gel non toxique scellé à l'intérieur du cube qui permet de refroidir votre vin.



Avant de les utiliser, il faut les mettre au congélateur pendant huit heures. Ensuite, un cube par coupe est nécessaire afin de maintenir la température de la boisson et deux pour la rendre plus froide. En six ou sept minutes, ces cubes peuvent refroidir le vin de plus d'une vingtaine de degrés. En plus d'être parfaits pour les vins blancs, ces cubes peuvent aussi servir pour rafraîchir un cocktail ou un verre de Baileys.



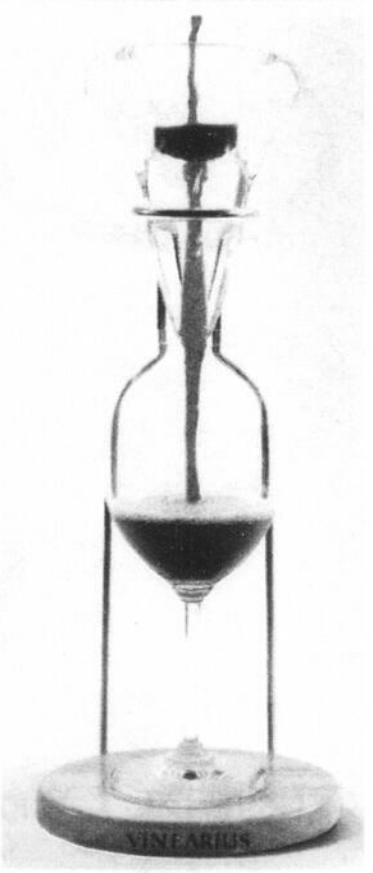


Dans le même principe, Brasseurs Artisans possèdent aussi des pierres destinées aux spiritueux. Tout le monde connaît un amateur de Scotch ou de Whisky. Eh bien, les Whisky Stones sont le cadeau idéal à leur offrir. Ces pierres permettent de refroidir et de garder la boisson fraîche, et ce, sans la diluer. En effet, il suffit de mettre trois pierres pour deux onces d'alcool. L'ensemble de neuves pierres, accompagné d'un sac pour le congélateur, est sorti sur le marché depuis quelques mois seulement.

Décanteur

Pour les amateurs de vin, un aérateur de vin est sans aucun doute le cadeau idéal à recevoir. Le Décantus est l'un des produits les plus efficaces sur le marché selon le magazine Protégez-Vous et c'est pourquoi il est l'un des plus populaires sur le marché.

En plus de vous faire économiser le temps nécessaire à la décantation, soit de une à deux heures, ce produit vous permet d'amener directement le vin à son meilleur. Puisque la majorité des jeunes vins (de cinq ans et moins) devraient être décantés, le Décantus vous offre immédiatement le meilleur du vin.



Brasseurs Artisans
Bière & Vin

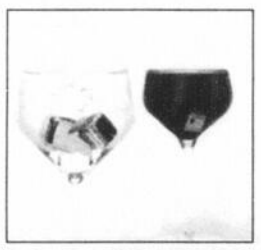
La plus grande sélection d'accessoires pour bien servir le vin, bière et spiritueux

NOUVEAUTÉ pour l'amateur de vin

Cubes de glace en inox

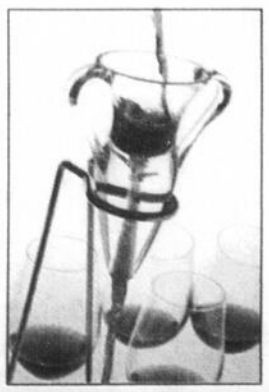
Voici l'accessoire idéal pour refroidir le vin dans un verre sans le diluer, avec élégance.

Conçus en acier inoxydable, les glaçons contiennent un gel non toxique scellé à l'intérieur du cube. Il suffit de les conserver dans leur plateau de rangement dans le congélateur pendant environ huit heures. Pour maintenir la température ambiante, deux cubes de glace sont requis. Dorénavant, le vin sera toujours à la bonne température car, en six ou sept minutes, il sera refroidi d'une vingtaine de degrés!





Décantus
Aérateur à vin



Nous sommes heureux de vous présenter le meilleur aérateur de vin et le plus original qui existe actuellement sur le marché.

Le **DÉCANTUS** fait réagir le vin instantanément avec l'air pour en révéler tout son bouquet, son goût et ses arômes. Il a été démontré scientifiquement que l'aérateur **DÉCANTUS** réduit les sulfites de 56 % en moyenne. C'est un incontournable pour les amateurs de vin.

NOUVEL HORAIRE

Lundi au mercredi	9 h 30 à 17 h 30
Jeudi et vendredi	9 h 30 à 20 h 00
Samedi	9 h 30 à 16 h 00
Dimanche	12 h 00 à 16 h 00

2740559

997, boul. Talbot, Chicoutimi, (Voisin de McDonald) **418-549-5225**
www.brasseursartisans.com - carl.lesperance@brasseursartisans.com

UNE RÉGION AU CŒUR DU COMMERCE

IGA Mellon

Pour le plaisir des yeux, et du ventre!

Sophie Richard
Rédactrice publicitaire
srichard@lequotidien.com

Le marché d'alimentation IGA Mellon se fait un devoir, depuis ses tous débuts, d'être à l'affût des nouveautés et de répondre aux besoins évolutifs de sa clientèle. Les propriétaires, M. Dany St-Pierre et Mme Cathie St-Pierre, ont à cœur leur commerce et font tout ce qui est en leur pouvoir pour améliorer l'expérience de magasinage de leurs clients.

Ainsi, IGA Mellon se modernise et se transforme d'année en année. Un tout premier projet d'agrandissement a d'ailleurs eu lieu dernièrement ainsi que le remaniement du département des fruits et légumes. Le mobilier a été déplacé de façon à faciliter le déplacement entre les rayons et de nouvelles variétés de produits ont fait leur entrée pour offrir davantage de choix aux familles. Prochainement, ce sera sur la boulangerie qu'un vent de nouveautés soufflera.

Ces changements en magasin améliorent l'esthétique de l'endroit tout en libérant les aires de circulations et en permettant à la clientèle de trouver plus rapidement le produit qu'elle recherche.

De tout pour vos réceptions

Cette année encore, IGA Mellon s'est littéralement transformé pour le temps des Fêtes. Ambiance chaleureuse et festive, sucreries et gâteaux de Noël, cadeaux gourmands, tout a été mis en œuvre pour simplifier vos emplettes de décembre.

Pour des conseils, des recettes ou des suggestions, référez-vous à l'équipe de passionnés qui compose la famille d'IGA Mellon. C'est avec plaisir qu'ils vous partageront leur expertise et répondront à vos questions.

Ils pourront également vous renseigner sur une des tendances qui gagnent en popularité pour les réceptions. Il s'agit de la formule souper dînatoire, des petites recettes à servir en verrine.

Ils pourront également vous suggérer des recettes faciles à faire avec les produits de gibiers et de canards que l'on retrouve dans les comptoirs. Pour faire suite à la demande grandissante pour ces viandes des plus tendres, de nouveaux produits ont fait leur entrée au marché.

Passez au marché d'alimentation IGA Mellon dès aujourd'hui!



Les propriétaires du IGA Mellon, Dany St-Pierre et Cathie St-Pierre.



AVEC VOTRE TRAITEUR POUR VOS FESTINS DES FÊTES

IGA Mellon

VOUS METTREZ DE LA MAGIE SUR VOTRE TABLE

Votre IGA Mellon vous a concocté un menu pratique, qui se commande et se sert vite fait, bien fait.

Variez et combinez plats principaux et accompagnements au choix!

Ragoût de boulettes
L'authentique ragoût avec sauce brune et pommes de terre.
De 6 à 8 personnes

Bœuf bourguignon
Un classique avec cubes de bœuf et légumes dans une sauce au vin.
De 6 à 8 personnes

Émincé de dinde
Tranches de dinde dans une sauce au jus.
De 8 à 10 personnes

... et une foule d'autres délicieux choix!

Réceptions des Fêtes
Pour recevoir en grand la parenté, nos repas chauds **«les gastronomiques»** passent du buffet au repas assis. Chaque plat principal se combine avec un accompagnement de pâtes, de pomme de terre ou de riz.
À vous de faire de vos repas une pure féerie!

Proposés dans un contenant scellé.

2753233

IGA Mellon

Pour consulter le menu complet ou pour commander, passez à notre magasin ou visitez le www.iga.net

2085, boul. Mellon, JONQUIÈRE / 418.548.7557
Cathie St-Pierre et Dany St-Pierre, propriétaires

UNE RÉGION AU CŒUR DU COMMERCE

Cocktails

Je lève mon verre...

Crème reggae

Boisson à la crème au fruit du marula, préparée directement dans le verre et à servir dans un verre old-fashioned

Ingrédients :
- 45 ml (1 1/2 oz) de boisson à la crème de fruit du marula Amarula
- 15 ml (1/2 oz) de rhum ambré
- Glaçons

Préparation :
- Dans un verre old-fashioned contenant quelques glaçons, verser la boisson à la crème de fruit du marula et le rhum.
- Remuer à l'aide d'une cuillère à mélange.



Astuce

Avant le repas, proposez un cocktail fruité qui ouvrira l'appétit de vos convives et en soirée, optez pour une boisson onctueuse.

Azur

Ingrédients :
- 60 ml (2 oz) de tequila
- 30 ml (1 oz) de liqueur d'agrumes (type curaçao bleu)
- Glaçons
- Sel de mer
- 1 rondelle de citron

Préparation :
- Givrer un verre à margarita avec du sel de mer.
- Dans un shaker rempli de glaçons, ajouter tous les ingrédients, sauf la rondelle de citron.
- Agiter vivement de 8 à 10 secondes.
- Filtrer le contenu du shaker dans le verre à margarita à l'aide d'une passoire à glaçons.
- Garnir d'une rondelle de citron



Truc du pro

Remplacez la moitié de la liqueur d'agrumes par de la liqueur de pêche et garnir d'un quartier de pêche. Délicieux!

Source : Espace cocktail SAQ

Service Alimentaire Gordon (GFS) bien présente au Saguenay–Lac-St-Jean!

GFS. service alimentaire gordon

Chef de file dans la distribution aux services alimentaires dans l'Est du Québec, GFS Québec est bien présente au Saguenay–Lac-St-Jean! Notre nom traduit notre passion. Nous sommes une entreprise familiale qui aime l'industrie alimentaire et qui est vouée au service à la clientèle. Toute l'équipe de GFS Québec incarne cette passion dans le cadre de milliers de transactions quotidiennes qui visent toutes à dépasser les attentes de nos clients.

Des opportunités d'emploi

Étant une entreprise en pleine croissance, GFS Québec est constamment à la recherche de gens dynamiques et soucieux de bien servir les clients, afin de combler des postes permanents dans différents secteurs d'activités.

Une équipe dynamique de représentants des ventes

En octobre dernier, GFS Québec a annoncé l'arrivée de madame **Linda St-Gelais** dans son équipe de représentants des ventes au Saguenay–Lac-St-Jean. Elle s'est jointe ainsi à l'équipe œuvrant déjà sur le territoire et composée d'**Éric Gravel** et **Robin Tremblay.**

Linda St-Gelais



lst-gelais@gfscanada.com

Éric Gravel



egravel@gfscanada.com

Robin Tremblay



rtremblay@gfscanada.com

Des activités dans la région

En mars 2012, pour une deuxième année consécutive, GFS Québec tiendra un Salon de ventes dans la région du Saguenay–Lac-St-Jean. Les détails de cette activité seront disponibles sous peu au www.gfscanada.com

Pour en savoir davantage sur les opportunités d'emploi, ou pour communiquer avec l'un ou l'autre de nos représentants, composez le **1-800-363-0087!**

2749955

UNE RÉGION AU CŒUR DU COMMERCE

Chez Georges

Un goût authentique et savoureux

Sophie Richard
Rédactrice publicitaire
srichard@lequotidien.com

Depuis plus de cinquante ans, le restaurant chez Georges se veut un incontournable de la restauration à Saguenay de par ses succulentes recettes inédites, son service rapide et courtois et sa renommée auprès du milieu artistique québécois.

Si au fil des ans, Chez Georges a su s'adapter au marché — le restaurant a récemment subi une cure de rajeunissement du côté pub — il a tout de même choisi de conserver le menu qui l'a rendu célèbre pour le plus grand bonheur de sa clientèle.

Ainsi, encore aujourd'hui, les familles de Saguenay et d'ailleurs de même que les gens du milieu des affaires peuvent venir y déguster la fameuse sauce à spaghetti importée par Évelyne Abraham de ses études auprès des sœurs italiennes, le poulet au goût authentique, la vinaigrette maison rehaussée d'ail et de citron ou bien le steak tendre et juteux de ce steak house de renom.

Steak pétillant

Une nouveauté du restaurant est d'ailleurs en lien avec ce dernier plat. Le steak, jadis servi sur une assiette en bois qui en conservait toute la saveur et la chaleur, effectue un retour aux sources. Le steak pétillant sera désormais servi une assiette spéciale en porcelaine, qui répond aux normes de salubrité en vigueur de nos jours et qui de surcroît conservera la chaleur et la saveur de la viande de la première à la dernière bouchée. Venez goûter la différence!



Soupers spectacles

Ouvert sept jours sur sept, pour les dîners et les soupers, le restaurant chez Georges a, depuis peu, choisi de dynamiser certaines de ses soirées grâce aux soupers spectacles. Au coût d'environ 50 $ par personne, toute la population est invitée à participer à ces soirées hautes en couleur. Renseignez-vous directement au restaurant pour connaître les soupers spectacles à venir.

Menu midi

Tous les midis, venez découvrir les savoureux menus du jour offerts Chez Georges. En plus des repas à la carte, un menu différent vous est suggéré à chaque nouvelle journée.

Salles de réception

Que ce soit pour une réunion de travail, la réception suivant un baptême ou un mariage ou encore pour souligner un anniversaire, le restaurant Chez Georges met à la disposition de sa clientèle ses salles de réception.

Pouvant accueillir plus de 150 personnes, elles offrent intimité et convivialité. Situées à l'arrière du restaurant, elles peuvent se diviser en cinq salles de plus petite dimension pour les groupes de 20 à 50 individus.



Outre que pour les dîners et les soupers, il est possible de réserver l'une des salles pour une réunion de travail durant laquelle un petit-déjeuner sera servi (croissants, café, etc.).



UNE RÉGION AU CŒUR DU COMMERCE

La magie des Fêtes et les enfants

Friandises à cuisiner avec vos tout-petits

(EN)—Les enfants adorent se gaver de douceurs durant les Fêtes, mais ils aiment également créer et cuisiner eux-mêmes des friandises délicieuses. Le temps des Fêtes est une période idéale pour cuisiner avec les enfants car ils peuvent laisser aller leur créativité et se mettre dans l'esprit des Fêtes.

Il peut être facile et amusant de cuisiner avec des enfants, autant pour les adultes que pour les petits. Voici quelques conseils, éprouvés par des parents, pour mettre la main à la pâte avec vos tout-petits.

Suivez le mantra de la «mise en place» des chefs

Assurez-vous que tous les ingrédients sont prêts, en d'autres mots, préparez-vous. Cuisinez les carrés ou les biscuits à l'avance, et une fois que le four est éteint et que les couteaux sont rangés, demandez aux enfants de se joindre à vous pour glacer et décorer. Mettez le glaçage, les décorations comestibles et les bonbons dans de petits bols et laissez les enfants donner libre cours à leur imagination. Reposez-vous pendant qu'ils profitent du moment.

Des tabourets pour la cuisine

Bon nombre de parents vous le diront, les tabourets sont essentiels dans une cuisine parce qu'ils permettent aux enfants de s'approcher d'un comptoir ou d'un îlot et de s'impliquer quand ils en ont envie. Les enfants aiment se sentir inclus dans le processus de cuisson.

L'équipement

Assurez-vous d'avoir les outils tout-usage nécessaires pour faire de la cuisine en famille: des plateaux, des fournitures de cuisson faciles à nettoyer, des ustensiles de plastique, des tabliers pour les enfants, de petits bols. Prenez part à la préparation et amusez-vous également.

Des tâches pour tous les âges

Évaluez les tâches et l'âge des enfants avant d'assigner les besognes. Il y a des tâches pour tous les âges dans une cuisine. N'oubliez pas les travaux amusants comme faire des cartes de souhait et décorer des boîtes.

Une activité interactive

Impliquez les enfants et ils apprendront. Ils se sentiront maîtres de leurs réalisations et en seront fiers. Les plus vieux peuvent planifier un menu et faire une liste d'épicerie, pendant que les plus jeunes peuvent jouer à la cachette en ouvrant les armoires pour voir s'il y a suffisamment de sucre ou de chocolat. Cuisinez de façon interactive, comme dans un cours de cuisine, afin que les enfants puissent vous aider à ranger les ingrédients et à nettoyer lorsque vous avez terminé.

Fudge croquant

Une recette de fudge facile à réaliser avec les enfants.

Ingrédients

- 50 ml (¼ tasse) de beurre
- 50 ml (¼ tasse) de sirop de maïs
- 250 ml (1 tasse) de brisures de chocolat semi-sucré
- 5 ml (1 c. à thé) d'extrait de vanille
- 125 ml (½ tasse) de sucre à glacer, tamisé
- 500 ml (2 tasses) de céréales Rice Krispies

1. Dans une casserole, mélanger le beurre, le sirop de maïs et les brisures de chocolat.

2. Cuire à feu doux, brassant continuellement, jusqu'à ce que le tout ait une consistance homogène. Retirer du feu.

3. Incorporer la vanille et le sucre à glacer et mélanger jusqu'à ce que le tout soit homogène. Ajouter les Rice Krispies, et bien mélanger.

4. Étendre dans un moule carré de 2 L (8 po) légèrement beurré. Laisser refroidir jusqu'à ce que le mélange ait durci, environ 30 minutes. Couper en barres. Garder au réfrigérateur.



Visages du Père Noël

Voici une recette amusante et interactive à essayer avec votre famille.

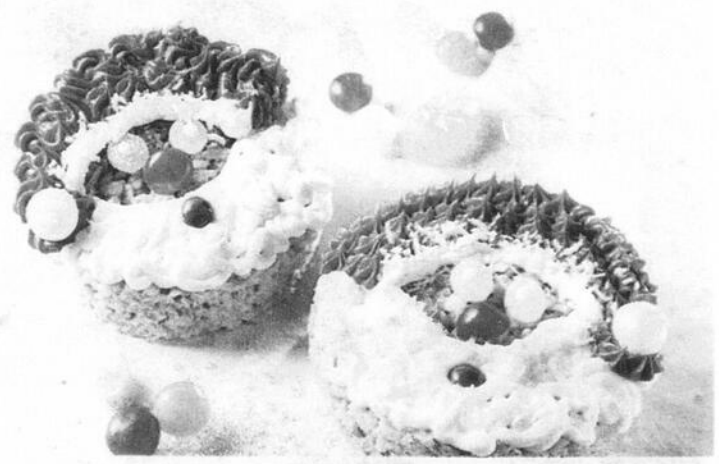
Ingrédients

- 50 ml (¼ tasse) de beurre
- 250 g (1 paquet, environ 40) de guimauves régulières ou 5 tasses de guimauves miniatures
- 2 ml (½ c. à thé) d'extrait de vanille (optionnel)
- 1,5 l (6 tasses) de céréales Rice Krispies
- Glaçage à la vanille préparé
- Bonbons rouges à la cannelle
- Guimauves miniatures

1. Dans un gros bol approprié pour le micro-ondes, chauffer le beurre et les guimauves à température élevée pendant 3 minutes, en brassant après 2 minutes.

2. Incorporer la vanille. Ajouter les céréales Rice Krispies et brasser jusqu'à ce qu'elles soient bien recouvertes de mélange. À l'aide d'une spatule légèrement beurrée, presser le mélange dans un moule beurré de 3,5 L (13 po x 9 po).

3. Laisser le mélange refroidir légèrement. À l'aide d'un emporte-pièce, couper le mélange de céréales en cercles. Décorer avec le glaçage et les bonbons si désiré. Utiliser un soupçon de glaçage pour fixer les guimauves et les bonbons à la cannelle.



RESTAURANT - BAR
LE MONDIAL
418 542.6119

MARDI
Soirée à 2 $ petite bière Molson

MERCREDI
Spécial grosse bière Molson

JEUDI
Soirée des dames
4 choix de menus à 5 $
Coupe de vin à 3 $

VENDREDI
Soirée thématique, ce mois-ci la Belgique
Karaoké dès 21 h 30

SAMEDI
Vin sélectionné au prix de la SAQ

SAMEDI ET DIMANCHE
DÈS 9 H 30
Déjeuners country

RÉSERVEZ POUR LES FÊTES
Salle privée, 60 personnes

www.lemondial.ca

2407, rue St-Dominique
Face à la Caisse populaire
Propriétaire Michel Thiffault
barlemondial@videotron.ca

2748541

Boulangerie Chicoutimi-Nord

De quoi vous régaler pour le temps des Fêtes!

UNE RÉGION AU CŒUR DU COMMERCE



Bûche des îles

BÛCHE DES ÎLES : un subtil mélange crémeux ananas-passion accompagné d'une poêlée d'ananas caramélisés garnie d'une crème vanille déposée sur un biscuit coco-passion.

BÛCHE CHAMPÊTRE : un savoureux mélange de fruits à la fraise mara des bois et cassis au cœur d'une mousseline marron cassis, déposé sur un biscuit marron glacé d'un chocolat au lait.

BÛCHE CROC'ORANGE : un croustillant chocolat au lait enrobé dans une mousse blanche à l'orange, déposé sur une compotée d'orange sanguine et sur un biscuit praliné orange.

BÛCHE FRAMBOISIER : une riche et onctueuse mousse au chocolat blanc et mousse aux framboises déposée sur une génoise vanille.

CHOCO-NOISETTES (dix portions) : une onctueuse mousse aux noisettes garnie de noisettes en morceaux et déposée sur une génoise au chocolat.

TROIS CHOCOLATS (dix portions) : un classique. Une onctueuse couche de chocolat mi-amer. Tous des chocolats de première qualité et le tout est déposé sur un biscuit au chocolat.

LA TRUFFÉE (dix portions) : un riche et savoureux mélange de chocolat mi-amer et de chocolat lacté garni de griottes au sirop.

CHOCOLAT ROYAL (dix portions) : gâteau roulé au chocolat mi-amer au goût recherché des connaisseurs.

NOISETIER (dix portions) : gâteau roulé au chocolat garni de crème au beurre praliné noisette et enrobé de chocolat lacté.

BÛCHES TRADITIONNELLES VANILLE OU CHOCOLAT : gâteau roulé blanc garni et décoré de crème au beurre vanille. Gâteau roulé chocolat garni et décoré de crème au beurre chocolat.

COURONNE AUX NOISETTES : un parfait mélange de fruits confits, raisins, noisettes et cassonade tressés dans une pâte à brioche.

BEIGNES MAISON : couronne tressée aux fruits confits et aux noisettes.

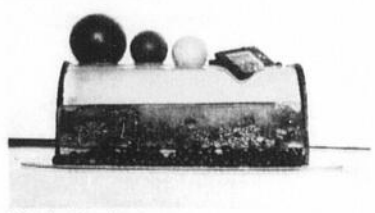
BÛCHETTES VANILLE OU CHOCOLAT : garnies d'une confiture pomme et fraise et enrobées de chocolat blanc ou de chocolat mi-amer.

17 saveurs de macarons français. Gâteau aux fruits haut de gamme.

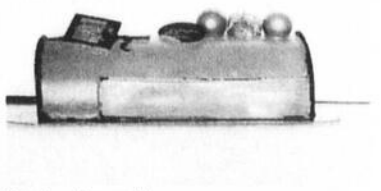
PETITS MOKAS DES FÊTES : Vanille, érable, chocolat ou assortis avec crème au beurre vanille, érable ou chocolat.
15 parfums de chocolats fabriqués maison :
Roses des sables en chocolats blanc, lacté ou noir.
Godets à porto en chocolat noir 64 %.

PAINS : Pain sandwich tranché sur le long.
Découvrez notre gamme de pain français au levain de fabrication artisanale et cuit sur la sole. Frais du jour, tous les jours.

Rendez-vous sur place au 2175, rue Roussel, Chicoutimi ou téléphonez au (418) 543-9153.



Bûche Croc'orange



Bûche champêtre



RÉSERVEZ DÈS MAINTENANT

Boulangerie Chicoutimi-Nord

Le bonheur en saveur depuis 1960

2175, rue Roussel
Chicoutimi-Nord
418 543-9153

2752987

UNE RÉGION AU CŒUR DU COMMERCE

Réinventez les assemblées de cuisine

Célébrez autour d'un bon café!

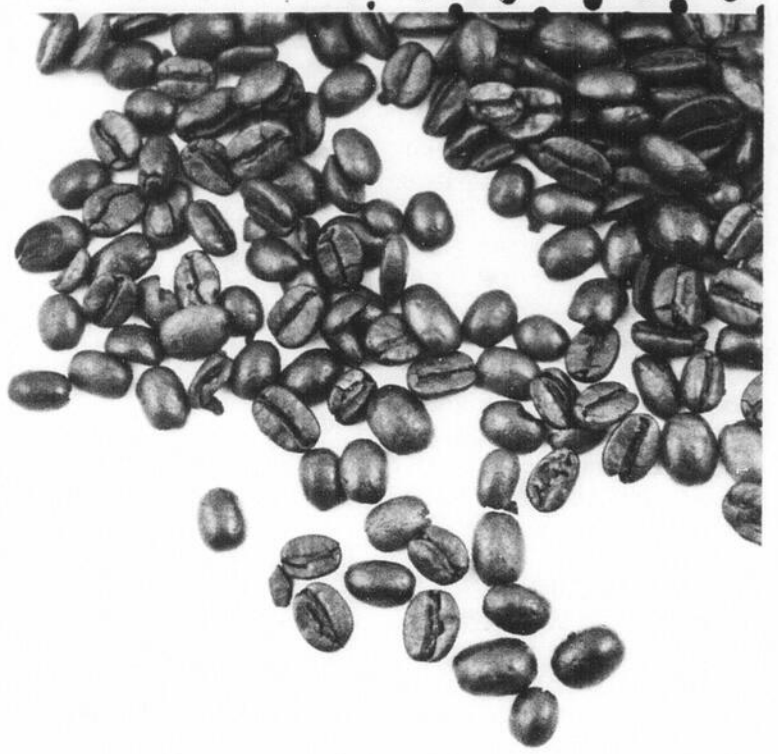
(EN)—Quatre soupers-partages, trois fêtes de bureau, deux dégustations de vins et fromages, et la liste est longue. La période des Fêtes est devenue plutôt prévisible, mais il existe différentes avenues pour sortir des sentiers battus. Par exemple, vous pouvez célébrer autour d'un bon café.

Kaffeeklatsch

Conviez vos amis à un Kaffeeklatsch allemand traditionnel. Il s'agit d'une coutume qui a pris naissance en Allemagne dans les années 1880. Vous n'avez qu'à servir différentes sortes de cafés, proposer quelques desserts et le tour est joué! Vous aurez plaisir à recevoir sans avoir à composer avec tous les préparatifs nécessaires pour d'autres types de réception.



Sortez des sentiers battus cette année et conviez vos invités à un Kaffeeklatsch (combinaison des mots «café» et de «bruit»).



Accord mets-cafés

Tout comme le vin, le café est offert en un nombre incalculable de variétés. Chacune se distingue par sa propre saveur complexe et s'accorde particulièrement bien avec certains types de desserts. Voici quelques recommandations qui vous aideront à accorder chaque tasse de café pour donner matière à célébrer.

Origine des grains	Notes de dégustation	S'accorde parfaitement avec…
Éthiopie et Kenya	léger et vif	un sorbet au citron
Hawaii et Costa Rica	mi-corsé et équilibré	une crème brûlée
Colombie et Guatemala	velouté et corsé	un gâteau au fromage à la fraise
Sumatra	corsé et intense	une mousse au chocolat noir

Recette pour la mijoteuse

Tajine d'agneau à la marocaine

(EN)— La cuisine marocaine est reconnue pour son subtil équilibre entre saveurs sucrées et épicées. Essayez donc cette recette de tagine facile à réaliser à la mijoteuse.

Ingrédients

Donne : 6 portions

- 25 ml (2 c. à soupe) d'huile de canola
- 1 épaule d'agneau désossée, environ 875 g (1 ¾ lb)
- 2 ml (½ c. à thé) de sel
- 2 ml (½ c. à thé) de poivre noir fraîchement moulu
- 1 gros oignon blanc, coupé en deux et émincé
- 2 gousses d'ail, tranchées
- 2 grosses carottes, pelées et tranchées en diagonal en morceaux de 4 cm (1 ½ pouce)
- 750 ml (3 tasses) de bouillon de poulet
- 350 ml (1 bouteille) de sauce Souvenirs du Maroc[PC]

1. Dans un grand poêlon à fond épais, chauffer l'huile à feu moyen-élevé. Assaisonner l'agneau de sel et de poivre. Saisir en retournant de temps à autre de 10 à 12 minutes ou jusqu'à ce que tous les côtés soient bien brunis.

2. Mettre l'agneau dans une mijoteuse. Cuire les oignons et l'ail dans le poêlon à feu moyen-bas, de 4 à 6 minutes ou jusqu'à ce qu'ils soient tendres. Transférer le mélange dans la mijoteuse.

3. Mettre les carottes, le bouillon et la sauce Souvenirs du Maroc dans la mijoteuse. Couvrir et cuire à FAIBLE intensité de 10 à 12 heures ou jusqu'à ce que l'agneau soit très tendre lorsqu'on le pique avec une fourchette.

4. Déposer les carottes dans un bol; réserver. Retirer l'agneau de la mijoteuse. Effilocher la viande avec deux fourchettes. Placer l'agneau et les carottes dans une assiette; recouvrir de sauce. Servir accompagné de couscous et de pois chiches au beurre bien chauds, si désiré.

Conseil : garnir de fruits séchés hachés, comme des abricots, des figues ou des dattes, si désiré.



Tajine d'agneau facile à réaliser à la mijoteuse.

UNE RÉGION AU CŒUR DU COMMERCE

Des délices aux amandes

Copeaux de caramel aux amandes

Une recette créée par la Collective des Amandes de Californie

Ingrédients
Donne environ 32 morceaux

- 1 L (4 tasses) d'amandes tranchées
- 125 ml (1/2 tasse) de beurre non salé, ramolli
- 375 ml (1 1/2 tasse) de sucre
- 60 ml (1/3 tasse) d'eau
- 2 ml (1/2 c. à thé) de vanille
- 1 ml (1/4 c. à thé) de sel
- 454 g (1 lb) de chocolat mi-amer de première qualité (non sucré)
- 227 g (1/2 lb) de chocolat mi-sucré de première qualité
- 90 g (3 oz) de chocolat au lait ou chocolat blanc (facultatif)

1. Préchauffer le four à 200 °C (400 °F) degrés et huiler une grande plaque à cuisson. Réserver.

2. Dans une grande poêle à frire, répandre les amandes et grillez-les durant 8 minutes ou jusqu'à ce qu'elles soient légèrement dorées. Laisser refroidir.

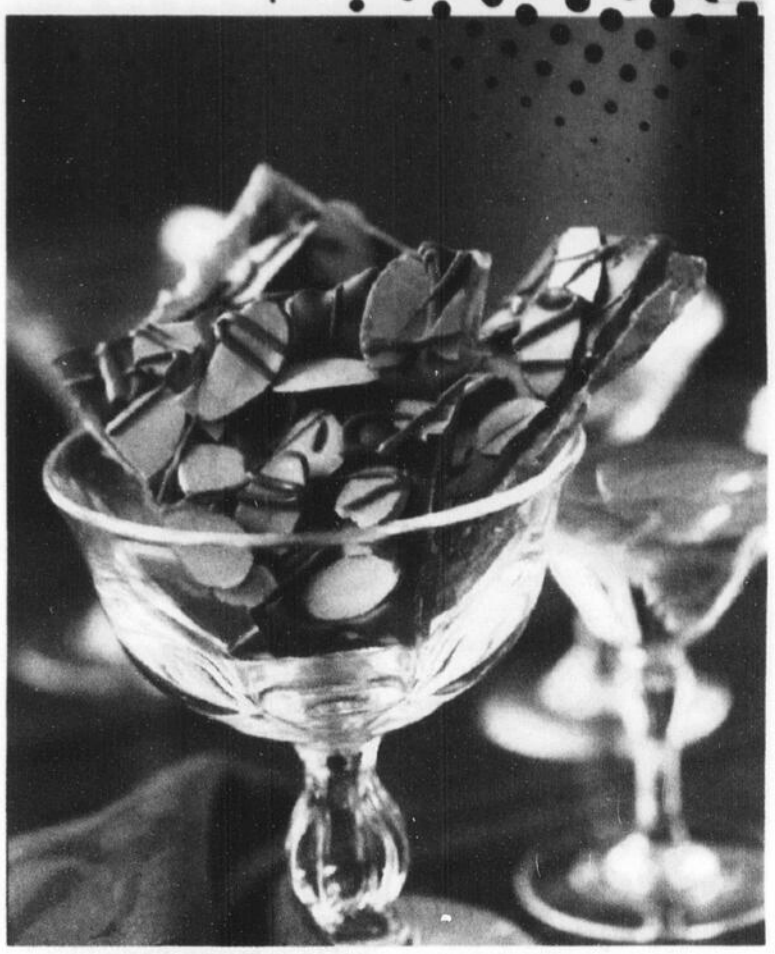
3. Dans une grande casserole amener à ébullition à feu moyen le beurre, le sucre, l'eau, la vanille et le sel en remuant avec une cuillère de bois. Faire bouillir le mélange, sans remuer, jusqu'à ce qu'il soit doré, environ 12 minutes.

4. Retirer la casserole du feu et incorporer 500 ml (2 tasses) d'amandes grillées. Verser immédiatement sur la plaque de cuisson. Répartir de façon uniforme et ensuite placer au congélateur jusqu'à consistance ferme.

5. Hacher le chocolat. Dans un bain-marie chaud, faire fondre le chocolat jusqu'à consistance lisse.

6. Verser le chocolat sur le caramel aux amandes refroidi et étaler uniformément avec une spatule. Saupoudrer avec le reste des amandes. Si vous le souhaitez, verser du chocolat au lait fondu ou du chocolat blanc sur le dessus pour faire un contraste. Réfrigérer à découvert jusqu'à consistance ferme, environ 1 heure.

7. Casser le caramel croquant en morceaux. Placer en couches entre des feuilles de papier parchemin dans un contenant hermétique à température ambiante fraîche ou réfrigérée durant 1 semaine.



Copeaux de caramel aux amandes créés par la Collective des Amandes de Californie.

Biscuits croquants au beurre d'amande

Ingrédients
Donne environ 50 biscuits

- 250 ml (1 tasse) de beurre d'amande crémeux
- 125 ml (1/2 tasse) de beurre, ramolli
- 250ml (1 tasse) de cassonade dorée, tassée
- 1 gros œuf
- 2 ml (1/2 c. à thé) d'essence d'amande
- 375 ml (1 1/2 tasse) de farine
- 2 ml (1/2 c. à thé) de bicarbonate de soude
- 2 ml (1/2 c. à thé) de sel
- 125 ml (1/2 tasse) d'amandes hachées grillées

1. Préchauffer le four à 180 °C (350 °F) degrés et préparer une plaque à biscuits recouverte d'une feuille de papier parchemin.

2. Dans un grand bol, remuer le beurre d'amande ainsi que le beurre, la cassonade, l'œuf et l'essence d'amande jusqu'à consistance crémeuse, légère et mousseuse.

3. Dans un second bol, mélanger la farine, le bicarbonate de soude et le sel. Incorporer lentement ce mélange farineux au mélange crémeux. Ajouter les amandes hachées. La pâte sera très friable; couvrir d'une pellicule plastique et réfrigérer pendant 30 minutes pour raffermir.

4. Former des boules de 1 pouce et déposez-les sur la plaque à biscuits; aplatir avec une fourchette afin de créer un motif de hachures croisées.

5. Cuire 12-15 minutes, jusqu'à ce qu'ils soient légèrement dorés. Refroidir sur la plaque à biscuits pour quelques minutes avant de transférer les biscuits sur une grille. Une fois qu'ils sont refroidis conserver dans un contenant hermétique.



Biscuits croquants au beurre d'amande.

UNE RÉGION AU CŒUR DU COMMERCE

Boutique Clément

Suggestions cadeaux

Roxanne Simard
Rédactrice publicitaire
rsimard@lequotidien.com

La boutique CLÉMENT de Place du Saguenay à Chicoutimi, vous propose une foule de suggestion cadeaux. La boutique regorge de produits originaux et uniques qui sauront plaire aux tout-petits.



CLÉMENT possède une foule de produits thématiques sur les Canadiens de Montréal. Que ce soit des vêtements, des accessoires ou des éléments décoratifs, vous retrouverez une foule de produits à l'effigie de l'équipe favorite de votre jeune. Pour le bas de Noël, quoi de mieux qu'une jolie tuque ou un chandail pour faire le bonheur de votre enfant ?



Les animaux berçants font fureur à la boutique CLÉMENT. Ce joli jouet décoratif est un cadeau idéal pour une nièce, un filleul ou un petit-fils.



Encore cette année, en achetant l'un des huit modèles de pyjamas exclusifs à CLÉMENT, 1 $ sera versé à une bonne cause. En effet, cet argent sera remis aux Enfants d'amour de Louise Brissette, une femme de Québec qui a adopté 36 enfants ayant des handicaps physiques et mentaux. L'an passé, plus de 10 000 $ ont été amassés, sans oublier que la succursale de Chicoutimi avait été la 2e succursale ayant le plus vendu de pyjamas au Québec.

En achetant ces pyjamas, qui sont identifiés d'une boule de Noël, vous pourrez signer cette boule et la coller dans la vitrine avec le sapin autocollant afin de montrer que vous avez contribué à la cause.





UNE RÉGION AU CŒUR DU COMMERCE

Faucher & Bergeron Fourrures

Une référence en matière de manteaux

Mélissa Bradette
Rédactrice publicitaire
mbradette@lequotidien.com

Depuis bientôt 45 ans, Faucher & Bergeron Fourrures est au service de la population. Fondé en 1967, ce commerce figure parmi les plus importants marchands de manteaux en région. Pour desservir sa clientèle, Faucher & Bergeron Fourrures dispose de deux succursales, soit à Chicoutimi (rue des Champs-Élysées) et à Jonquière (rue St-Hubert).

Spécialisé dans les manteaux chauds de toutes sortes, pour dames et hommes, Faucher & Bergeron Fourrures offre un vaste choix de modèles de manteaux. Tailles petites, régulières ou fortes, manteaux de laine, en tissu, en cuir, en suède, agneau renversé et fourrure nouvelle version, le choix est vaste. Vous trouverez assurément un modèle correspondant à vos besoins.

Vous découvrirez également, sur place, un service de remodelage de fourrures incomparable et exclusif. Rasage, coloration, insertions, mosaïques... tout est possible!

La maison se fait un devoir de se tenir à l'affût des nouvelles tendances et est à la fine pointe de la mode. Cette année, en particulier, Faucher & Bergeron Fourrures a développé davantage le créneau des accessoires. Ainsi, on retrouve dans les deux succursales du commerce des accessoires de cuir et de fourrures. Gants, foulards, chapeaux et bottes sont disponibles en magasin.

Faucher & Bergeron Fourrures encourage les designers de chez nous. On y retrouve notamment les fameux accessoires en fourrure recyclée de la designer Rachel F, qui est originaire du Saguenay.

Entrez voir les collections et découvrez des vêtements et accessoires qui vous iront à ravir!

Service incomparable

Chaque place d'affaires de Faucher & Bergeron Fourrures possède un atelier de réparation, un salon de montre et une voûte certifiée. Ce marchand est reconnu pour son expertise, son service personnalisé et la qualité de son service après-vente.

Visitez le www.faucherbergeron.com pour en savoir davantage sur ce commerce régional.



Mme Maude Boivin, conseillère chez Faucher & Bergeron Fourrures, présente un magnifique manteau de cuir.



Mme Hélène Bergeron la propriétaire, nous dévoile quelques accessoires offerts en magasin.



UNE RÉGION AU CŒUR DU COMMERCE



Tenues de soirée

Astuces mode pour les partys des Fêtes

(EN)— C'est la saison pour briller! Que ce soit pour célébrer au bureau, pour une rencontre décontractée entre amis ou pour assister à une fête du Nouvel An, Sears a tout ce qu'il vous faut pour vous présenter sous votre meilleur jour.

La tâche de combiner la tenue idéale pour la fête au bureau avec une allure sophistiquée, voilà l'un des plus grands dilemmes que doit affronter toute femme professionnelle moderne. Le look recherché débutera par une touche de scintillement. Harmonisez vos vêtements de travail classiques avec un cardigan ou une veste ornés de paillettes brillantes. Rehaussez toute tenue en portant des sandales satinées à bout ouvert, ou en ajoutant simplement un brin de fantaisie avec des bijoux mode comme une grosse bague dernier cri, et vous voilà fin prête pour une soirée inoubliable!

Vous êtes invitée à une fête en famille ou chez des amis? Enfilez vite votre jean le plus confortable que vous pourrez porter avec presque tout ce que contient votre garde-robe. De la veste longue ajustée au chandail décontracté garni de petites billes scintillantes ou au haut à paillettes, le style décontracté se coordonne à merveille à l'allure habillée.

Pour une sortie plus formelle, le style élégant est de mise. La petite robe noire demeure la solution gagnante indémodable. À la fois simple et raffinée, la robe noire met votre silhouette en valeur tout en projetant une image soignée. Découvrez les styles les plus populaires de la saison dont la coupe classique dans des tissus aussi prisés que le taffeta, le tricot, la crêpe Georgette, le satin ou le velours qui n'auront plus de secret pour mettre en valeur votre féminité.

Complétez votre image avec un haut irrésistible. De plus, un vêtement d'extérieur saisonnier vous gardera bien au chaud et complétera toute tenue des Fêtes. Comme touche finale, un rang de fourrure synthétique à la mode au col et aux poignets fera de vous la star de la soirée!





Robes en taffetas.



La petite robe noire demeure la solution gagnante indémodable.



Il ne faut pas hésiter à porter des paillettes.

Laflamme Signature souvent imité, mais jamais égalé!

UNE RÉGION AU CŒUR DU COMMERCE



Le seul commerce de la région à posséder les collections complètes de Hugo Boss, dont Boss Black, Boss Green, Boss Habits et Accessoires, ainsi que les chaussures Boss.





Nouveau : la chemise Eton qui défroisse à la chaleur du corps en vente exclusivement chez Laflamme Signature. (Le seul dépositaire en région)

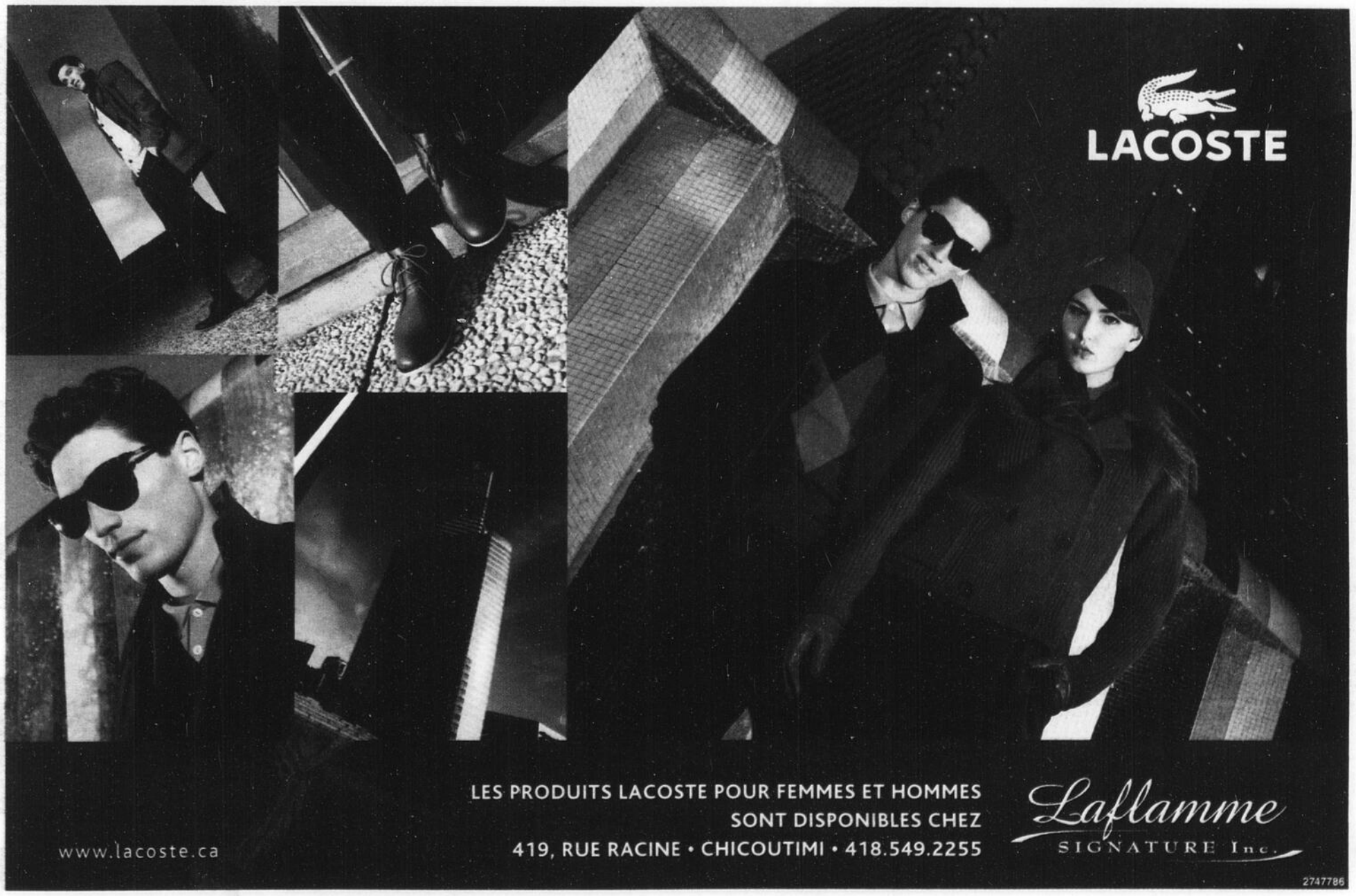
Avec une surface de 6000 pieds carrés, Laflamme Signature vous offre de nombreux départements prestigieux réputés par leurs collections complètes de grandes marques internationales. Le commerce se démarque, notamment, par la qualité de ses produits, mais surtout par son service à la clientèle personnalisé. Messieurs, vous y trouverez votre compte à coup sûr! Il y a même un centre de liquidation au sous-sol avec des vêtements à 50 % de rabais. Et profitez de nos habits prêt à porter signés Laflamme à partir de 325 $.



Voyez le seul concept Lacoste au Saguenay–Lac-Saint-Jean! Du polo à la chaussure, Lacoste vous présente sa collection de vêtements prêt à porter pour hommes et femmes.



Aussi, en exclusivité, la magnifique collection de vêtements Paul & Shark, un département unique dans la région!



UNE RÉGION AU CŒUR DU COMMERCE

Alcootest

Un retour à la maison en toute sécurité

Roxanne Simard
Rédactrice publicitaire
rsimard@lequotidien.com

Durant le temps des Fêtes, les partys de bureau et de famille sont nombreux, c'est pourquoi il est nécessaire de prendre ses précautions et ne pas conduire après une soirée bien arrosée. Afin de vous aider à déterminer si vous pouvez prendre le volant ou si vous devez appeler Nez Rouge, pourquoi ne pas se procurer un alcootest ?

Le magasin Brasseurs Artisans de Chicoutimi offre six modèles différents allant jusqu'à la gamme professionnelle. Le Bactrack S75 est d'ailleurs l'un des modèles les plus efficaces disponibles sur le marché. Celui-ci est même arrivé premier lors d'un test réalisé par le Magazine Protégez-vous.

Que ce soit pour vous ou pour vos proches, l'achat d'un alcootest est un choix judicieux pour un retour à la maison en toute sécurité.





MATIS PARIS

Coup d'oeil esthétique vous souhaite...
Joyeuses Fêtes !

Offrez un soin en cadeau



À l'achat d'un soin thème «NOËL SUBLIME»
RECEVEZ la gelée Sublimatrice 30 ml
(Une valeur de 24 $) GRATUITEMENT!

À l'achat de 75 $ en chèque-cadeau, RECEVEZ un bon d'achat de 10 $* échangeable pour nos produits et services !

* Valide du 1er au 24 décembre 2011 seulement.

Offrez du bonheur pour tous les goûts; pensez au CHÈQUE-CADEAU MATIS!

Montrez à une personne qui vous est chère combien elle est PRÉCIEUSE dans votre coeur...



2751862

Avec une belle pensée de Coup d'oeil esthétique!

900, Bagot, La Baie • 418-544-8935

CLINIQUE DENTAIRE La Joie



Soins dentaires complets
Services d'orthodontie
Dentisterie esthétique
Prothèse sur implants

www.cliniquedentairelajoie.com

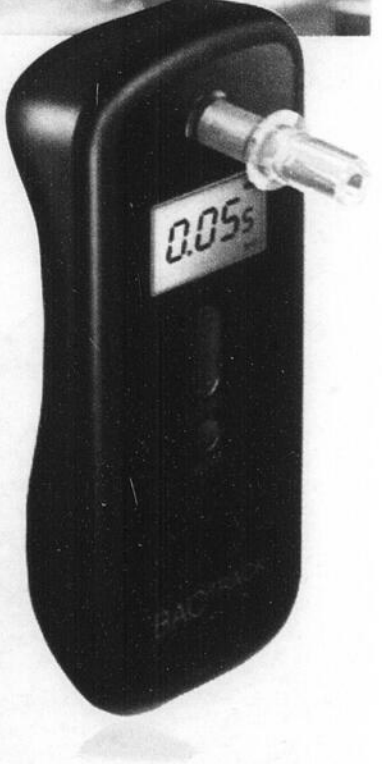
Votre sourire | notre passion

Dr Stephanie Lepage | Dr François Lajoie | Dr Hélène Corneau
Dentistes généralistes

URGENCE

990, rue Bégin, Chicoutimi
696-1545

2752144



Le Bactrack S75 est le plus précis et le plus efficace sur le marché.

UNE RÉGION AU CŒUR DU COMMERCE

Virus influenza

Les cinq meilleurs trucs pour prévenir la grippe

(EN)—Les familles peuvent prendre certaines précautions pour éviter de répandre le virus influenza cet hiver. «Les mamans cherchent sans cesse des idées pour garder leur famille en santé, particulièrement durant la saison de la grippe», affirme Mariane Chenail, fondatrice de Mamanpourlavie.com, un des sites Web les plus populaires au Québec qui aide les femmes d'ici à mieux gérer leur rôle de maman moderne. Voici quelques trucs simples que les familles peuvent utiliser pour prévenir la propagation du virus influenza.

Mangez sainement : les fruits, les légumes, les céréales entières et les protéines aident à renforcer le système immunitaire.

Toussez et éternuez dans votre manche : lorsqu'il n'y a pas de papier mouchoir à proximité, rappelez aux enfants de tousser ou d'éternuer dans leur manche. Apprenez-en davantage sur les bonnes habitudes en matière d'éternuement sur le site de l'Agence de la santé publique du Canada (www.phac-aspc.gc.ca/influenza/flupc-fra.php).

Comptez jusqu'à 20 lorsque vous lavez vos mains : les parents de jeunes enfants devraient superviser le lavage des mains pour s'assurer qu'elles soient bien nettoyées avec de l'eau chaude et du savon pendant au moins 20 secondes. Chantez une comptine avec les enfants pour rendre le lavage des mains amusant; il sera plus facile pour eux de les laver pendant les 20 secondes recommandées si vous captez leur attention avec une petite chanson.

Désinfectez et nettoyez les surfaces : les endroits passants dans la maison peuvent devenir des terreaux fertiles pour le virus influenza. Essayez d'ajouter une autre étape à votre routine de nettoyage hebdomadaire en essuyant les robinets, les poignées de porte, les télécommandes et les planchers avec un produit nettoyant formulé pour tuer le virus de la grippe (influenza A2) lorsqu'il est utilisé selon le mode d'emploi. Cette étape supplémentaire, mais facile à réaliser peut aider à prévenir la propagation des germes.

Reposez-vous lorsque vous en sentez le besoin : lorsque vous vous sentez grippée, il est important de rester à la maison et de vous reposer, particulièrement si vous travaillez avec des enfants. Votre corps a besoin de repos et vos amis et vos collègues n'ont pas besoin de votre grippe. Chaque petit geste compte pour aider à prévenir la propagation du virus de la grippe.



JOYEUSES
IDÉES-CADEAUX

LE CENTRE ALMA

Horaire des Fêtes à partir du 1er décembre

Lundi au vendredi	9 h 30 à 21 h	**31 décembre**	9 h 30 à 17 h
Samedi	9 h 30 à 17 h	**1er janvier**	FERMÉ
Dimanche	10 h à 17 h	**2 janvier**	9 h 30 à 17 h 30
24 décembre	9 h 30 à 17 h		
25 décembre	FERMÉ	**Du 27 au 30 décembre**	
26 décembre	13 h à 17 h 30	Horaire régulier	

NOS MARCHANDS

Aldo - Ardène - Arteq - Bentley - Bijouterie Mozart
Bijouterie Aux Rubis - Bizou - Château - Claire France
Bureau En Gros - Clair De Lune - Coiffure Evasion
Classique Mode - Cogeco Câble - Dollarama
Emotions - F-17 - IGA Extra - Jeans Plus
Koodo Mobile - Le Naturiste - L'ensemblier
Loto-Québec - Opto Plus Lunetterie - Marie-Claire
Mc Donald's - Néro Bianco - Pentagone
Brunet - Le Resto Central - Rogers - Salon Jean
San Francisco - SAQ - Sears - Signal - Source
Sports Experts/Atmosphère - Stokes - Studio Mode
Tabagie Du Carrefour - Telus Mobilité - Terra Nostra
Tim Hortons - Yellow - Yves Rocher - Zellers

LES CHÈQUES-CADEAUX... UN CADEAU SUR MESURE

CONCOURS DE NOËL du 16 novembre au 24 décembre

Pour participer remplissez ce coupon de participation et déposez-le dans le baril du mail avant 13h le 24 décembre 2011. Les coupons sont cumulatifs pour chacune des catégories des tirages.
Les dates des tirages sont disponibles sur le site Internet: www.lecentrealma.com.

Courez la chance de gagner l'un des cinq billets de la Maison Festivalma ou un chèque-cadeau d'une valeur de 1000 $ chez Le Centre Alma.
Grand tirage le 24 décembre à 14h.

NOM:
ADRESSE:
TÉLÉPHONE:

Aucun achat requis. Règlements du concours disponibles du site Internet. Grand tirage le 24 décembre 2011 à 14h.

Le Centre Alma | 705, ave du Pont Nord, Alma | lecentrealma.com

705, ave du Pont Nord, Alma www.lecentrealma.com

2746699

UNE RÉGION AU CŒUR DU COMMERCE

Familiprix de Jonquière et La Baie

Votre destination santé

Sophie Richard Rédactrice publicitaire
srichard@lequotidien.com

Faire affaire avec des professionnels de la santé c'est rassurant. Être accueilli par une équipe dynamique et conseillé par des gens souriants l'est encore plus et c'est justement ce que vous offrent les succursales Familiprix de Jonquière et de La Baie.

À la pharmacie du boulevard Mellon, à Jonquière et celle de la 6e rue, à La Baie, vous serez servi par une équipe de six pharmaciens(nes) appuyée par plusieurs techniciennes en laboratoire dont le principal objectif est de vous servir en toute confiance et en toute confidentialité.

Sur place, en plus d'obtenir vos prescriptions, vous pourrez notamment faire prendre votre pression artérielle et votre taux de glycémie. Une infirmière diplômée est également présente quatre jours par semaine à Jonquière et deux jours par semaine à La Baie pour répondre à vos besoins d'ordres mineurs tels le prélèvement sanguin et le traitement à l'azote, sur rendez-vous seulement.

Le laboratoire effectue également les suivis téléphoniques et offre un service de livraison tout à fait gratuitement.



Temps des Fêtes

À l'approche du temps des Fêtes, ne vous questionnez plus sur le choix des cadeaux pour vos proches. Chez Familiprix, de nombreux ensembles cadeaux pour hommes et femmes vous sont proposés, produits cosmétiques, corporels, parfums, maquillage, et plus encore, qui feront à coup sûr le bonheur de tous.

Profitez des conseils et de l'expertise des cosméticiennes. C'est avec plaisir qu'elles vous aideront à trouver le produit parfait pour votre conjoint, votre mère ou votre amie. De plus, durant la période des Fêtes, les cosméticiennes se feront un plaisir de vous faire le maquillage qui rehaussera votre beauté naturelle pour votre party de bureau et autres sorties. Réservez votre place dès maintenant!



Dans les départements de cosmétiques maintes grandes marques vous sont offertes. Familiprix Jonquière vous propose entre autres les produits Lise Watier alors que Familiprix La Baie est dépositaire des produits italiens Pupa.



Pour vos cadeaux du temps des Fêtes, ne vous questionnez plus, passez chez Familiprix. Vous y trouverez à coup sûr de quoi ravir famille et amis.

Pour Noël, vos FAMILIPRIX Bergeron, Boulianne, Minier et Paré
c'est BON POUR LA SANTÉ... et vos idées-cadeaux!



Vos pharmaciennes-propriétaires Isabelle Bergeron, Isabelle Minier, Émilie Boulianne et Marianne Paré, la nouvelle administration de vos Familiprix d'Arvida et La Baie.

En SUPER PROMOTION des Fêtes à notre département des cosmétiques

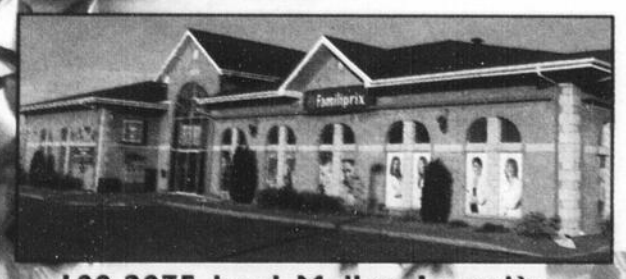
DOUBLEZ VOS POINTS sur la Carte VIP LISE WATIER
(Du 3 au 31 décembre 2011 et à la succursale d'Arvida seulement)

25% de rabais sur les produits VICHY
(Du 3 au 17 décembre 2011 seulement)

Chaque tranche d'achat de 30 $ de produits cosmétiques vous permet d'obtenir 1 COUPON de participation vous rendant éligible au tirage de
2 paniers-cadeaux, valeur de 150 $ chacun!



Nos 2 professionnelles du département des cosmétiques : Julie Taillon, chef cosméticienne, et Lina Bergeron, cosméticienne chevronnée.



100-2075, boul. Mellon, Jonquière
418 548-3188

Faites tourner les têtes... lors de votre party des Fêtes!
Appelez maintenant pour votre RENDEZ-VOUS MAQUILLAGE avec l'une de nos cosméticiennes.

Familiprix
bon pour la santé



171, 6e Rue, La Baie
418 544-2881

2752558

UNE RÉGION AU CŒUR DU COMMERCE

Tendances

Brillez, scintillez, rayonnez!

Sophie Richard
Rédactrice publicitaire
srichard@lequotidien.com

À l'approche du temps des Fêtes, osez vous faire belle et affirmer votre féminité. Cette année encore, les paillettes sont à l'honneur. Camisole, robes ou jupes pailletés feront fureur.

La dentelle est elle aussi un must du temps des Fêtes. Souvenez-vous que ce sont souvent les détails qui font toute la différence, il n'est donc pas nécessaire d'avoir beaucoup de dentelle ou de brillance sur soi pour briller de mille feux.

Quant aux tendances couleur, le noir et le gris sont évidemment à l'honneur. On opte pour ces teintes si on veut camoufler certaines rondeurs ou tout simplement si on préfère mettre l'accent sur nos accessoires ou sur un item précis de notre tenue.

Sinon, le rouge et le violet sont toujours des incontournables. N'oubliez pas d'ajouter un peu de «bling bling» à votre ensemble, il n'en sera que plus spectaculaire.



Manteau matelassé en duvet.



Robe à paillettes pour taille plus.



Veston à manches 3/4 agencé avec un haut en paillettes également à manche 3/4 ainsi qu'un pantalon à jambes larges.



Robe ceinturée en dentelle offerte dans les tailles 3 à 15 ans.



Robe à paillettes pour taille petite.

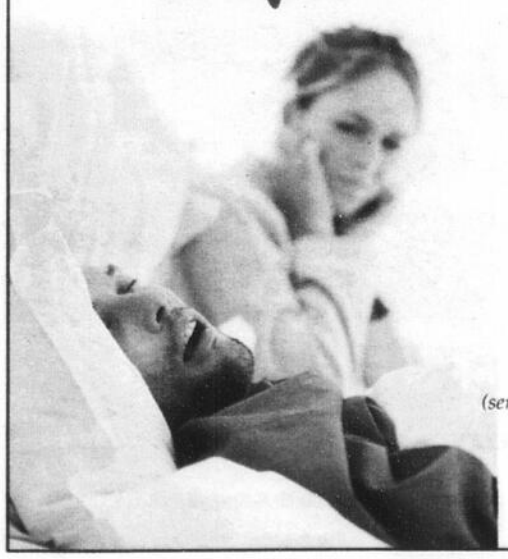


Manteau style militaire



Caban pour tailles plus.

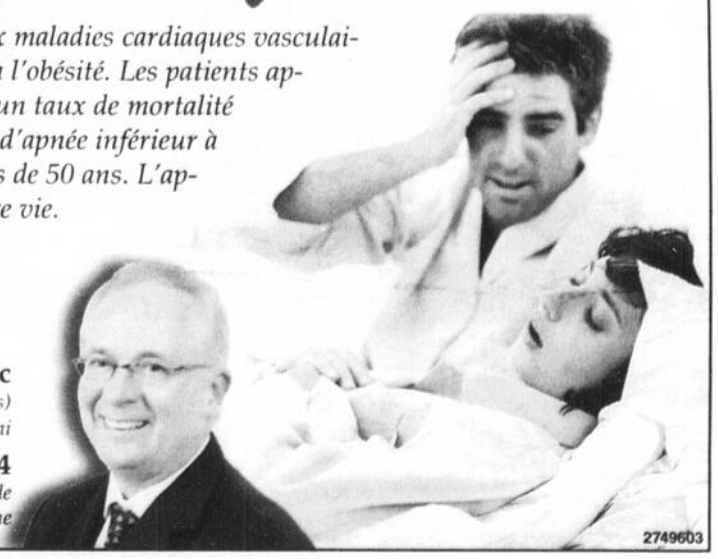
L'apnée du sommeil: ses conséquences



L'apnée du sommeil est associée à l'hypertension artérielle, aux maladies cardiaques vasculaires, aux accidents vasculaires cérébraux (AVC), au diabète et à l'obésité. Les patients apnéiques non traités avec un indice d'apnée supérieur à 20 ont un taux de mortalité beaucoup plus élevé après huit ans que ceux qui ont un indice d'apnée inférieur à 20; de plus, la mortalité est encore plus prononcée chez les plus de 50 ans. L'apnée du sommeil a des effets très néfastes sur votre santé et votre vie.

Une bonne journée commence par une bonne nuit de sommeil, n'hésitez pas à consulter!

Dr Luc Gauthier, D.M.D., M.Sc
(service de traitement du ronflement et de l'apnée du sommeil avec orthèses mandibulaires)
CSSS Chicoutimi, 305, St-Vallier, C.P. 116, Chicoutimi
Tél.: 418-541-1234, poste 2848 ou 2374
Récipiendaire du Clinical Research Award 2010 de l'American Academy of Dental Sleep Medicine



2749603

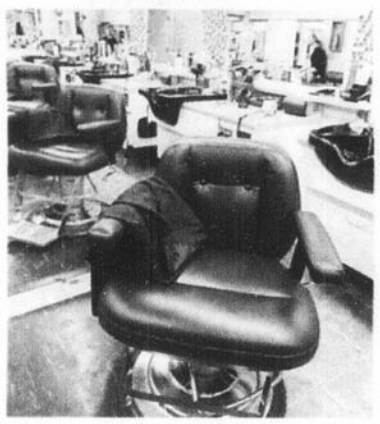
UNE RÉGION AU CŒUR DU COMMERCE

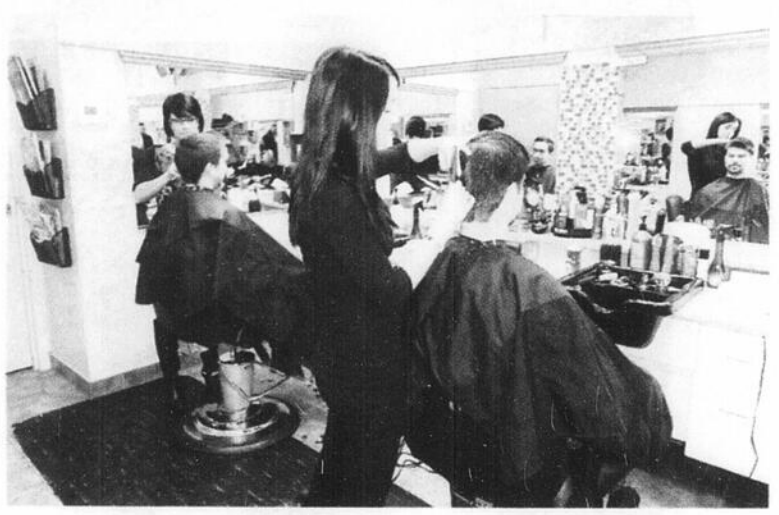
Coiffure Homégars

À votre service depuis plus de 20 ans!

Roxanne Simard
Rédactrice publicitaire
rsimard@lequotidien.com

Coiffure Homégars se démarque par son service sur mesure. «On prend le temps de s'occuper de nos clients pour qu'ils soient satisfaits. Nous faisons un travail précis, minutieux et très axé sur la finition», notent Mariepier Belley et Véronique Belley, les deux propriétaires.







Toute l'équipe du Salon de Coiffure Homégars tient à remercier sa clientèle pour l'avoir suivie durant plus de 20 ans!

L'équipe de chez Coiffure Homégars vous attend! Situé à Place du Saguenay, ce salon se spécialise dans la coupe de cheveux pour hommes et garçons seulement. Avec ou sans rendez-vous, venez rencontrer l'une des neuf coiffeuses pour une coupe à la hauteur de vos attentes et un service des plus personnalisés.



Coiffure Homégars inc.

Véronique et Maripier Belley, propriétaires

Place du Saguenay, 1324, boul. Talbot, Chicoutimi / 418-696-4040 / Avec ou sans rendez-vous

2752988

UNE RÉGION AU CŒUR DU COMMERCE

Clinique dentaire et d'implantologie François Blackburn

Les technologies CEREC AC et Scan 3D révolutionnent le monde dentaire

Mélissa Bradette
Rédactrice publicitaire
mbradette@lequotidien.com

La clinique dentaire et d'implantologie François Blackburn fait figure de précurseur dans le monde dentaire. Cette clinique offrant des services en soins dentaires, en implantologie et en denturologie dispose d'équipement à la fine pointe de la technologie. Le Dr François Blackburn, dentiste généraliste Fellow IAO, Fellow ICOI, se tient continuellement à jour en matière de santé buccodentaire.

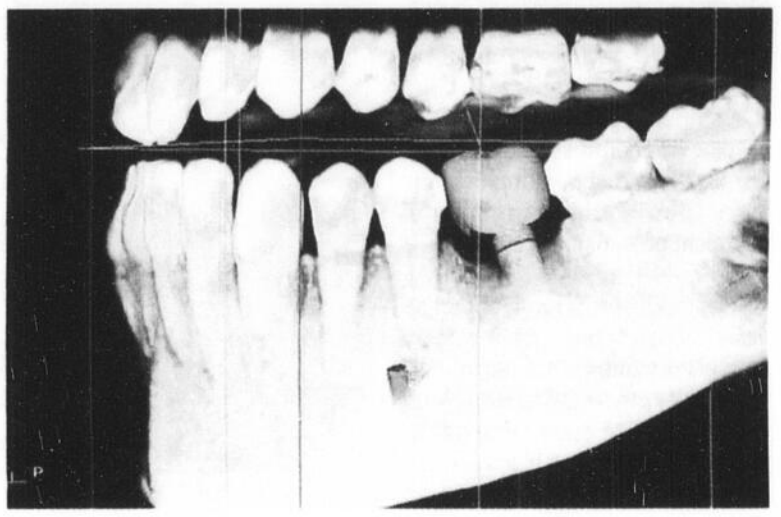
Parmi les plus récentes nouveautés instaurées à la clinique, soulignons la mise en place de la technologie CEREC. En fait, la clinique possède le dernier cri de la famille CEREC soit le CEREC AC, fabriqué par la compagnie Sirona. Cette technologie a été élue technologie ayant le plus influencé les dentistes aux États-Unis (source Townie Awards).

Grâce à l'ajout du CEREC AC, la Clinique dentaire et d'implantologie François Blackburn a maintenant la possibilité de relier deux technologies afin d'offrir à sa clientèle un service encore plus complet. Ces deux technologies sont le Scan 3D et le CEREC AC. «Le scan a pour principal avantage de permettre au dentiste de voir les dents et les machoîres en 3D. Cela peut être utile lorsqu'un patient a mal à une dent et qu'une radiographie conventionnelle ne permet pas de voir quelle dent cause le problème. Par exemple, cette technologie peut nous aider à trouver une fêlure à une dent, ou une infection et l'origine exacte de celle-ci. Également, on peut trouver la position du nerf avant d'extraire les dents de sagesse», explique le Dr François Blackburn.

Le Scan 3D est aussi d'une très grande utilité notamment en implantologie. Le Dr Blackburn pose régulièrement des implants et lorsqu'il veut connaître l'épaisseur de l'os, les structures anatomiques ou l'axe idéal pour la pose de l'implant, il se réfère à l'imagerie radiologique 3D. «En implantologie, le Scan 3D est plus qu'utile. En fait, il s'agit d'une nécessité», souligne-t-il.

«Le lien CEREC AC/Scan 3D ajoute de la précision, car il permet de positionner l'implant sans avoir à prendre une empreinte de la bouche. Il suffit simplement de scanner les dents du haut, les dents du bas et la position des dents lorsque le patient ferme les dents ensemble. À l'aide du logiciel je peux designer la future dent, par rapport aux dents adjacentes. Ensuite, je peux superposer ces images à la radiographie 3D et ainsi, via le logiciel d'implant, positionner avec exactitude l'implant virtuel sous la future dent. En fait, la technologie me permet aujourd'hui de connaître exactement le positionnement du futur implant et me permet de profiter d'une précision inégalable lors de la chirurgie. Également, lorsque je procède au placement de l'implant, j'utilise un guide chirurgical machiné à même cette modélisation 3D.»

Toujours à l'avant-garde en matière de santé buccodentaire, la Clinique dentaire et d'implantologie François Blackburn propose une gamme de services des plus pointus allant des soins dentaires complets à la dentisterie esthétique, en passant par l'implantologie et la denturologie. Dans l'optique d'une santé globale de votre dentition, tous les outils diagnostiques reconnus sont utilisés pour vous donner l'heure juste sur l'état de santé de vos dents. Pour en savoir davantage, visitez le www.dentisteblackburn.com





Les implants, la solution pour retrouver une nouvelle qualité de vie

Services de :
- Prothèses sur implants
- Couronnes sur implants
- Analyse complète par ordinateur
- Scan 3D disponible à notre clinique

FINANCEMENT Jusqu'à 15 ans

Sur approbation de crédit
Avec Dentoplan, frais d'intérêt à compter de 8,9 %.
Financement 36 mois sans intérêt sur approbation de crédit avec Accord D.

Ordre des Dentistes du Québec

ACDQ Association des chirurgiens dentistes du Québec

CLINIQUE DENTAIRE ET D'IMPLANTOLOGIE FRANÇOIS BLACKBURN

418 542-3368

dentisteblackburn.com

2513031

Dr François Blackburn D.M.D. dentiste généraliste — 2465, Rue St-Hubert, Jonquière (Québec) G7X 5M7

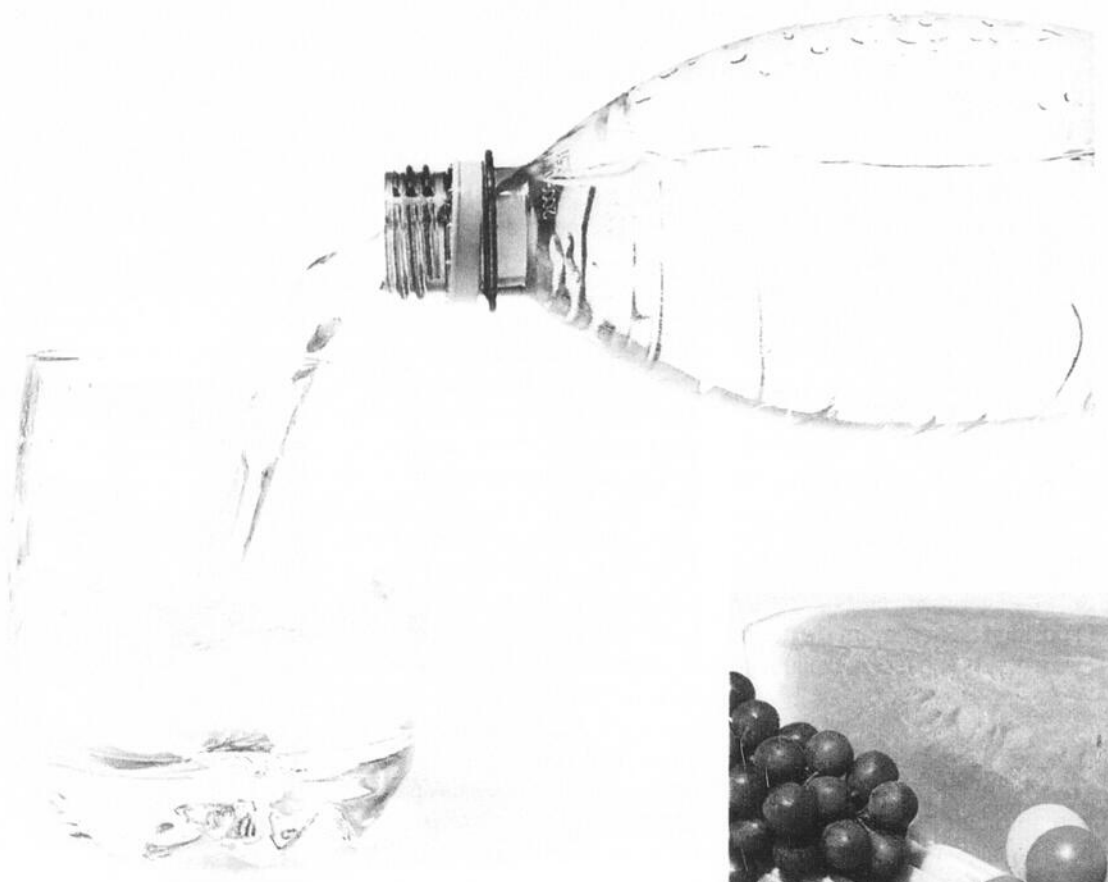
Conseil santé

Restez hydraté toute l'année

(EN) — Saviez-vous que près de 75 % des Canadiens sont chroniquement déshydratés? Une hydratation adéquate peut vous aider à vous sentir mieux et à mieux performer. La quantité exacte d'eau dont votre corps a besoin chaque jour dépend de plusieurs facteurs, ce qui inclut le sexe, l'âge, le poids, l'environnement, l'état de santé et le niveau d'activité physique.

Selon l'Institute of Medicine of the National Academy of Sciences, la femme moyenne a besoin d'un total de 11,5 tasses d'eau par jour pour être bien hydratée, tandis que les besoins des hommes peuvent aller jusqu'à 16 tasses par jour. Environ 80 % des liquides ingurgités devraient provenir de breuvages.

Rester hydraté nous préoccupe davantage pendant l'été, mais nos besoins restent les mêmes quand la température refroidit. Pour vous assurer de boire assez d'eau, tentez d'intégrer ces trucs à votre routine :

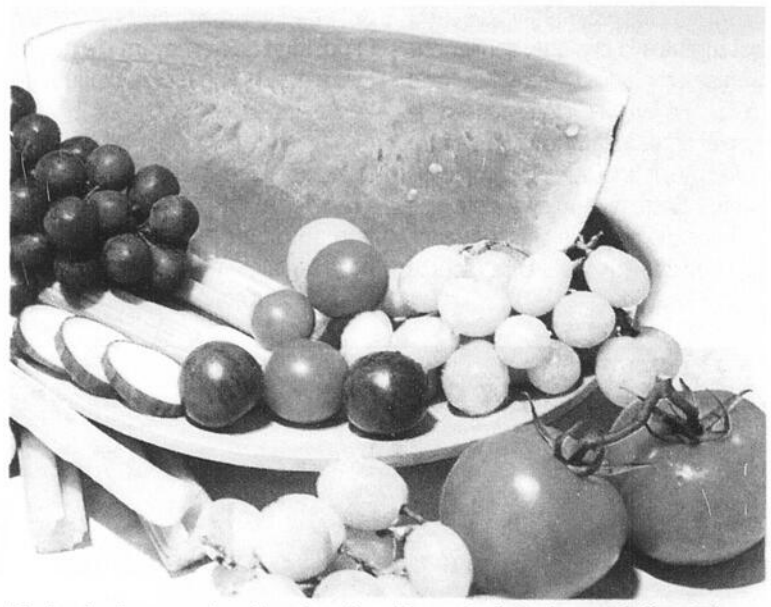


Ayez de l'eau à portée de la main

Gardez une bouteille d'eau avec vous en tout temps afin d'éviter les premiers signes de la déshydratation, soit la soif.

Mangez, buvez et soyez heureux

Ralentissez la cadence à l'heure des repas en buvant une gorgée de votre boisson préférée entre chaque bouchée. Cela vous aidera à atteindre vos besoins quotidiens en eau et vous aidera à réduire le nombre de calories consommées à chaque repas.



Ajoutez à votre menu des aliments qui contiennent principalement de l'eau tels que la laitue, le concombre, le céleri, les melons et les tomates.

Mangez des aliments qui contiennent principalement de l'eau

Ajoutez à votre menu des aliments qui contiennent principalement de l'eau tels que la laitue, le concombre, le céleri, les melons et les tomates. Cela vous permettra d'augmenter votre consommation d'eau quotidienne en plus de vous aider à maintenir un poids santé.

Faites un choix environnemental

L'Atelier de Couture de la Maison de Quartier de Jonquière vous propose des produits fabriqués avec des tissus, du cuir véritable et de la vraie fourrure recyclés.

Vous y trouverez des idées-cadeaux originales et vous encouragerez une entreprise d'économie sociale.

10% d'escompte sera accordé sur les achats des produits provenant de notre Atelier de Couture lors de notre mini-marché de Noël du 8 décembre 2011 de 9 h 30 à 20 h au 3971, du Vieux-Pont à Jonquière.

L'Atelier de Couture de la Maison de Quartier est synonyme de qualité, d'originalité, de créativité et de protection de l'environnement... pensez-y!

Web: maisondequartier.org

2735516

Faites un cadeau à vos pieds

Ils vous seront reconnaissants à chacun de vos pas!

Conception et fabrication d'orthèses plantaires selon vos besoins

Évaluation toujours GRATUITE

Laboratoire autorisé R.A.M.Q., C.S.S.T., S.A.A.Q., assurance privée, etc.

Pour tous vos besoins d'orthèses de la tête aux pieds

Fauteuil THERA GLIDE

Bénéficiez du bienfait d'un fauteuil berçant sans risque de chute lors de transfert. EXCLUSIF CHEZ SOLUTION CM

Jonquière
2697, boul. du Royaume
418 548-0851

Chicoutimi
330, rue St-Vallier
418 543-1234

Solution CM Orthèses prothèses

www.solutioncm.com

2751753

UNE RÉGION AU CŒUR DU COMMERCE

Soins dentaires aux enfants

Ce que tout parent doit savoir

En tant que parent, vous jouez un rôle important pour la santé et l'hygiène des dents de votre enfant. Une bonne hygiène dentaire aide à combattre la carie et c'est à la maison que commence la prévention. En encourageant de bonnes habitudes alimentaires et un nettoyage quotidien des dents, vous contribuez à la santé buccodentaire de votre enfant.

Le nettoyage des dents

Vous devriez commencer à nettoyer les dents de votre enfant avant l'apparition de la première dent. Ainsi, lorsque les premières dents apparaîtront, votre enfant sera déjà habitué à ce rituel. Également, il sera beaucoup plus facile de poursuivre cette routine par la suite.

D'abord, vous brosserez les dents de votre enfant pour lui. Puis, au fur et à mesure qu'il gagnera en autonomie, il pourra effectuer cette routine seul.

Croissance des dents

C'est vers l'âge de deux ou trois ans que les 20 dents primaires de votre enfants seront apparues.

Si votre enfant fait ses dents et semble avoir mal, vous pouvez :

- Frotter les gencives avec le doigt;
- Frotter les gencives avec le dos d'une petite cuillère froide;
- Si le mal persiste, votre dentiste, pharmacien ou médecin peut recommender un médicament en vente libre pour calmer la douleur.

Première visite chez le dentiste

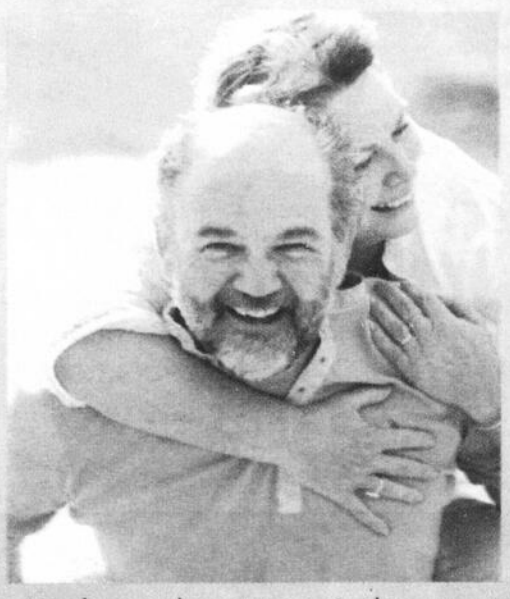
L'Association dentaire canadienne encourage, dans les 6 mois suivant l'éruption de la première dent ou à l'âge d'un an, l'évaluation des jeunes enfants par un dentiste. Cette première visite a pour but de permettre à votre dentiste d'examiner votre enfant avant même que se pose un problème dentaire. La plupart du temps, un examen tous les six mois permettra au dentiste de déceler les petits problèmes tôt.

Source : L'Association dentaire canadienne



On recommande d'effectuer une première visite chez le dentiste dans les 6 mois suivant l'éruption de la première dent.

UNE ALIMENTATION SAINE EST GAGE D'UNE *BONNE* SANTÉ DENTAIRE



Une alimentation équilibrée contribue autant au maintien de la santé en général qu'à une bonne santé dentaire. Comme on le sait tous, il faut chercher à éviter le plus possible de consommer des aliments auxquels du sucre a été ajouté.

Les aliments acides peuvent aussi endommager les dents. Parmi ceux-ci les boissons gazeuses, les boissons à saveur de fruits et les boissons énergisantes présentent les risques les plus élevés. Les personnes qui en consomment régulièrement détruisent petit à petit l'émail de leurs dents. En plus d'être acides, ces boissons sont très sucrées, ce qui alimentera les bactéries de la bouche qui produiront à leur tour de l'acide.

En effet, le sucre des aliments sert de carburant aux bactéries de la plaque dentaire pour produire de l'acide. Cet acide détruit l'émail des dents, causant ainsi les caries dentaires.

Les meilleures options pour remplacer ces boissons sont encore l'eau et le lait. La consommation du lait avec son pH neutre et sa forte concentration en calcium et phosphore facilement assimilable font de lui un atout majeur pour empêcher la dissolution de l'émail. Quant aux jus de fruits purs à 100 %, il vaut mieux en limiter la consommation à une fois par jour.

Une bonne alimentation crée donc un environnement propice à la reminéralisation des dents et favorise la santé des gencives.

Le fromage ferme est également un allié important pour combattre la carie. Son contenu élevé en protéine, en calcium, en phosphore et en matière grasse neutralise l'acide qui attaque l'intégrité de l'émail des dents.

Les fruits naturels ont quant à eux une concentration en sucre plutôt faible et leur mastication, en stimulant la salivation, permet de neutraliser leur acidité naturelle.



Les dentistes du Saguenay–Lac-St-Jean partenaires de votre santé dentaire

Pour en savoir plus consultez: www.odq.qc.ca

Source: Ordre des Dentistes du Québec

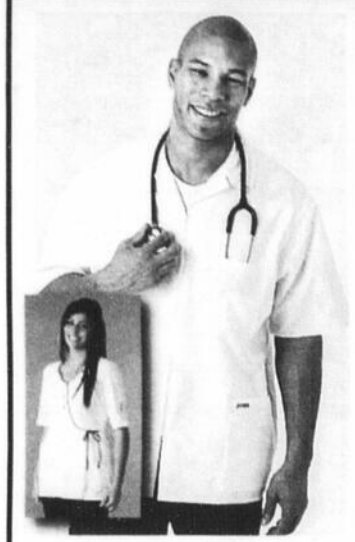
Ordre des dentistes du Québec

Société dentaire du Saguenay-Lac St-Jean

2740608

Le plus vaste choix D'UNIFORMES dans la région

- Soins de santé
- Hôtellerie
- Restauration



Grand choix d'uniformes, de chaussures et stéthoscopes pour hommes et femmes en soins de santé

VÉRIFIEZ NOS PROMOTIONS sur notre site web www.bernieruniformes.ca



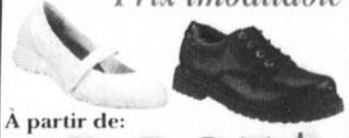
Vestes de chef à partir de: 18,50$

Pantalons Pied de poule à partir de: 27,75$

Chapeaux cuistot à partir de: 7,95$

Chaussures antidérapantes légères et confortables en cuir. Traitées pour tout genre de métier.

Prix imbattable



À partir de: 69,95$

NOUVEAU! Uniformes pour salon de coiffure

Heures d'ouverture: Du lundi au vendredi, de 12 h 30 à 17 h, le matin sur rendez-vous.

Bernier Uniformes

1022, Thérèse-Casgrain, Chicoutimi
Josée Boily

Pour information
OU 418-543-3999
1-877-947-7999

INFORMEZ-VOUS, AUSSI DISPONIBLES
Vêtements et vestes identifiés au nom de votre entreprise ou école avec votre logo
PRIX TRÈS COMPÉTITIF

2644191

Représentant disponible pour les groupes

UNE RÉGION AU CŒUR DU COMMERCE

Des cheveux doux au toucher

Le coiffeur de célébrités Charles Baker Strahan partage ses secrets

C'est en pensant aux femmes ayant un horaire surchargé et aux prises avec des problèmes de frisottis que le coiffeur de célébrités pour Herbal Essences, Charles Baker Strahan, a décidé de partager ses conseils et ses trucs d'expert dans des vidéos expliquant, étape par étape, comment obtenir à la maison une chevelure lisse, soyeuse et douce au toucher.

«De plus en plus de femmes se coiffent elles-mêmes à la maison, il est de mon devoir de faire en sorte qu'elles utilisent les bons produits», déclare Charles. «Il est important de considérer le shampooing et le revitalisant comme des outils de base en matière de coiffure, puisqu'ils préparent les cheveux au coiffage. J'utilise le shampooing et le revitalisant Touchably Smooth de Herbal Essences, ils sont enrichis d'un sérum lissant intégré qui empêche la couche externe des cuticules des cheveux de devenir rêche et aide à aplanir les fibres capillaires pour laisser les cheveux lisses.»

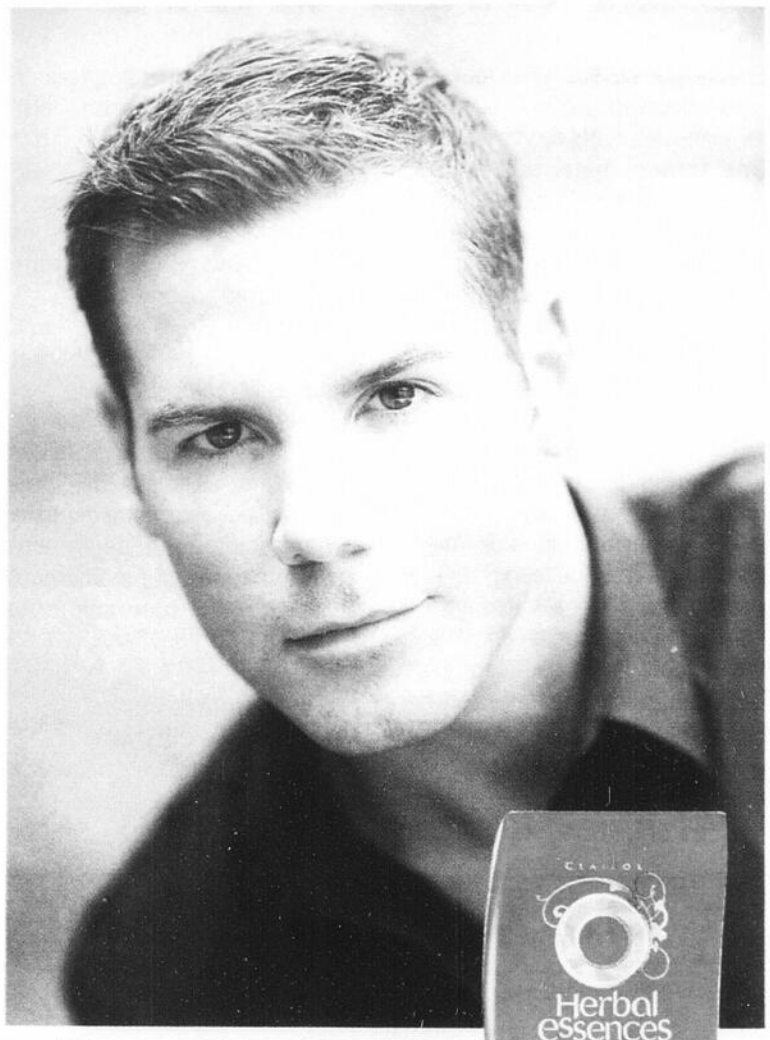
Dans la première vidéo, apprenez les éléments suivants :

- Se coiffer en deux étapes : Créez un fini droit et lisse sur des cheveux bouclés, lavés la veille.
- De cheveux mouillés à cheveux ondulés : Soyez séduisante avec du volume et des vagues sensuelles d'apparence naturelle.

Cette vidéo est accessible via le site Youtube, à l'adresse suivante : www.youtube.com en recherchant Herbal Essences Touchably Smooth.

Dans la seconde vidéo, découvrez les conseils et les trucs d'expert de Charles Baker Strahan, notamment :

- L'application des produits : Si vos cheveux sont secs, vaporisez un peu de gel Tousle Me Softly de Herbal Essences en gardant le vaporisateur à une certaine distance pour répartir le produit uniformément et obtenir une maîtrise totale.
- Pour séparer les cheveux : Commencez aux tempes en descendant vers la nuque, en travaillant en angle, pour ramener ensuite les cheveux vers l'avant. Attachez les cheveux qui restent tout en laissant retomber quelques mèches.
- Pour encadrer le visage : Peignez vos cheveux en dirigeant les cheveux vers l'avant, puis séchez-les vers le bas et vers le visage. Cela soulignera les pommettes et la mâchoire.
- Appareils de coiffure : Utilisez l'embout fourni avec le séchoir pour canaliser l'air en un flot précis. Pour obtenir des cheveux brillants, d'apparence saine et faciles à coiffer, utilisez une brosse en soies de sanglier au lieu de soies synthétiques ou en plastique. Brossez des racines aux pointes en suivant le séchoir dans un mouvement uniforme tout en gardant une tension égale.
- Finition : Appliquez un soupçon de protecteur contre les pointes fourchues Long Term Relationship sur les pointes des cheveux pour un fini lisse impeccable. Vaporisez un peu de fixatif sur un pinceau à maquillage et passez-le doucement sur le dessus des cheveux pour dompter les mèches rebelles.



Le coiffeur des célébrités, Charles Baker Strahan, a mis en ligne deux vidéos expliquant les rudiments d'une mise en plis réussie.

Pour accéder au vidéo, visitez le www.youtube.com et recherchez Herbal Essences Touchably Smooth.

Le shampooing et le revitalisant Touchably Smooth de Herbal Essences sont offerts dans les pharmacies, les épiceries et les magasins à grande surface partout au pays.

COIFFURE TÊTE-À-TÊTE
OFFREZ-VOUS UN TÊTE-À-TÊTE BEAUTÉ AVEC UN DE NOS STYLISTES
LUC LUSSIER STYLISTE
MARIELLE STYLISTE
NADIA STYLISTE
MARIE-CHRISTINE STYLISTE
NATHALIE STYLISTE
KATRINE COLORISTE
AUSSI BELLE QUE VOUS L'IMAGINEZ MOINS CHER QUE VOUS LE CROYEZ
• CONSULTATION GRATUITE
• CERTIFICAT-CADEAU
490, rue Hôtel-Dieu
Chicoutimi QC G7H 1V8
1 • 418 • 543 • 3005
TÊTE-À-TÊTE

LITE CURE
Une première au Canada dans le domaine de la physiothérapie

2748012
Pour les DOULEURS REBELLES
Bursite, dépôts calcaires, tendinite, épicondylite, ligamentite et plus...
Nous avons ce qu'il faut! Voici la solution !
• Thérapie par ondes de choc radiales
• Technique d'Epley (vertiges et étourdissements)
• Approche neuro-musculo-squelettique
• Traitement par induction somato-hypnotique
• Massage thérapeutique
• Médecine sportive
NOUVEAU SERVICE DE MASSOTHÉRAPIE
avec Kathya Lalancette, TRP, massothérapeute MKO

Clinique de physiothérapie du Saguenay
Services disponibles sur le territoire des monts Valin
Édifice polyclinique 874, boul. de l'Université Est, Bureau 212, Chicoutimi
418 549-7825 • URGENCE : 418 590-7005

UNE RÉGION AU CŒUR DU COMMERCE

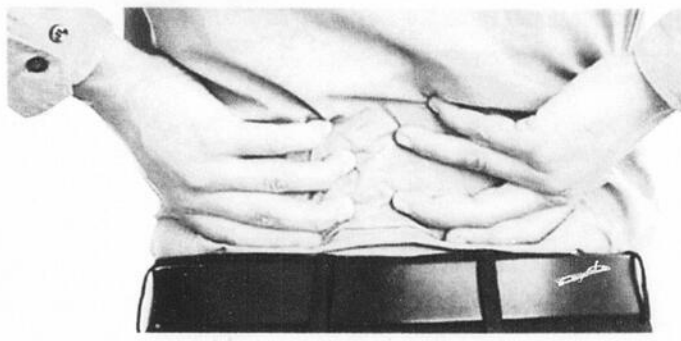
La colonne vertébrale, à la base de bien des maux

Roxanne Simard
Rédactrice publicitaire
rsimard@lequotidien.com

Saviez-vous que la colonne vertébrale est à la base de la santé du corps humain? En effet, celle-ci est à de nombreuses occasions responsable de douleurs de toutes sortes. Que vous souffriez de maux de tête, de problèmes aux pieds, de tendinites ou de fatigue, un simple examen pourrait régler vos problèmes.

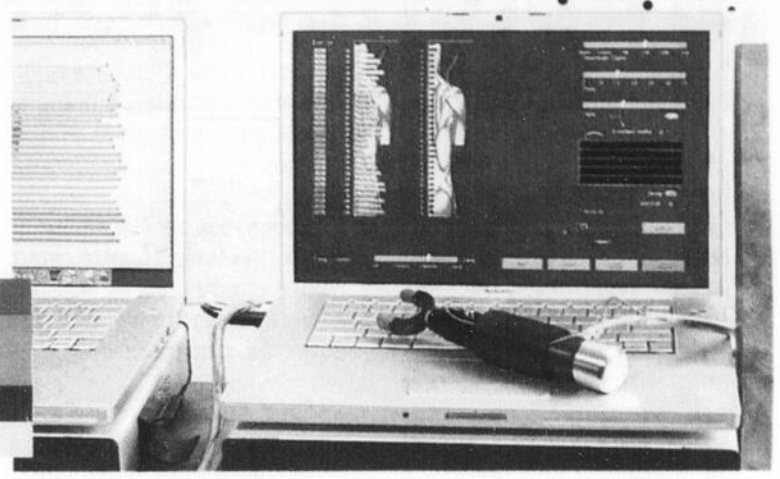
Le Dr Christian Bergeron, chiropraticien, affirme que de nombreuses personnes souffrent de douleurs chroniques et ne savent pas la cause de leur mal. «La majorité des gens ne savent pas à quoi sert la colonne vertébrale ou pense qu'elle est là pour soutenir le corps. Pourtant, celle-ci protège le système nerveux et c'est pour cette raison que dès qu'une vertèbre bouge mal ou est mal positionnée, elle frotte contre le nerf et crée une inflammation donc automatiquement des douleurs», explique le professionnel.

Un examen permet donc de savoir si vos douleurs viennent de votre colonne et de régler le problème le plus rapidement possible. C'est d'ailleurs lorsqu'un problème n'est jamais réglé qu'il devient difficile d'améliorer la situation. En effet, le frottement de la vertèbre contre le nerf peut amener une usure prématurée et causer des dommages irréversibles.



De nombreux maux peuvent être reliés à la colonne : sinusite, otite, tendinite, maux de tête, fatigue, douleurs au dos, pieds, genoux, hanches et même des troubles de digestion.

Le Dr Christian Bergeron est un des seuls chiropraticiens dans la région et même au Québec à utiliser la chiropratique assistée par ordinateur. Cette technologie permet d'examiner en profondeur les points forts et les points faibles de la colonne. De plus, elle offre un moyen aux personnes ayant des contre-indications de bénéficier de traitements adaptés à leur situation.



La clinique du Dr Christian Bergeron se trouve sur la rue Racine à Chicoutimi. En plus de la chiropratique assistée par ordinateur, plusieurs services complémentaires sont offerts, dont le service de radiologie ainsi que des ateliers et des conférences sur la nutrition, la relaxation et la santé.

Pour plus d'information, le site Internet de la clinique offre beaucoup d'information sur la chiropratique assistée par ordinateur ainsi que l'importance de faire un examen de la colonne vertébrale. N'hésitez pas à le consulter au www.actionqualitedevie.ca

LA **CHIROPRATIQUE** ASSISTÉE PAR ORDINATEUR

Si vous souffrez de douleurs au dos, aux articulations, de tendinites, d'engourdissements, d'étourdissements, de sinusites, de fatigue ou toute autre douleur qui ne se règlent pas avec le temps, la chiropratique assistée par ordinateur est peut-être la solution pour vous.

Trouver la cause exacte du problème est la chose la plus importante à faire lorsque l'on veut se débarrasser d'une douleur chronique.

Si vous, ou des gens que vous aimez, souhaitez prendre un rendez-vous à la clinique pour un examen précis de la cause de vos douleurs, le personnel de la clinique se fera un plaisir de vous réserver une place le plus tôt possible.



pour *enfin* GUÉRIR *vos* douleurs

Profitez de notre examen complet à prix réduit pour un temps limité

Visitez le www.actionqualitedevie.ca

443, Racine Est, Chicoutimi • 418 543.1113

2754099

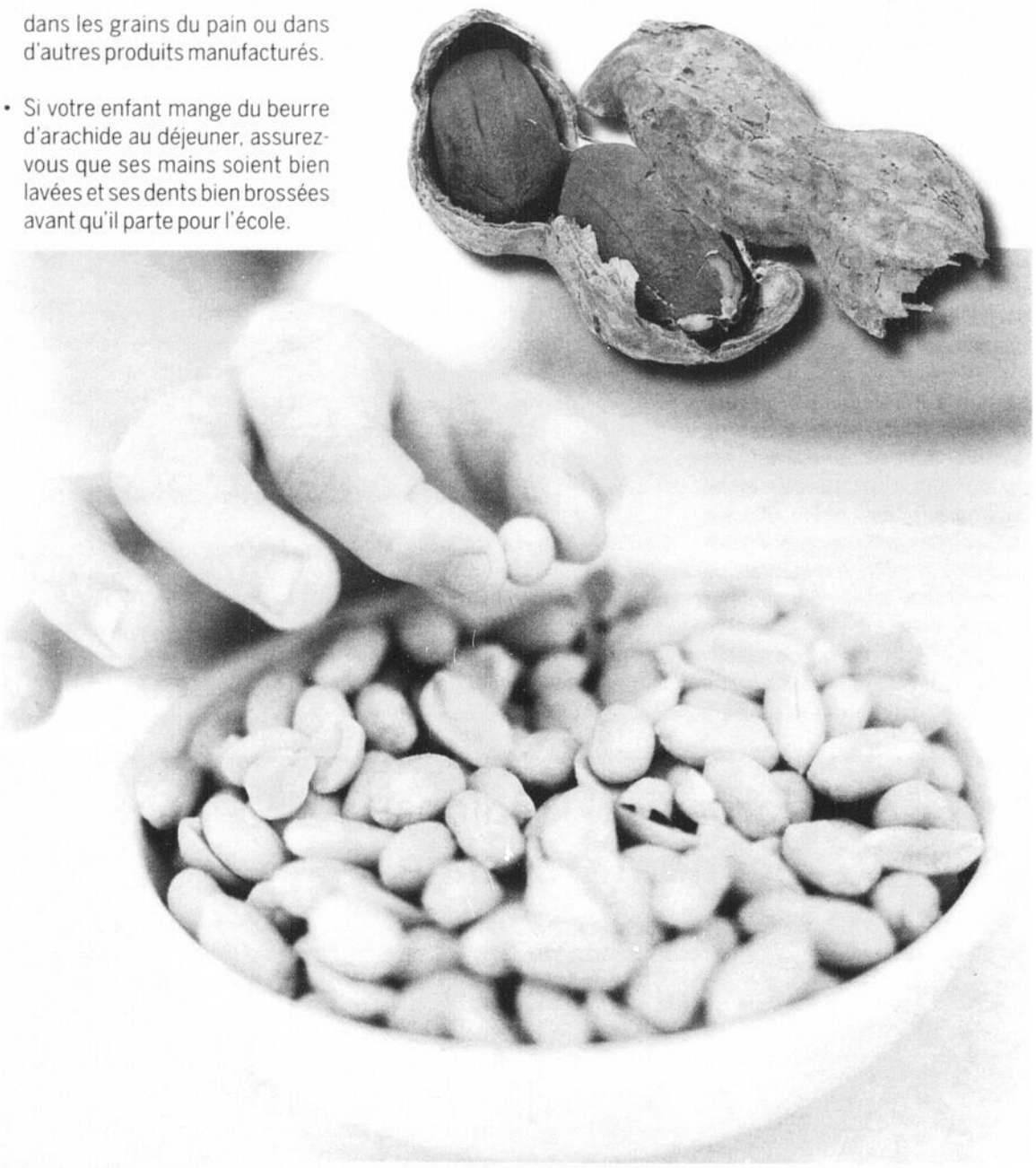
Allergies alimentaires

Des produits sans arachides pour les enfants

(EN) — Les allergies alimentaires sont un grave problème qui touche environ 6 % des enfants, selon Santé Canada. Pour prévenir les risques de réactions allergiques, la plupart des écoles ont instauré une politique restrictive à l'égard de certains aliments allergènes. Si un enfant souffrant d'une allergie sévère est exposé à ne serait-ce qu'une trace d'aliment auquel il est allergique, les réactions anaphylactiques qui s'ensuivront peuvent être mortelles.

Il est du devoir de tous les parents de connaître ces risques et de prendre toutes les précautions possibles. Pour veiller à ce que votre enfant allergique ne coure aucun risque à l'école et lorsqu'il joue, suivez les étapes suivantes :

- Informez-vous sur la politique en vigueur à l'école de votre enfant relativement aux allergènes alimentaires et aux aliments qu'il est permis d'apporter.
- Sachez qui du cercle d'amis ou de la classe de votre enfant souffre d'une allergie alimentaire et apprenez comment réagir advenant une réaction.
- Lisez la liste d'ingrédients figurant sur les aliments. Le beurre d'arachide est évidemment à proscrire, mais des allergènes peuvent également se retrouver dans les grains du pain ou dans d'autres produits manufacturés.
- Si votre enfant mange du beurre d'arachide au déjeuner, assurez-vous que ses mains soient bien lavées et ses dents bien brossées avant qu'il parte pour l'école.



- Achetez des collations et des aliments qui portent l'étiquette «Sans arachides»; la plupart des écoles interdisent les collations emballées qui n'ont pas cette étiquette.

Certains fabricants de produits alimentaires ont ajouté un logo «Sans arachides» sur les produits sans allergène, ce qui simplifie grandement la tâche des parents. De leur côté, les détaillants en alimentation du Canada s'efforcent conjointement d'offrir un plus grand choix de produits sans arachides à leur clientèle.

Pour toute question à propos des allergies alimentaires ou des anaphylaxies, visitez le site Web d'Anaphylaxie Canada à l'adresse www.anaphylaxis.ca/ ou consultez un pharmacien qualifié.





UNE RÉGION AU CŒUR DU COMMERCE

Eros et Compagnie

Exit le party Tupperware, place au vrai plaisir



Vous cherchez un thème original pour vos soirées de filles, party d'anniversaire, enterrement de vie de fille, tout simplement pour une soirée amusante, originale et un peu coquine? Nous vous proposons un concept qui ne manquera pas de mettre du piquant et de faire jaser, 100 % plaisir garanti!

En effet, Eros et Compagnie propose l'organisation de démonstrations à domicile de produits sensuels et érotiques, de jouets sexuels (sex toys) et de lingerie sexy et coquine. On peut ainsi faire tous ses achats, directement de chez soi, en toute intimité, tout en obtenant des conseils personnalisés. Ce concept, introduit il y a quelques années, connaît une popularité qui ne se dément pas!

Le concept est simple : dans l'ambiance intime et conviviale de votre demeure, les ambassadrices d'Eros et Compagnie présentent une panoplie de produits tout en démystifiant certaines pratiques et tabous. Chaque item est présenté par l'ambassadrice parfois sous forme de jeux, parfois de façon plus «éducative», sans oublier les judicieux conseils sur les produits, question de rendre leur utilisation encore plus agréable et peut-être même faire découvrir de nouvelles sensations.

D'une durée d'environ trois heures, les présentations à domicile Eros et Compagnie sont offertes partout au Québec, et ce, pour un groupe de plus de dix femmes ou huit couples. Pour l'hôte de la soirée, tout comme pour les invités, un programme de récompense est offert.

«Ces démonstrations permettent d'établir un climat de complicité sans gêne ni inhibition pour les participantes et leur donne l'occasion de faire des emplettes en toute intimité, même vos copines n'ont pas besoin de savoir ce que vous avez acheté!» mentionne Mélany Charland, responsable des démonstrations à domicile chez Eros et Compagnie.

Associez votre party à une levée de fond

Vous cherchez un truc pour amasser des fonds pour votre organisme préféré, le club social du bureau, un club sportif? Rien de plus simple, réunissez un groupe de copines pour une présentation de lingerie sexy et de produits sensuels! Un montant équivalant à 10 % des ventes sera versé à l'organisme ou la cause de votre choix. Comme quoi on peut joindre l'utile à l'agréable!

Eros et Compagnie

Fondée en 2007, Eros et Compagnie a fait ses débuts dans la vente de produits érotiques sur Internet. Eros et Compagnie offre une large sélection de jeux érotiques et sexy pour adultes, pour elle et lui, pour le couple, qui sauront mettre du piquant dans la vie sexuelle des gens. En 2009, une boutique a vu le jour à Laval et le programme de démonstrations à domicile a pris son envol. Aujourd'hui, plus de vingt ambassadrices sillonnent le Québec dans le cadre de ce programme qui connaît une popularité sans cesse croissante. www.erosetcompagnie.com

FRIPRIX

Un organisme régional d'économie sociale

Près de 15 emplois permanents

Grande surface à Chicoutimi: magasin, salle de tri et entrepôt: 20 000 pi ca.

2 adresses pour mieux vous servir

Entreprise d'ici à 100%

C'est comme chez nous

Mode pour elle et lui de 0 à 100 ans

Vêtements pour tous à petits prix

Soyez en beauté cette année pour les partys des fêtes et les réunions de famille ! Vous serez la seule personne à savoir... que vous avez payé si peu !!!

Notre **mission**: création d'emplois & protection de l'environnement.

VÊTEMENTS TRAITÉS: PLUS DE 1 000 000 DE LIVRES / ANNÉE

Tout simplement irremplaçable!

522, de la Grande-Baie Sud, La Baie
418.544.4723
1730, boul. Talbot, Chicoutimi
(Près de la Casa Grecque)
418.545.8111

FRIPRIX

2746711

Maquillage permanent

Josée Lemieux



La calvitie

(perte de cheveux)

Que ce soit pour l'homme ou pour la femme, la calvitie atteint, dans plusieurs cas, notre assurance et notre estime de soi. En plus d'avoir effectué une maîtrise en maquillage permanent esthétique et paramédical, je me suis récemment surspécialisée dans la perte de cheveux (calvitie), dans mon domaine d'expertise.

Une alternative déjà très appréciée aux États-Unis et en Europe depuis plusieurs années. Le traitement consiste à recréer une apparence naturelle de la densité disparue. La technique donne vraiment une illusion 3D, tout en étant personnalisée selon la dimension de votre cheveu naturel, de la région à traiter et de votre teint. Cette technique s'applique uniquement au niveau du cuir chevelu. L'illusion est parfaite et de longue durée.

C'est vraiment le « trompe-l'œil » par excellence pour camoufler et retrouver une apparence jeune et votre assurance d'avant!

Parce que chaque personne est unique, une consultation doit être effectuée au préalable.



26 années d'expérience, dermapigmentologue, esthéticienne, maîtrise en maquillage permanent, esthétique et paramédical des États-Unis

Offrez un certificat-cadeau!

Restructuration des sourcils / coloration de la ligne du contour des yeux / coloration de la ligne intérieure de l'oeil / application du fard à paupières / augmentation du volume des lèvres / remplissage des lèvres / application du fard à joues / vergetures / aréole du mamelon / cicatrices / vitiligo / taches pigmentaires / taches de naissances / etc.

CONSULTATION GRATUITE

Clinique Médicale d'Esthétique
DU SAGUENAY-LAC-SAINT-JEAN

Pour un rendez-vous (418) 550-3398
475, boul.Talbot, suite 120, Chicoutimi

2753101

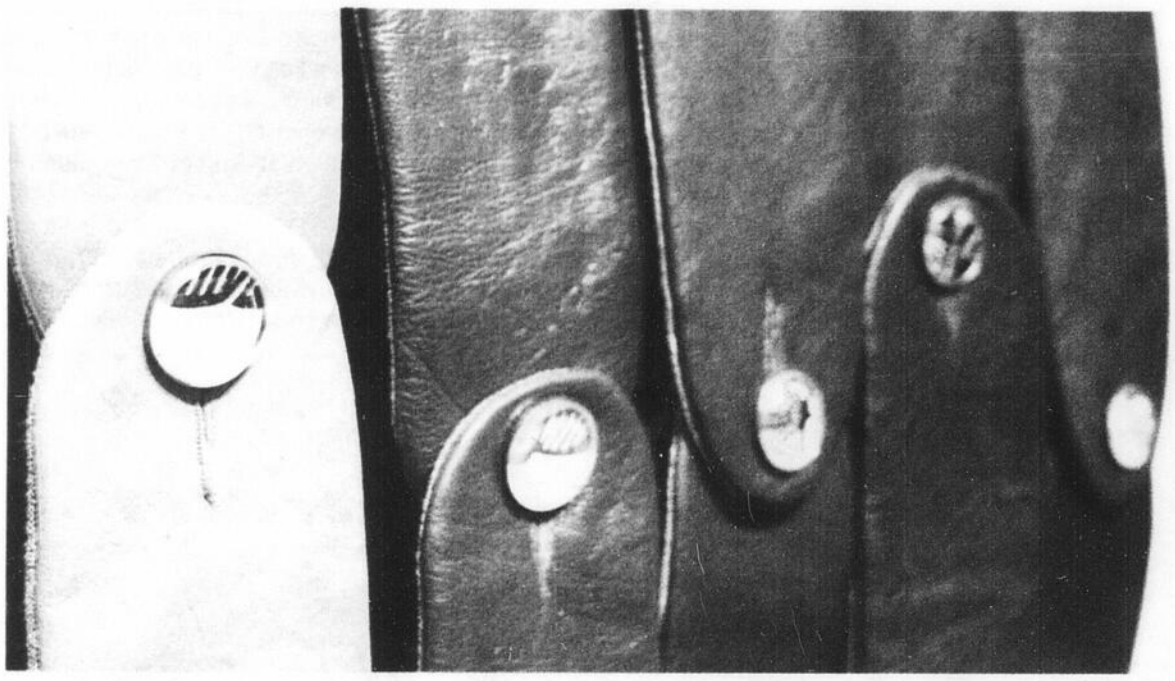
UNE RÉGION AU CŒUR DU COMMERCE

Idées cadeaux

Des accessoires griffés 100 % québécois

Mélissa Bradette Rédactrice publicitaire
mbradette@lequotidien.com

Voici des idées cadeaux originales portant la griffe d'artistes-designers québécois. Ces accessoires mode sont disponibles à la Bijouterie Véronique Fortier joallière, située sur la rue Racine, à Chicoutimi.

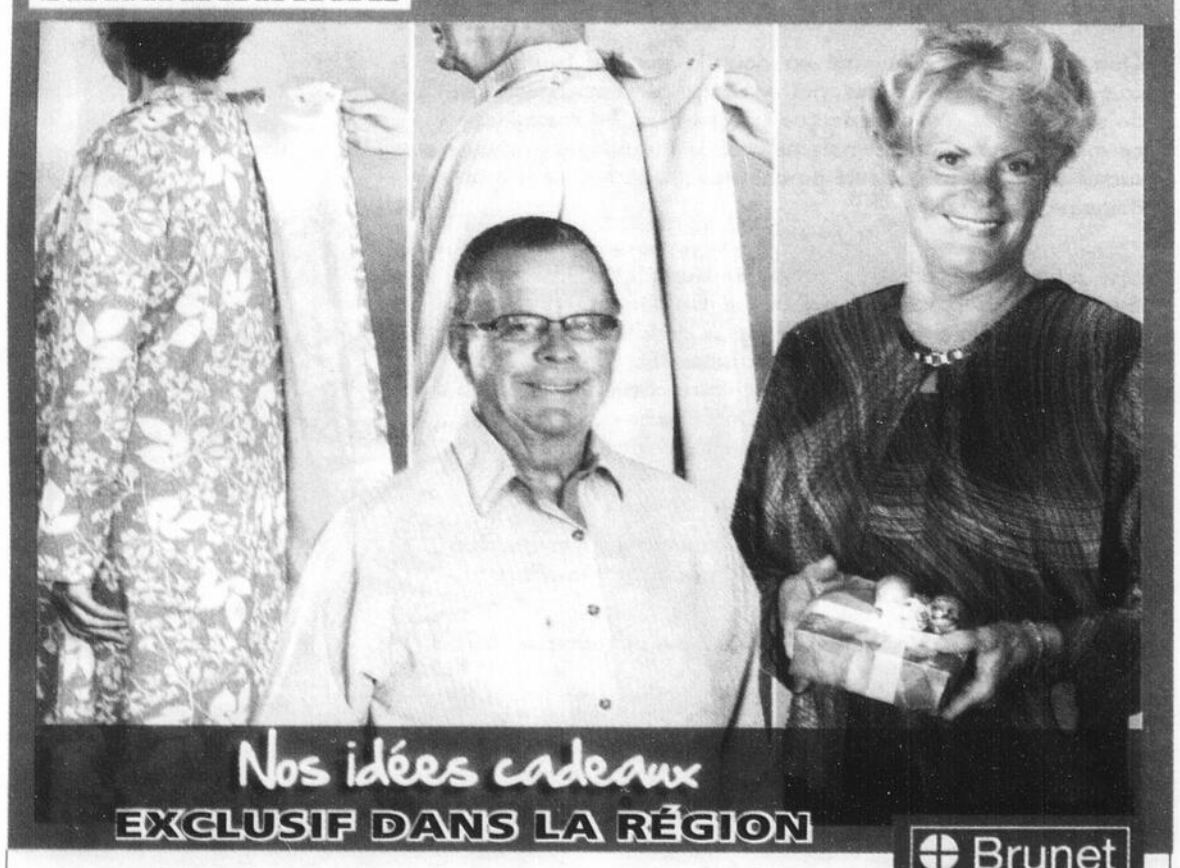




Foulard tissé à la main en acier inoxydable et fil de soie, collection désinvolture de Marie-Ève Gagnon.

CRÉATION CONFORT
VÊTEMENTS ADAPTÉS

AUTOMNE-HIVER 2011
COLLECTION
Notre engagement : vous faciliter la vie



Brunet

Contacter:
Mme Pauline Tremblay
Gérante
Conseillère en vêtements adaptés

3739, boul. du Royaume
Jonquière (Québec) G7X 1Y9
Tél.: 418 547-4706 Téléc.: 418 547-0216

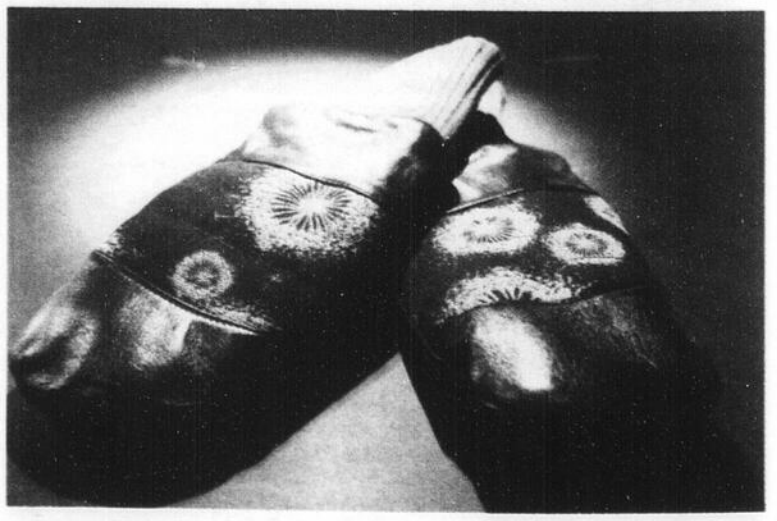
2754427



Ceinture 100 % lin écologique, cuir recyclé et bouton fait de verre sérigraphié, boucle d'oreille et pendentif en verre, confectionnés par Noujica.



Chapeau Magnolia signé Cokluch.



Mitaines Manhattan, en cuir recyclé, confectionnées par Cokluch.

UNE RÉGION AU CŒUR DU COMMERCE

Nouveaux programmes d'entraînement

Ça bouge chez Curves!

Les femmes pensent souvent qu'elles n'ont pas toujours le temps de s'entraîner, le programme de conditionnement physique complet de Curves en 30 minutes, constitue la solution idéale. Les appareils de musculation à résistance hydraulique de Curves vous permettent de travailler votre cardio et vos muscles simultanément.

En plus de son programme d'entraînement conventionnel, Curves a ajouté à son offre différents programmes d'activités. Zumba Cardio boxe, circuit de marche et exercices abdominaux font désormais partie des cours offerts par ce centre d'entraînement exclusif aux femmes.

Cours de Zumba

Mélange de plusieurs danses telles que la salsa, le merengue, le baladie, le reggaetan, le hip hop, ainsi que des mouvements dynamiques de fitness, Zumba constitue un entraînement en soi. Une heure de Zumba, c'est environ 500 à 800 calories de brûlées! Soulignons que l'équipe de Curves dispose d'entraîneurs spécialement formés dans cette discipline.

Fusion Cardio Boxe

Le cours de Fusion Cardio Boxe, est une activité principalement cardiovasculaire. Cette activité physique permet aussi de travailler les muscles. En fait, toutes les parties du corps sont mises à profit pendant le cours de Cardio Boxe, dont la majorité des mouvements sont inspirés des techniques de combat comme la boxe et le kickboxing.

Circuit Curves de Marche sportive

Pour les adeptes de la marche, Curves a conçu un circuit animé avec entraîneurs. Au cours du circuit, quelques arrêts sont prévus afin d'exécuter une série d'exercices simples mais efficaces.

Initiation aux exercices abdominaux

Les abdominaux jouant un rôle essentiel dans l'équilibre du bassin, la posture et la statique de la colonne vertébrale, il importe de développer davantage ces muscles. En tonifiant vos abdominaux vous éviterez les douleurs lombaires et de plus vous pourrez affiner votre silhouette. Pour aider les femmes à développer ces muscles importants, Curves a conçu un cours d'initiation aux exercices abdominaux. Après quelques scéances seulement vous constaterez des résultats tangibles!

Gratuit pour les membres

Vous êtes membres d'un centre Curves? Tous ces cours vous sont offerts gratuitement. Renseignez-vous!



Nouveau chez Curves

Curves

un concept optimal pour la femme

Vous êtes membres
Tous ces cours vous sont offerts
GRATUITEMENT

Cours de Zumba

La Zumba est originaire de la Colombie, c'est un mélange de sensualité et de plusieurs danses telles que la salsa, le merengue, le baladie, le reggaetan, le hip hop, ainsi que des mouvements dynamiques de fitness! Une heure de Zumba, c'est environ 500 à 800 calories de brûlées! La philosophie de la Zumba, c'est de vous permettre d'être en forme, d'augmenter votre niveau d'énergie, de renforcer vos muscles et d'améliorer votre souplesse, en bougeant sur des rythmes exotiques qui donnent un véritable air de fête à tous les cours.



Début du cours 16 janvier 2012
*Offert aux membres et aux non-membres



Disponible aux membres

Fusion Cardio Boxe

Le cours de Fusion Cardio Boxe est une activité principalement cardiovasculaire mais cible également plusieurs parties du corps. La majorité des mouvements sont inspirés des techniques de combat comme la boxe et le kickboxing. Le cours compte également une partie réchauffement et étirement inspirés de certaines figures de ballet!

Circuit de marche sportive

Vous êtes une adepte de la marche!



Le nouveau circuit Curves de marche sportive est parfait pour vous! Votre centre Curves, vous offre désormais la possibilité de vous joindre à un groupe de marche guidé et animé par un entraîneur Curves! Quelques arrêts sont prévus afin d'exécuter une série d'exercices simples mais efficaces. Plaisir assuré!

Marche sportive
Début du cours
16 janvier 2012
*Offert aux membres et aux non-membres

Initiation aux exercices abdominaux

Les abdominaux jouent un rôle essentiel dans l'équilibre du bassin, la posture et la statique de la colonne vertébrale. En tonifiant vos abdominaux vous éviterez les douleurs lombaires et de plus vous pourrez affiner votre silhouette.



Entraînement complet
30 minutes

Pourquoi Curves?

Les femmes pensent souvent qu'elles n'ont pas toujours le temps de s'entraîner, le programme de conditionnement physique complet de Curves en 30 minutes, est la solution idéale! Nos appareils de musculation à résistance hydraulique vous permettent de travailler votre cardio et vos muscles simultanément!

Réservez dès maintenant (Places limitées)

Alma	Jonquière	Chicoutimi
70, avenue Hudon, Plaza 1	3711, boul. Harvey	130, Barrette
418.480.2625	418.695.8595	418.698.1944

Curves

2751989

Étoile Dodge Chrysler

Modèles 2012

Roxanne Simard
Rédactrice publicitaire
rsimard@lequotidien.com

Venez découvrir les modèles 2012 de l'Étoile Dodge Chrysler de Jonquière ! Peu importe le type de véhicule que vous cherchez, l'équipe des ventes saura vous conseiller afin de trouver la voiture idéale selon vos besoins. Voici les modèles 2012 qui sortent du lot.



Dodge Ram

Le RAM 1500, considéré comme le camion le plus durable au pays, est sans aucun doute le meilleur choix dans cette catégorie. Avec un moteur V8 HEMI de 5, 7 L, 390 chevaux ou un V8 de 4,7 L de 310 ch, le Ram possède une consommation de seulement 10,2 litres aux 100 km.

Comme particularité, on retrouve une suspension arrière multibras à ressorts hélicoïdaux, une exclusivité dans l'industrie. Le Ram 1500 est le camion léger qui présente la plus forte croissance au pays et a même remporté le prix de «Meilleur camion» lors du Canadian Truck King Challenge 2012.

Notons aussi le Ram Heavy-Duty, qui est le pick-up le plus vendu au pays! En effet, ce modèle est en tête de catégorie en matière de puissance de moteur et est considéré comme le camion le plus durable selon Polk.



Jeep Grand Cherokee

Le Grand Cherokee 2012 offre le meilleur des deux mondes pour ceux qui doivent régulièrement passer de la route au hors-route. Son expérience de conduite, son confort et ses 45 caractéristiques de sécurité font de ce VUS un choix des plus intéressants. Depuis son lancement, le Grand Cherokee 2012 a reçu plus de 30 prix de différents organismes.

Berline

La toute nouvelle berline intermédiaire Chrysler 200 2012 possède un rapport qualité prix remarquable. Elle possède une nouvelle technologie et des équipements de séries exceptionnels. La Berline est aussi dotée d'un moteur de 4 cylindres de 2,4 litres et peut être équipée en option du moteur V6 Pentastar de 3,6 litres, d'une puissance de 283 chevaux.

Grand Caravan

Depuis plus de 27 ans, la Dodge Grand Caravan est la mini fourgonnette la plus vendue. Avec sa tenue de route digne d'une berline et son habitacle polyvalent, la Grand Caravan 2012 se veut être la meilleure mini fourgonnette réalisée par Dodge.

Son côté sécuritaire est entre autres ce qui la rend si intéressante pour les familles d'aujourd'hui. En effet, elle possède 40 caractéristiques de sécurité et de nombreux sacs gonflables latéraux. En plus des sièges ergonomiques rabattables exclusifs, la capacité de chargement est des plus pratiques.

L'ÉTOILE JONQUIÈRE

FAITES-VOUS LE PLUS BEAU DES CADEAUX

Un cadeau pour toute la famille avec votre nouvelle Grand Caravan 2012

À partir de: **19 995$*** Préparation et transport INCLUS



PLUS PERFORMANTE
Nouveau V6 3,6 litres de 283 CV

PLUS ÉCOÉNERGÉTIQUE
7,9 litres/100 km route

Le cadeau que vous attendiez avec votre nouveau Dodge Ram 2012

À partir de: **24 995$*** TRANSPORT INCLUS



Du cœur au ventre et un look d'enfer
La puissance du V8 HEMI et l'économie d'un V6
avec le NOUVEAU système «MDS»

L'hiver «connais pas» avec mon nouveau Jeep Compass 4X4 2012

À partir de: **22 900$*** TRANSPORT INCLUS



* Tout rabais Chrysler inclus, taxes en sus.

Cette année, offrez-vous un cadeau vraiment emballant avec L'ÉTOILE JONQUIÈRE

3311, boul. du Royaume • 418-542-9518 • Sans frais: 1-800-818-9518



Martin **Boivin** Copropriétaire | Paul **Munger** Concessionnaire | Yannick **Gauthier** D.g. des ventes | Dom **Villeneuve** Ass. dir. des ventes | Roxane **Boivin** Responsable Fiat | Michel **Nadeau** Dir. commercial | Liane **Fortin** Dir. commerciale | Dominic **Boily** Directeur Parc | François **Simard** Représentant | Pierre-Alexandre **Tremblay** Représentant

COMPAREZ, C'EST MOINS CHER CHEZ L'ÉTOILE JONQUIÈRE, SERVICE INCLUS!

2735788

Suzuki

Des voitures qui adhèrent à la route

Mélissa Bradette Rédactrice publicitaire
mbradette@lequotidien.com

Suzuki propose une gamme de véhicule conçus pour affronter l'hiver. Le SX4 à hayon, le Kizashi et le Grand Vitara sont trois véhicules performants arborant la marque du fabricant japonais et qui tiendront la route à coup sûr pendant la saison froide.

SX4 à hayon
Vous allez adhérer

La Sx4 à hayon allie parfaitement l'aspect pratique et la polyvalence d'un VUS, tout en demeurant compact. De plus, ce véhicule au caractère sportif profite de l'aspect économique d'une voiture à hayon. Cela s'explique en partie par le fait que la SX4 est munie d'un système à traction intégrale intelligente (iAWD), une technologie novatrice permettant au conducteur de passer de la traction avant à la traction intégrale à l'aide d'un simple bouton.

Équipée du réglage de distribution à programme variable et d'une boîte manuelle à 6 vitesses ou, en option, d'une transmission à variation continue (TVC), la SX4 à hayon est éconergétique et amusante à conduire.

Kizashi
Élégante et sportive

Prendre le volant de la Kizashi procure une sensation de puissance et de contrôle. La Kizashi est disponibles en trois versions, soit : le modèle S, les modèles SX, incluant une traction intégrale intelligente (iAWD), et le Groupe Sport, une version Sport à boîte de vitesses manuelle à 6 rapports comportant de nombreux éléments de luxe.



La SX4 à hayon adhère à la route.



La Kizashi allie performance et élégance. Nouvelle venue, la Kizashi Sport est maintenant disponible dans la région.

SUZUKI

PARFAIT POUR NOS HIVERS

TRACTION INTÉGRALE INTELLIGENTE (iAWD) DE SÉRIE

FAITES L'ESSAI DE LA COMPACTE À TRACTION INTÉGRALE LA PLUS ÉCOÉNERGÉTIQUE AU CANADA

ESSAYEZ SANS TARDER NOTRE VÉHICULE PRIMÉ : LA KIZASHI DE SUZUKI!

NE PAYEZ RIEN AVANT 120 JOURS

NE PAYEZ RIEN AVANT 120 JOURS

SX4
À HAYON JX iAWD 2011
ELLE EST À VOUS POUR
75 $* PAR SEMAINE
0 $ COMPTANT
23 285 $* PRIX DE VENTE

Équipement de série complet :
- Traction intégrale intelligente (iAWD)
- Climatiseur
- Régulateur de vitesse
- Glaces et verrouillage à commandes électriques
- Télédéverrouillage
- Rétroviseurs à commandes électriques
- Volant gainé de cuir avec commandes de la chaîne audio intégrées
- Jantes de 16 po en alliage d'aluminium

AUTOROUTE 6,6L / 100KM 43 MI/GAL

EN PLUS: ACHETEZ ET OBTENEZ

ÉCONOMISEZ 40 ¢/L PENDANT UN AN‡ + GARANTIE DE 7 ANS‡ + 0 % FINANCEMENT À L'ACHAT jusqu'à 72 MOIS

JUSQU'À ÉPUISEMENT DES STOCKS !

KIZASHI
SX iAWD 2011
ELLE EST À VOUS POUR
103 $* PAR SEMAINE
0 $ COMPTANT
32 145 $† PRIX DE VENTE

Équipement de série complet :
- Traction intégrale intelligente (iAWD)
- Régulateur automatique de la température à deux zones
- Déverrouillage et démarrage sans clé SmartPass™
- Chaîne audio Rockford Fosgate haut de gamme avec Bluetooth
- Sièges en cuir chauffants
- Assistance au stationnement à l'arrière
- Toit ouvrant électrique
- Jantes en alliage de 18 po

AUTOROUTE 6,8L / 100KM 42 MI/GAL

LEMIEUX SUZUKI
1840, Du Pont Sud
Alma
418 668-5680
www.lemieuxsuzuki.com

DÉFI SUZUKI CHICOUTIMI
2315, boul. Saint-Paul
418 602-1300
www.defisuzuki.com

JEAN DUMAS SUZUKI
706, boul. Sacré-Coeur
Saint-Félicien
418 679-3003
www.jeandumas.com

SUZUKI Un mode de vie !

FAITES-EN L'ESSAI ROUTIER DÈS AUJOURD'HUI CHEZ VOTRE CONCESSIONNAIRE SUZUKI OU VISITEZ SUZUKI.CA

2752212

LES CONSOMMATEURS DOIVENT LIRE CE QUI SUIT : * † Toutes ces offres et les prix de vente comprennent la livraison et la destination (1550 $ pour la Kizashi SX iAWD 2011 modèle 6B23V41/1450 $ pour la SX4 à hayon JX iAWD 2011 avec transmission manuelle modèle H3MB2J1 et la taxe d'accise de 100 $ sur le climatiseur (le cas échéant). Ces offres et les prix de vente n'incluent pas les taxes applicables, l'immatriculation, les frais d'inscription, les assurances, les taxes sur les pneus neufs et un acompte de 0 $ / 0 $. Le véhicule peut différer de celui illustré. Ces offres ne peuvent être combinées à aucune autre offre et sont sujettes à changement sans préavis. Les concessionnaires participants pourront vendre ou louer à bail à un prix inférieur. Les véhicules illustrés pourraient inclure de l'équipement optionnel. Les taux de financement à l'achat ou à bail de 0 % sur 72 mois sont établis par Suzuki Canada Financement inc. pour les modèles SX iAWD 2011 et SX4 à hayon JX iAWD 2011 à 0 %. Les versements hebdomadaires sont de 103 $ / 75 $ avec un acompte de 0 $ / 0 $ à l'achat. Les coûts de l'emprunt sont de 0 $ / 0 $ pour une obligation totale de 32 145 $/23 285 $. ‡À l'achat de tout modèle Kizashi 2011 (1630 L/an), la SX4 à hayon JX iAWD 2011 (1550 L/an), la SX4 à hayon et Kizashi ▲NE PAYEZ RIEN AVANT 120 économie de carburant de 40 ¢ le litre (sur une quantité maximale de 1875 litres par carte), pendant environ 1 an. Données établies selon le Guide 2011 de consommation de carburant de Ressources naturelles Canada, pour la Kizashi SX iAWD 2011 modèle Kizashi 2011, SX4 2011, obtenez une Carte Prix Préférentiel℠ de Petro-Canada℠ vous donnant droit à une carte n'est sujette à aucune limite de date dans le temps. Petro-Canada℠ est une entreprise de Sunocor Énergie inc. Utilisée sous licence. Petro-Canada℠ n'est ni commanditaire principal ni partenaire commanditaire de cette promotion. L'admissibilité à cette carte est sujette aux conditions et exclusions liées à cette offre. Cette carte d'économie de carburant sera remise au consommateur après la signature du contrat d'achat chez un détaillant participant. ‡‡La garantie prolongée offre une couverture de niveau Argent de 7 ans/100 000 km sur le groupe motopropulseur avec un déductible de 250 $ sur tous les véhicules neufs 2011, SX4 à hayon et Kizashi ▲NE PAYEZ RIEN AVANT 120 JOURS. S'applique aux offres de financement à l'achat sur tous les modèles 2011 lorsque le crédit est approuvé. Aucun intérêt ne sera comptabilisé durant les 90 premiers jours du contrat de financement. Après cette période, l'intérêt commencera à être comptabilisé, et l'acheteur remboursera mensuellement l'intérêt sur le capital pendant la durée du contrat. ◊La Kizashi de Suzuki a obtenu la cote numérique la plus élevée parmi les voitures intermédiaires lors du sondage propriétaire APEAL MS 2011 de J.D. Power and Associates sur les performances, la finition et l'aménagement intérieur en matière automobile. Sondage effectué auprès de 73 790 propriétaires de véhicules neufs aux États-Unis, évaluant 234 modèles et les opinions des propriétaires après 90 jours de possession de leur véhicule. Les résultats des sondages propriétaires sont basés sur l'expérience et les perceptions des propriétaires sondés entre février et mai 2011. Votre expérience peut varier. Visitez jdpower.com. ¤Lorsque équipé adéquatement.

UNE RÉGION AU CŒUR DU COMMERCE

Véritable berline sport de luxe, la Kizashi a été proclamée Meilleure dans sa catégorie. Elle s'est notamment distinguée par sa tenue de route exceptionnelle, sa qualité de conduite supérieure et son comportement routier sécuritaire.

Nouvelle venue, la Kizashi Sport est maintenant disponible dans la région.

Grand Vitara
Conciliez passion et raison

Doté d'un puissant moteur de quatre cylindres, le grand Vitara vous mènera partout où vous désirez aller. Que vous exploriez les sentiers sauvages ou ameniez vos enfants à une pratique sportive, ce VUS authentique saura répondre à votre rythme de vie. Son moteur éconergétique, son intérieur spacieux et raffiné ainsi que sa capacité de remorquage surprenante en font un véhicule à la fois pratique et familial.

Les quatre roues motrices à quatre modes du Grand Vitara transmettent la puissance aux quatre roues en permanence, ce qui assure une bonne tenue de route, peu importe les conditions. Un commutateur situé sur la console centrale permet de changer de mode facilement et rapidement.

Avec l'un de ces véhicule du réputé fabricant japonais, vous serez en sécurité sur les routes cet hiver. Pour faire un essai routier du SX4 à hayon iAWD, de la Kizashi munie de la traction intégrale intelligente (iAWD) ou du Grand Vitara, visitez l'un des trois concessionnaires Suzuki du Saguenay–Lac-Saint-Jean : Défi Suzuki (Chicoutimi), Lemieux Suzuki (Alma) et Jean Dumas Suzuki (Saint-Félicien).



Doté d'un puissant moteur de quatre cylindres, le grand Vitara vous mènera partout où vous désirez aller.



GRAND VITARA
JX 4WD 2011

IL EST À VOUS POUR
96 $* PAR SEMAINE
0 $ COMPTANT
29 885 $† PRIX DE VENTE

Équipement de série complet :
- 4 roues motrices à 4 modes
- Climatiseur
- Régulateur de vitesse
- Déverrouillage et démarrage sans clé SmartPass^MC
- Glaces et verrouillage électriques
- Rétroviseurs chauffants à commandes électriques
- Volant gainé de cuir avec commandes audio

AUTOROUTE 8,6L / 100KM 33 MUGAL

EN PLUS: ACHETEZ ET OBTENEZ

ÉCONOMISEZ 40¢/L PENDANT UN AN^ + GARANTIE DE 7 ANS + 0 % Jusqu'à 72 MOIS

JUSQU'À ÉPUISEMENT DES STOCKS !

LEMIEUX SUZUKI
1840, Du Pont Sud
Alma
418 668-5680
www.lemieuxsuzuki.com

DÉFI SUZUKI CHICOUTIMI
2315, boul. Saint-Paul
418 602-1300
www.defisuzuki.com

JEAN DUMAS SUZUKI
706, boul. Sacré-Coeur
Saint-Félicien
418 679-3003
www.jeandumas.com

SUZUKI — Un mode de vie !

FAITES-EN L'ESSAI ROUTIER DÈS AUJOURD'HUI CHEZ VOTRE CONCESSIONNAIRE SUZUKI OU VISITEZ SUZUKI.CA

LES CONSOMMATEURS DOIVENT LIRE CE QUI SUIT : *† Toutes ces offres et les prix de vente comprennent la livraison et la destination (1650 $ pour le Grand Vitara JX 4WD 2011 avec transmission automatique modèle L2TB5T1) et la taxe d'accise de 100 $ sur le climatiseur (le cas échéant). Ces offres et les prix de vente n'incluent pas les taxes applicables, l'immatriculation, les frais d'inscription, les assurances, les taxes sur les pneus neufs et un acompte de 0 $. Le véhicule peut différer de celui illustré. Ces offres ne peuvent être combinées à aucune autre offre et sont sujettes à changement sans préavis. Les concessionnaires peuvent vendre à prix moindre. Voir les concessionnaires participants pour plus de détails. Le véhicule illustré pourrait inclure de l'équipement optionnel. *Offre de financement à l'achat disponible pour un temps limité sur approbation de crédit. L'offre spéciale de versements hebdomadaires sur le Grand Vitara JX 4WD 2011 avec transmission automatique modèle L2TB5T1 (prix de vente 29 885 $) porte sur une période de 72 mois. Le taux d'intérêt du financement à l'achat avec versements hebdomadaires est établi à 0 % pour 72 mois pour le Grand Vitara JX 4WD 2011. Les versements hebdomadaires sont de 96 $ avec un acompte de 0 $ à l'achat. Les frais de crédit sont de 0 $. L'obligation totale est de 29 885 $. Offre en vigueur jusqu'au 30 novembre 2011. ◊À l'achat de tout modèle Kizashi 2011, SX4 2011 ou Grand Vitara 2011, obtenez une Carte Prix Préférentiel^MC de Petro-Canada^MC vous donnant droit à une économie de carburant de 40 ¢ le litre (sur une quantité maximale de 1875 litres par carte), pendant environ 1 an. Données établies selon le Guide 2011 de consommation de carburant de Ressources naturelles Canada, pour la Kizashi SX (AWD 2011 (1630 L/an), la SX4 à hayon JX (AWD 2011 (1550 L/an) et le Grand Vitara JX 4WD 2011 (2000 L/an). La Carte Prix Préférentiel^MC est honorée chez tout détaillant Petro-Canada^MC participant (et autres établissements participants du réseau North Atlantic Petroleum à Terre-Neuve). Cette carte n'est sujette à aucune limite de date dans le temps. Petro-Canada^MC est une entreprise de Sunocor Énergie. ^MCMarque de commerce de Sunocor Énergie Inc. Utilisée sous licence. Petro-Canada^MC n'est ni commanditaire principal ni partenaire commanditaire de cette promotion. L'admissibilité à cette carte est sujette aux conditions et exclusions liées à cette offre. Cette carte d'économie de carburant sera remise au consommateur après la signature du contrat d'achat chez un détaillant participant. ‡La garantie prolongée offre une couverture de niveau Argent de 7 ans/100 000 km sur le groupe motopropulseur avec un déductible de 250 $ sur tous les véhicules neufs 2011 SX4 berline, SX4 à hayon, Grand Vitara et Kizashi. ^NE PAYEZ RIEN AVANT 120 JOURS s'applique aux offres de financement à l'achat sur tous les modèles 2011 lorsque le crédit est approuvé. Aucun intérêt ne sera comptabilisé durant les 90 premiers jours du contrat de financement. Après cette période, l'intérêt commencera à être comptabilisé, et l'acheteur remboursera mensuellement l'intérêt sur le capital pendant la durée du contrat. ^Lorsque équipé adéquatement.

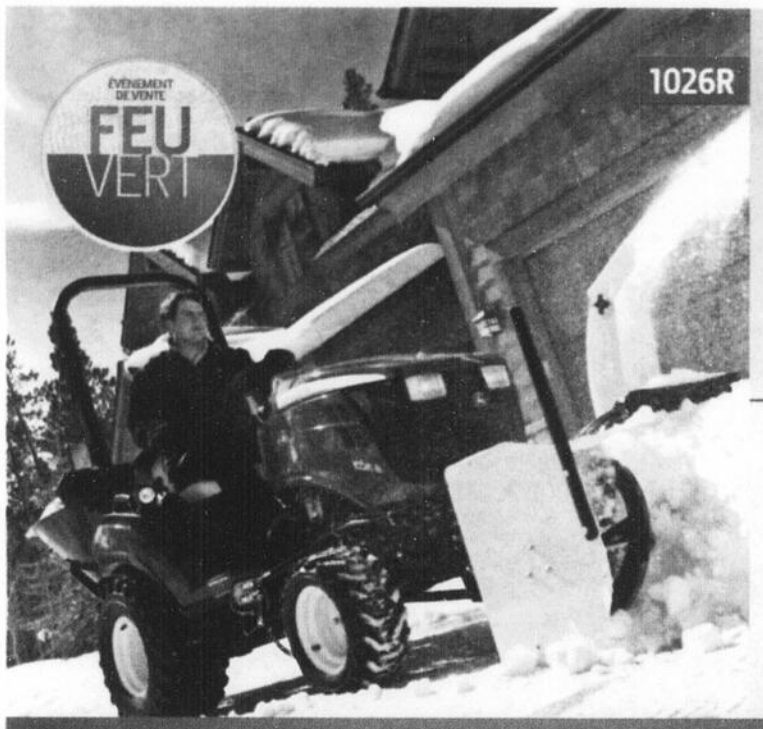
2752213

PUBLICITÉ

UNE RÉGION AU CŒUR DU COMMERCE

Maltais Ouellet

Nouvelle transmission mécanique chez John Deere



TCA DE 0% POUR 60 MOIS†

- 25,2 HP au moteur*/18 HP à la PDF*
- Transmission hydrostatique Twin touch^mc
- Kit d'éclairage à haute performance pour travailler dans les conditions à faible éclairage

ATTAQUEZ L'HIVER ET NON LE BUDGET.

4720



- 66 HP au moteur/56 HP à la PDF
- Cabine climatisée
- Chasse-neige à 2 phases de 193 cm monté sur chargeur
- Vis hydraulique à vitesse variable pour réduire l'engorgement

3520



- 37,1 HP au moteur/30,5 HP à la PDF
- Option de transmission AutoHST^mc
- Jusqu'à 5 distributeurs hydrauliques

JOHNDEERE.COM

JOHN DEERE

Jonh Deere lancera bientôt sa toute nouvelle transmission mécanique qui sera disponible en option sur les nouveaux tracteurs six cylindres de la série 6R, et ce, dès l'été 2012. Le manufacturier a d'ailleurs dévoilé cette gamme de petits tracteurs à l'occasion du Salon Agritechnica en novembre dernier.

Cette nouvelle option de transmission pour les tracteurs 6R combine l'efficacité énergétique d'une transmission mécanique avec le confort de manipulation d'une CVT. Appelée DirectDrive, la transmission à 24 vitesses à double usage ou à double embrayage est un élément déjà bien établi dans le monde de l'automobile de prestige.

La transmission utilise un embrayage intérieur et extérieur qui permet un rapport de vitesse harmonieux et une transition en douceur lors de l'accélération ou le ralentissement de la vitesse.

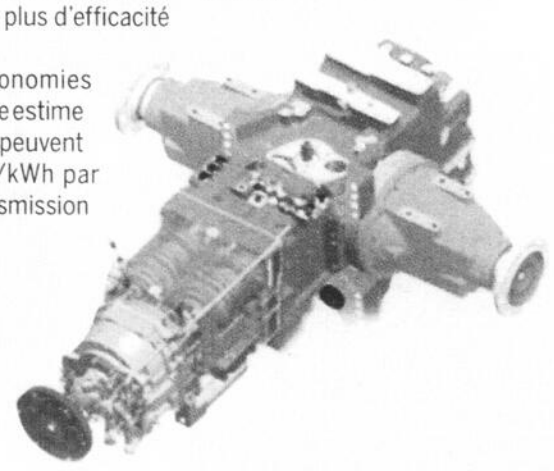
Cette nouvelle technologie est présentée comme une alternative des plus rentables pour ceux possédant déjà un CVT et pour les propriétaires de terres cultivables. La boîte de vitesse est conçue pour réaliser des tâches spécifiques et des conditions de charge qui nécessitent un débit de puissance continue, comme le transport, le labour, la prise de force et le transport routier. Dans ces conditions, la nouvelle transmission offre plus d'efficacité énergétique et permet des économies de carburant. Deere estime que les économies peuvent aller jusqu'à 10g/kWh par rapport à une transmission CVT.

De plus, tout comme les voitures de course, les actionneurs électromagnétiques permettent des changements de vitesse rapides, et ce, dans toutes les conditions climatiques.

Il est possible de choisir entre un mode manuel, qui permet de prendre le contrôle pour avancer et inverser les changements de vitesse avec le levier de commande ainsi qu'un mode automatique. La transmission de ce dernier mode à trois niveaux permet quant à lui un changement rapide entre les huit vitesses à pleine charge et fournit également des changements entièrement automatiques entre ces niveaux.

Contrairement à la force mécanique/hydraulique d'un CVT, DirectDrive utilise un flux de puissance entièrement mécanique. Cet élément a comme effet d'améliorer l'efficacité de puissance d'environ 4 %, et ce, sans compromettre la productivité et le confort de l'opérateur.

Cette nouvelle transmission sera disponible en option sur tous les tracteurs six cylindres de séries 6R, de 140 à 210 ch. dès l'été 2012 chez votre concessionnaire John Deere d'Alma.





Maltais & Ouellet

MALTAIS & OUELLET
1000, ROUTE 169
ST BRUNO, QC G0W 2L0
(418) 668-5254
www.maltaisouellet.com

†L'offre est valide du 29 octobre 2011 au 31 janvier 2012. Pour usage personnel ou commercial. Par exemple, dans le cas d'un nouveau John Deere, modèle 4720, dont le prix de vente est de 45 960 $ (Le prix de vente est basé sur le PDSF au 26 septembre 2011 et peut changer n'importe quand sans avis. Le concessionnaire peut vendre à un prix inférieur), plus des frais de documentation de 50 $, moins un versement initial de 9 202 $ (un versement initial d'un maximum de 30 % est autorisé), le solde de 36 808 $ sera financé pendant un maximum de 5 années, soit 60 paiements mensuels de 613,47 $, totalisant 36 808,20 $, selon un taux de crédit annuel (TCA) de 0,00%, le coût de crédit étant donc de 50 $. L'offre est assujettie à l'approbation de John Deere Financial et à la participation du concessionnaire. Des frais de documentation de 50 $ peuvent s'appliquer. Si des paiements sur le prêt sont en retard, les frais sur les montants en souffrance correspondent à un TCA de 24 %. Les taxes, les frais de montage et les frais de livraison, de transport et de préparation ne sont pas compris et pourraient faire augmenter le prix ou les paiements mensuels. Un montant financé minimum peut être exigé. Pour des détails complets ainsi que d'autres options de financement, veuillez consulter votre concessionnaire. Ce programme peut être modifié en tout temps sans préavis. Des frais supplémentaires peuvent s'appliquer. *Les renseignements portant sur la puissance et le couple du moteur sont fournis par le fabricant du moteur et ne doivent être utilisés qu'à des fins de comparaison. La puissance d'utilisation et le couple seront inférieurs. Reportez-vous au site Web du fabricant pour obtenir des renseignements supplémentaires. La combinaison de couleurs vert et jaune de John Deere, le symbole du chevreuil bondissant et JOHN DEERE sont des marques déposées de Deere & Company.

2751195

UNE RÉGION AU CŒUR DU COMMERCE

Éric Painchaud Architecte

Une culture d'entreprise

Éric Painchaud Architecte (EPA) est née d'une association père-fils. Une volonté de partager des valeurs familiales au monde de l'architecture. Développer au cœur d'une région, une fierté entrepreneuriale! Tout près de célébrer son quart de siècle de création, EPA à acquis d'innombrables connaissances au fil des ans.

EPA offre des services professionnels en architecture en respectant les idées et les ressources du client. L'équipe possède une générosité et une qualité d'expertise. Elle écoute, développe, réalise... Sa polyvalence fait en sorte de rejoindre bon nombre de personnes autant au niveau commercial, institutionnel, industriel, gouvernemental et résidentiel.

EPA est considérée comme une fierté régionale qui pousse son ambition à faire connaître son champ d'expertise à la grandeur du pays. Faire connaître ce qu'elle vaut au travers de cette entreprise florissante. EPA a une vision précise d'épanouissement et de réussite. L'entreprise fait une place aux générations futures en prenant exemple sur la sagesse et a la volonté de faire avancer les choses.



Éric Painchaud, architecte et Jean-Louis Painchaud, les deux fondateurs de l'entreprise en 1988.

Dans le but d'atteindre un niveau de qualité supérieur, Éric Painchaud, architecte et associés, procède actuellement à la démarche d'implantation d'un système de management de la Norme internationale ISO 9001 :2008.

Pourquoi EPA?

Cette firme a conservé son étincelle de jeunesse, ses valeurs acquises depuis les tout premiers moments. Cette équipe s'unit pour créer un esprit de famille et cette ambiance amène sa clientèle à se sentir bien accueillie. Toujours accessible, EPA demeure professionnelle et s'assure que tous les projets qui lui sont confiés sont réalisés à l'entière satisfaction du client.



Sonia Simard, architecte depuis 1992 et associée depuis 2009.

«Notre culture d'entreprise»

Toutes les valeurs que possède cette firme font en sorte que la culture d'entreprise permet à chaque individu de s'identifier à cette organisation.



Accueil de nouveaux résidents à Saguenay

37 jeunes reçoivent leur panier d'accueil «Avantages Saguenay»



Le 23 novembre dernier, la Table MigrActive de Ville de Saguenay et ses partenaires ont accueilli 37 jeunes nouveaux résidents récemment établis à Saguenay, lors d'un 5 à 7 convivial au Centre plein air Bec-Scie à La Baie.

Cette troisième remise officielle, réalisée dans le cadre de la 3e édition du programme «Avantages Saguenay», a pour but de souligner l'établissement sur le territoire de ces jeunes âgés de 18 à 35 ans. Lors de cette soirée d'accueil, les partenaires de la Table MigrActive ont pu rencontrer les récipiendaires et leur souhaiter la bienvenue en leur offrant un livret d'avantages commerciaux, un panier de produits locaux ainsi qu'une pochette d'accueil.

123 nouveaux résidents

Concrètement, en plus des 37 récipiendaires, ce sont 23 conjoints et 6 enfants qui se sont établis à Saguenay depuis juin dernier, portant le nombre à 123 personnes (conjoints et enfants compris) ayant élu domicile dans la ville en 2011 et ayant bénéficié du programme. Ajoutées aux 305 autres nouveaux résidents des précédentes remises, 371 personnes ont implanté leurs racines à Saguenay depuis mai 2009.

Avantages Saguenay en bref

Le programme Avantages Saguenay, qui s'adresse aux 18 à 35 ans, offre trois aides distinctives en lien avec la démarche d'établissement de la personne. Dans un premier temps, il s'agit des Bourses entrevues Saguenay grâce auxquelles un jeune qui entreprend des démarches d'affaires ou qui se déplace pour une entrevue à Saguenay obtient le remboursement des coûts occasionnés. La deuxième phase s'adresse aux personnes inscrites s'étant établies dans la ville et consiste en la remise d'un livret d'avantages commerciaux, d'un panier de produits locaux ainsi que d'une pochette d'accueil remis à une soirée de bienvenue. Finalement, dans le but de favoriser l'implantation de nos nouveaux concitoyens, la phase trois du programme leur permet de se faire rembourser les frais d'inscription à une activité d'intégration (sportive, culturelle ou sociale) jusqu'à concurrence de 100 $ afin de rencontrer de nouvelles personnes sur le territoire.

Cette initiative a été mise sur pied par la Table MigrActive de Ville de Saguenay en partenariat avec Place aux jeunes Ville de Saguenay, le Carrefour jeunesse-emploi Saguenay, la Jeune Chambre de commerce du Saguenay et la Ville de Saguenay.

La Table MigrActive de Ville de Saguenay est issue de la Stratégie MigrAction qui vise à favoriser la rétention, l'établissement et le maintien des jeunes au Saguenay–Lac-Saint-Jean. Au Saguenay, c'est l'agente de développement, soutenue par les agentes de migration Place aux jeunes/Desjardins, qui travaille de concert avec les partenaires du milieu afin de mettre en œuvre des actions concrètes en ce sens. Pour plus d'information, consultez le site Internet www.pajsag.com.



C'est avec plaisir que la Table MigrActive de Ville de Saguenay et ses partenaires ont accueilli 37 jeunes nouveaux résidents récemment établis à Saguenay lors d'un 5 à 7 convivial qui a eu lieu le 23 novembre 2011 au Centre plein air Bec-Scie à La Baie.

PRO de l'assurance



PROMUTUEL
DU LAC AU FJORD

Pour une soumission auto, habitation, des entreprises ou agricole, choisissez le PRO de l'assurance, une entreprise d'ici !

Siège
Hébertville
418 344-1565
1 800 463-9646

Bureaux principaux
Alma
418 662-6595
1 800 827-6595

Chicoutimi
418 543-3291
1 800 463-7902

Bureaux de service
Chibougamau
1 877 748-4141
Chicoutimi-Nord
418 696-0922

Dolbeau-Mistassini
418 276-8118 / 418 276-0507
Jonquière
418 542-0303
La Baie
418 544-2821
Métabetchouan–Lac-à-la-Croix
418 349-2771

Roberval
418 275-4524
Saint-Bruno
418 343-3414
Saint-Félicien
418 679-1324

2747640

promutuel.ca

UNE RÉGION AU CŒUR DU COMMERCE

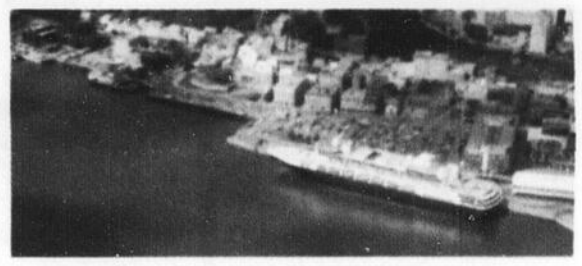
BLÜSKY AVIATION

Vivez une expérience unique en plein vol









BLÜSKY AVIATION est une firme publicitaire qui se spécialise dans la vente de forfait aérien touristique et récréatif. Grâce à son réseau de partenaires, elle offre des forfaits en avion et en hélicoptère.

Son objectif est d'offrir un service haut de gamme à un prix abordable pour une activité hors du commun et une expérience sans pareille. Depuis son ouverture en juillet 2011, elle est devenue l'entreprise numéro 1 en vente à Québec.

Elle est présentement en pleine expansion et offre une plus grande gamme de services à la grandeur du Québec.

Dates prévues :

- **Mai 2012 Montréal**
- **Mai 2012 Charlevoix**
- **Juin 2012 Saguenay**
- **Juin 2012 La Mauricie**

L'avantage de BLÜSKY AVIATION est le service et les différents extras offerts à nos clients.

Ses meilleurs vendeurs :

Vol en nature
60 minutes : survolez la vallée de la Jacques-Cartier
Voyez ce que la vie sauvage a de meilleur à vous offrir. Vous survolerez des régions inaccessibles par le sol. Un panorama extraordinaire rempli de montagnes, de lacs et d'animaux dans un lieu où l'homme n'a jamais mis les pieds.
En prime : Photo de groupe avec votre pilote

Tour de ville
40 minutes : survolez la ville de Québec
Du pont de Québec à la chute Montmorency, vous verrez la ville à son meilleur.
Pont de Québec et Pierre-Laporte
Fortifications de la Vielle Capitale
Chute Montmorency
Château Frontenac
Plaines d'Abraham
En prime : photo de groupe avec votre pilote

Pilote d'un jour
80 minutes : réalisez votre rêve de piloter un avion
Formation au sol de 20 minutes
Formation en vol de 60 minutes
Oubliez les simulateurs de vol et prenez les commandes à bord d'un avion réel. Vous serez assisté par la meilleure équipe d'instruction au pays.
En prime : photo avec votre instructeur de vol, certificat du vol «Pilote d'un jour», casquette de BLÜSKY AVIATION et vidéo de votre vol (en option).



Tour de ville
65$ par personne
pour un groupe de 3
Sur présentation de ce coupon

Tour de ville
Seulement 399$
Vol, Hôtel et repas inclus
Sur présentation de ce coupon

UNE RÉGION AU CŒUR DU COMMERCE

Le Réseau FADOQ

Le plus important regroupement de personnes de 50 ans et plus

Depuis sa fondation en 1970, on ne compte plus les batailles que le Réseau FADOQ a menées sur la place publique pour défendre les droits des aînés et venir en aide aux plus démunis. Le Réseau a également mis sur pied une foule de services, de programmes et d'activités sportives et de loisirs afin de faire du vieillissement une étape de vie sous le signe de la santé et de l'épanouissement. Tout cela sans compter qu'un panier débordant de rabais et privilèges s'est constitué au fil des ans, aidant les membres à joindre les deux bouts et à profiter au maximum des petits plaisirs de la vie.

La FADOQ regroupe 18 000 membres au Saguenay–Lac-St-Jean-Ungava et 265 000 membres au Québec

La clé du succès du Réseau FADOQ

Le travail soutenu de ses employés et le dévouement indéfectible de ses quelque 9000 bénévoles, mais surtout, une grande chaîne d'humains, des citoyens à part entière branchés sur la vie, qui partagent des intérêts et font front commun devant l'injustice. Des modèles de solidarité qui constituent l'âme et la force du Réseau FADOQ.

Le Réseau FADOQ, une seule vision... La qualité de vie!

Défense des droits

Exerçant plus que jamais son rôle de vigie, le Réseau FADOQ multiplie également les actions et les interventions pour dénoncer les injustices, éveiller les consciences, prendre la parole au nom des plus démunis et faire la promotion des droits des 50 et plus.

Le Réseau FADOQ ne recule devant rien pour s'attaquer à des dossiers tels que les revenus à la retraite, le système de santé, la maltraitance, les travailleurs d'expérience, l'appréciation de la qualité de vie en résidence privée et plus encore. D'ailleurs, il fait entendre la voix des aînés du Canada devant l'Organisation des Nations Unies (ONU) pour la mise en place d'une convention internationale sur les droits des aînés.

Ainsi, par la signature de pétitions, des participations à des manifestations, le dépôt de mémoires, des partenariats porteurs et plusieurs présences en consultations parlementaires, le Réseau FADOQ fait entendre la voix des aînés auprès des instances politiques et sociales du Québec et du Canada.

Aidez le Réseau FADOQ à vous aider! La force du nombre est une recette sans pareille pour décrocher les victoires qui améliorent VOTRE qualité de vie.

Loisirs et activités physiques

Depuis plus de 40 ans, le Réseau FADOQ a à coeur la santé physique et la qualité de vie des personnes de 50 ans et plus. C'est pourquoi il offre, année après année, une gamme variée d'activités de sports et de loisirs.

Que ce soit par une participation aux Jeux FADOQ et Salon 50+, au tournoi de curling, de hockey ou de tennis, aux randonnées en raquette et ski, à la Journée FADOQ à vélo, aux voyages à vélo et autres , à la journée Plaisirs d'hiver, aux nombreuses activités sociorécréatives offertes dans les clubs locaux le réseau FADOQ saura répondre à vos besoins en matière de loisirs et de sports!

Rabais et privilèges

Vous voulez profiter de quelque 1 000 rabais et privilèges ? Rien de plus facile! Le Réseau FADOQ dispose d'une force de négociation unique grâce à laquelle ses membres bénéficient d'une foule de rabais et privilèges disponibles aux quatre coins du Québec, et ce, sur simple présentation de leur carte FADOQ. Près de 150 de ceux-ci sont disponibles dans la région.

Que ce soit en matière de tourisme, par des rabais sur l'hébergement, les croisières et les voyages, de soins corporels et de santé, par des privilèges sur les services de massothérapie, de santé dentaire ou d'optométrie, des avantages concurrentiels au niveau des assurances ou en matière de loisirs et de divertissement, le Réseau FADOQ vous promet des économies à la hauteur de vos attentes.

N'attendez plus!

Joignez-vous au Réseau FADOQ... LA référence des 50 ans et plus en matière de défense des droits, de loisirs et d'économies!

RÉSEAU FADOQ

Une seule mission, la qualité de vie

Défense des droits Loisirs et activités Rabais et privilèges

Joignez-vous au Réseau FADOQ... LA référence des 50 ans et plus!

1 800 828-3344 | www.fadoq.ca



Oui, J'ADHÈRE À LA FADOQ

fadoq
région Saguenay - Lac-Saint-Jean - Ungava

AVIS: Si vous désirez que votre nom soit retiré de la liste de sollicitation remise exclusivement à un de nos partenaires, veuillez nous en aviser par écrit à l'adresse suivante:

FADOQ / Retrait
4545, avenue Pierre-De-Coubertin
C.P. 1000, succ. M
Montréal (Québec)
H1V 3R2

www.fadoqsaglac.com
418 668-4795

Formulaire d'adhésion. La cotisation annuelle est de 30 $ pour 1 an ou de 50 $ pour 2 ans.

Remplir en lettres moulées S.V.P.

Nom : _____ Prénom : _____

Adresse : _____ App. : _____ Ville : _____

Prov. : _____ Code postal : _____ Tél. : (____) _____

Courriel : _____ Sexe : ☐F ☐M Date de naissance : ____ (jour) / ____ (mois) / ____ (année)

Mode de paiement

☐ VISA ☐ MasterCard — — — —/— — — —/— — — —/— — — — Date d'exp. : ____ (mois) / ____ (année)

☐ Chèque ☐ Mandat

Signature (obligatoire) : _____ Date : ____ (jour) / ____ (mois) / ____ (année)

Nouvelle adhésion seulement. Pour renouvellement de la carte, composez le 1 800 828-3344.
Faites parvenir cette demande accompagnée de votre paiement à l'attention de :
FADOQ, région Saguenay–Lac-St-Jean-Ungava, 414, rue Collard Ouest, Alma QC G8B 1N2

1111002

2753167

Bienvenue chez VOUS



FROH

Saguenay–Lac-Saint-Jean, Chibougamau-Chapais, Côte Nord

La Fédération régionale des OSBL d'habitation (La FROH)

WWW.HABITATIONCOMMUNAUTAIRE.ORG

Un réseau d'habitation sans but lucratif avec services, un réseau de résidences certifiées qui offrent un milieu de vie à coût abordable et de qualité.

Obtenez toute l'information désirée sur les quelque 32 résidences pour aînés de la région du Saguenay— Lac-St-Jean, Chibougamau-Chapais et Côte-Nord en communiquant avec nous au 418 402-0504 ou le sans frais au 1 877 402-0504.

- La Maison d'un Nouvel Élan, Jonquière
- L'Auberge du Bon Temps, Ste-Monique
- L'Oasis des Bâtisseurs, St-Nazaire
- La Maison Rose, Roberval
- Le Pavillon L. Mayrand, Sacré-Coeur
- La Résidence de Labrecque, Labrecque
- La Villa Forestville, Forestville
- Le Jardin des Aînés, Chibougamau
- La Villa du Presbytère, Lac-à-la-Croix
- Hébergement-Plus-CLSC, Jonquière
- La Maison du Royaume, Jonquière
- La Maison du Bel Âge, Dolbeau-Mistassini
- La Corporation des Aînés de la Minganie, Havre St-Pierre
- La Résidence le Villageois, L'Ascension
- La Villa St-Ambroise, St-Ambroise
- La Maison Carré Nérée, Normandin
- La Résidence de Larouche
- La Résidence des Blés d'Or, St-Thomas-Didyme
- La Résidence de la Retraite en Or, Girardville
- La Résidence Ste-Monique, St-Félicien
- Le Complexe Communautaire Grandmont, St-Gédéon
- La Résidence du Moulin, Chicoutimi
- Les Aînés de l'Anse, Anse-St-Jean
- La Résidence Dorée, La Doré
- La Résidence Laterroise, Laterrière
- Le Domaine des Beaux Jours, St-Edmond-les-Plaines
- La Résidence St-Jean-Baptiste, Chicoutimi-Nord
- La Résidence des Aînés, Shipshaw
- Le Havre Curé-Hébert, Hébertville
- Le Complexe des Rapides, Matagami
- Le Domaine des Années d'Or, St-Augustin
- Le Pavillon Le Pionnier, Hébertville

INFORMATIONS GÉNÉRALES

1 877 402-0504

2740210

leucan
Saguenay-Lac-St-Jean

Leucan, une histoire de familles

Pour que tous les enfants deviennent GRANDS

SAVIEZ-VOUS QUE ?

*«Grâce à vos dons, Leucan Saguenay-Lac-Saint-Jean **peut veiller sur les enfants atteints de cancer et leur famille à** toutes les étapes **de leur cheminement par des** services distinctifs adaptés **tels :***

- Aide financière
- Accueil, soutien affectif et accompagnement
- Massothérapie
- Animation et accompagnement en salle de jeux
- Activités socio-récréatives
- Fin de vie et suivi de deuil
- Centre d'information Leucan
- Recherche clinique

«Depuis 2007, Leucan Saguenay-Lac-Saint-Jean est un soutien indispensable pour les familles de la région ayant un enfant atteint de cancer »

- **87 familles** membres de Leucan provenant du **Lac-Saint-Jean**
- **98 familles** provenant du **Saguenay**
- Accueil de **45 nouvelles familles** pour un total de **185 en 2011**
- Plus de **1250 massages** à domicile pour les enfants de la région atteints de cancer et leur famille
- Plus de **1000 participants** aux activités socio-récréatives
- Plus de **1300 participants** aux diverses campagnes de financement

MIYA, ENFANT DE LEUCAN





COMMENT POUVEZ-VOUS CONTRIBUER DIRECTEMENT AU BIEN-ÊTRE DES FAMILLES DE LA RÉGION?

EN DEVENANT :

- Partenaire, collaborateur ou donateur pour Leucan Saguenay-Lac-Saint-Jean
- Participant pour l'une de nos campagnes de financement:
  Ma copine est malade, Défi têtes rasées, Défi ski 12h Leucan
- Bénévole lors des campagnes de financement ou des activités socio-récréatives

POURQUOI DEVRIEZ-VOUS PARTICIPER À NOS CAMPAGNES DE FINANCEMENT?

- Pour appuyer les enfants DE LA RÉGION atteints de cancer qui relèvent un défi à tous les jours;
- Pour véhiculer vos valeurs sociales grâce au lien avec Leucan
- Pour être «SOLIDAIRE» avec les familles de la région prises avec ce dur et long combat

WWW.LEUCAN.QC.CA

2747384

UNE RÉGION AU CŒUR DU COMMERCE

Offrir de bonnes valeurs en cadeau à nos enfants

«Que veux-tu recevoir pour Noël?»

(EN) — Qu'elle soit posée par grand-maman ou par le gros monsieur barbu habillé de rouge, cette question peut sembler facile. Mais à mesure que le choix s'élargit et que la frénésie du magasinage augmente, la réponse se complique... et son coût grimpe!

Sans compter que la plupart d'entre nous ressentons une certaine gêne en prenant conscience de la culture matérialiste dans laquelle grandissent nos enfants.

Voici quelques suggestions pour éviter d'être emporté par la vague de surconsommation :

Pratiquez la modération

Examinez comment vous utiliserez votre temps et votre argent pendant la période des Fêtes. Si votre liste met l'accent sur des cadeaux de luxe, des vêtements de soirée et des spectacles, peut-être y aurait-il lieu de réduire ou de supprimer certaines choses?

Faites cadeau de vous-même

Consacrez du temps aux activités familiales pendant la période des Fêtes cette année : patiner en plein air, cuisiner et décorer des biscuits de Noël, faire une balade en voiture pour voir les maisons décorées, ou prendre congé pour visionner des films en famille. Vous amorcerez ainsi une tradition dont vos enfants se souviendront longtemps après que leurs jouets auront disparu.

Aidez quelqu'un dans le besoin

L'aide aux démunis constitue une importante prise de conscience pour toute la famille. Pendant la période des Fêtes, nombre d'organismes effectuent des levées de fonds ou des collectes de denrées. Avec vos enfants, choisissez une cause qui vous tient à cœur et effectuez un don pour celle-ci. Vos enfants apprendront ainsi à poser un geste de compassion et ils apprécieront davantage ce qu'ils possèdent.

Perpétuez la coutume

Les bonnes idées peuvent devenir des habitudes. Donc, pourquoi les garder seulement pour le temps des Fêtes? Limiter ses dépenses, participer à des activités familiales et penser aux personnes défavorisées constituent des choix de vie. Voilà un cadeau durable à faire à vos enfants.



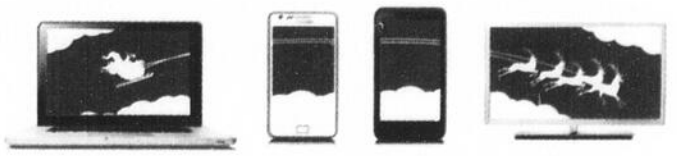


Apprenez à vos enfants à poser des gestes de compassion en effectuant un don à une œuvre de bienfaisance à l'occasion des Fêtes.

De merveilleux cadeaux plein le traîneau

- La plus vaste sélection de supertéléphones
- Un service télé spectaculaire, avec une qualité d'image HD exceptionnelle et des films Sur demande en HD 1080p

Avec Bell, vous trouverez à coup sûr des cadeaux qui feront la joie de tous.



la vie est Bell

Offert au magasin Bell suivant

Jonquière
Les Galeries Jonquière
418 695-0238

À jour en date du 1er novembre 2011. Offert aux clients résidentiels, là où la technologie, l'accès et la visibilité directe le permettent.

2754739



Félicitations à Johanne Simard

Mallette peut maintenant compter sur une nouvelle diplômée MBA. Madame Johanne Simard a récemment obtenu ce grade de maître en administration des affaires pour cadres de l'Université du Québec à Chicoutimi. Elle possède également une maîtrise en gestion des organisations (M. Sc.).

Ses compétences en développement organisationnel lui permettent d'accompagner judicieusement les organisations dans la réalisation de divers mandats tels que diagnostic organisationnel, planification de la relève, coaching de gestion, recrutement, outils de gestion des ressources humaines, consolidation d'équipe et équité salariale.

Mallette est fière de sa performance

MALLETTE

Nos gens sont la différence au Saguenay–Lac-Saint-Jean

Alma 418 668-2324 Chicoutimi 418 693-8888 Dolbeau-Mistassini 418 276-1152 La Tuque 819 523-7629
Métabetchouan-Lac-à-la-Croix 418 349-2814 Normandin 418 274-3152 Roberval 418 275-5313 Saint-Félicien 418 679-0683

www.mallette.ca

2752377

UNE RÉGION AU CŒUR DU COMMERCE

L'éducation! Peut-on offrir un plus beau cadeau?

Selon le Conseil québécois du commerce de détail, la dépense moyenne des ménages québécois pour la période de Noël cette année devrait s'établir à 673 $. Vous aussi avez sûrement prévu offrir des présents à vos enfants, neveux, nièces, ou autres enfants dont vous êtes proche. Saviez-vous que d'ici 17 ans, permettre à l'un de ces enfants d'accéder à des études postsecondaires pourrait coûter près de 160 000 $?[1] Pourquoi ne pas leur offrir un cadeau différent, un cadeau qui durera toute une vie, qui contribuera à leur ouvrir des horizons et à leur assurer un avenir meilleur? Cette année, pourquoi ne pas offrir l'éducation en cadeau, en ouvrant un régime enregistré d'épargne-études (REEE) ou en cotisant à un REEE existant. Le REEE : l'outil par excellence pour épargner en vue des études postsecondaires!

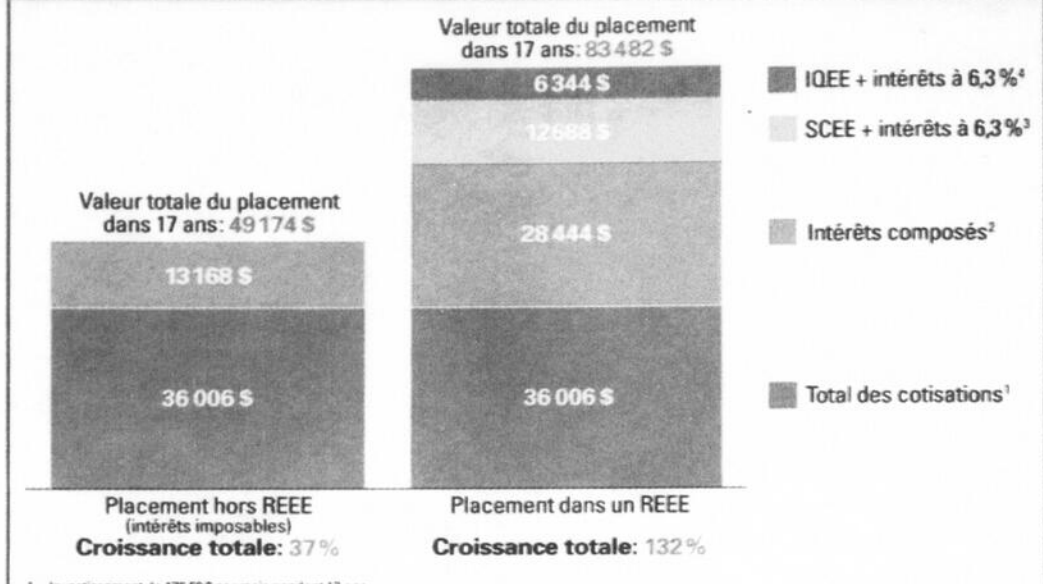
Un abri fiscal dans lequel les gouvernements investissent avec vous!

Ce qui distingue le REEE de tout autre régime d'épargne, ce sont les généreux incitatifs des gouvernements du Canada et du Québec qui bonifient vos cotisations de 30 % à 60 %[2]. Ces contributions gouvernementales, combinées au fait que votre épargne fructifie à l'abri de l'impôt, font du REEE un véhicule de placement qui vous offre un potentiel de croissance incomparable!

Le tableau suivant illustre cet avantage. Notez que la valeur du placement serait encore plus élevée si vous êtes admissible au Bon d'étude canadien (BEC)[3].

Pour maximiser le montant investi, commencez à épargner le plus tôt possible, idéalement dès la naissance de l'enfant.

Avantages financiers du REEE



1. Investissement de 176,50 $ par mois pendant 17 ans.
2. Le revenu de placement du régime *REEEFLEX* est versé sous forme de bourses en considérant un rendement net estimé de 5,9 %. N.B. Les rendements du régime *REEEFLEX* présentés ne sont pas une garantie pour le futur.
3. Subvention canadienne pour l'épargne-études (SCEE) de 20 %, accumulée à un taux de rendement net estimé de 6,3 % par année.
4. Incitatif québécois à l'épargne-études (IQEE) de 10 %, accumulé à un taux de rendement net estimé de 6,3 % par année.

À propos des Fonds Universitas

Fondés en 1964, les Fonds Universitas sont chef de file en matière de régimes enregistrés d'épargne-études au Québec et au Nouveau-Brunswick. Leur structure d'organisme à but non lucratif leur permet de concentrer tous leurs efforts pour offrir les bourses d'études les plus élevées possible. Les Fonds Universitas représentent plus de 750 M $ d'actifs sous gestion et ont remis près de 400 M $ en bourses d'études à des centaines de milliers d'étudiants. Pour obtenir plus de renseignements, veuillez consulter le site Internet à universitas.ca.

Source : Les Fonds Universitas.

1. Coût pour compléter deux années de cégep et quatre années d'université au Québec, logement inclus. Source : cibletudes.ca.
2. Subvention canadienne pour l'épargne-études (SCEE) de 20 % à 40 %. Incitatif québécois à l'épargne-études (IQEE) de 10 % à 20 %. Selon le revenu familial net. Certaines conditions s'appliquent. Consultez le prospectus sur notre site Internet à universitas.ca ou communiquez avec l'un de nos représentants autorisés.
3. Pour un enfant né après le 31 décembre 2003 et dont la famille reçoit le Supplément de prestation nationale pour enfant.

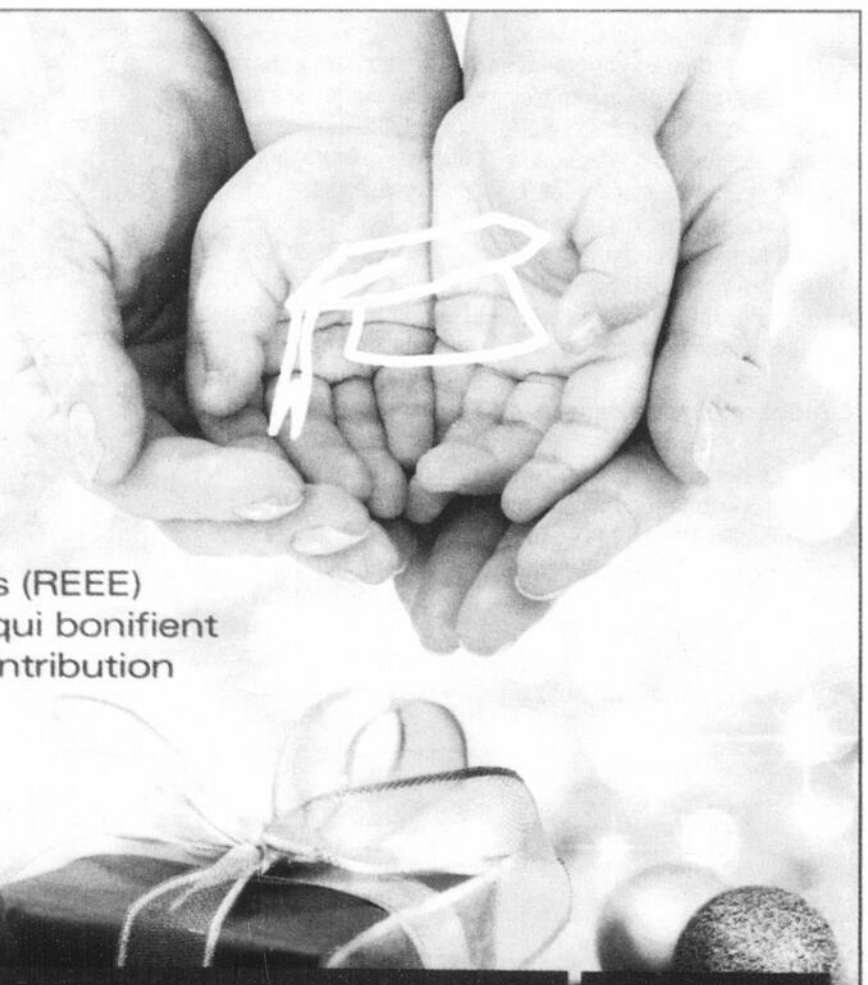
LES FONDS UNIVERSITAS
Pour l'avenir de vos enfants

DEPUIS 1964

Cette année, pour Noël, offrez le plus beau des cadeaux, offrez l'éducation!

Ouvrez un régime enregistré d'épargne-études (REEE) et bénéficiez des incitatifs gouvernementaux qui bonifient de **30 % à 60 %**[1] votre investissement, une contribution pouvant atteindre **10 800 $ par enfant**.

UNIVERSITAS.CA





Martin Mercier
Directeur d'agence
Représentant en plans de bourses d'études
Courriel : **martin.mercier@universitas.ca**
Tél : 418.877.0751 Cell. : 418.571.0624

REEE
Régime enregistré d'épargne-études

(1) Subvention canadienne pour l'épargne-études (SCEE) de 20 % à 40 %. Incitatif québécois à l'épargne-études (IQEE) de 10 % à 20 %. Maximum annuel jusqu'à 600 $ en SCEE et 300 $ en IQEE, selon le revenu familial net. Certaines conditions s'appliquent. Consultez le prospectus sur notre site Internet à universitas.ca ou communiquez avec l'un de nos représentants autorisés.

2753109

UNE RÉGION AU CŒUR DU COMMERCE

Pénurie de main-d'œuvre en TI

La pression vient maintenant des employeurs

Depuis plus de trois ans, nous assistons à une transformation du marché de l'emploi. Maintenant les employeurs dictent leurs besoins et passent leurs commandes en nombre de finissants requis et ce chiffre est vraiment très important. Selon le guide «les carrières d'avenir 2011», il s'agit de 7500 postes qui devront être comblés par année d'ici 2014.

La situation vécue par les entreprises est telle que les demandes s'accompagnent d'un sentiment d'urgence qui fait en sorte que les finissants sont souvent embauchés avant la fin de leur formation. Dans ce contexte, la formation d'un an du Collège MultiHexa devient extrêmement attrayante, tant pour les étudiants que pour les employeurs.

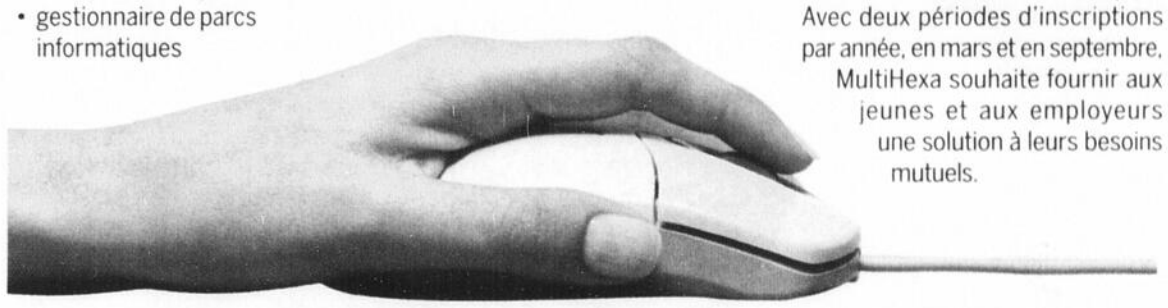
Former des programmeurs analystes et des gestionnaires de réseaux en un an dans un climat favorisant le développement personnel et professionnel, c'est ce que fait l'équipe du Collège MultiHexa depuis plus de 16 ans.

Au delà de 1200 personnes y ont obtenu leur diplôme. Leur choix s'est arrêté sur MultiHexa en raison de la durée de la formation, c'est certain, mais aussi dû au fait que la qualité de vie au collège privé est une priorité. Le respect des étudiants est à l'avant-plan. Ils sont traités en clients avec tout ce que cela comporte. Un climat favorable à l'apprentissage et des enseignants de haut calibre, voilà la recette du succès du Collège MultiHexa.

L'avenir des diplômés en informatique chez MultiHexa est plus que prometteur comme en témoignent les carrières dignes de mention d'une foule de diplômés qui occupent des postes clés au sein de grandes organisations. Les spécialistes en TI ont d'excellentes possibilités d'avenir. On retrouve l'informatique dans toutes les sphères d'activités de notre société et, comme le soutenait Patricia Bouchard, directrice des contenus chez Jobboom.com, lors d'une entrevue accordée à Direction Informatique, les nouveaux diplômés auront autant leur place sur le marché du travail que les travailleurs d'expérience.

Voici donc quelques carrières qui sont offertes aux diplômés :

- gestionnaire de parcs informatiques
- concepteur et adaptateur de programmes et de logiciels
- responsable de l'entretien, de l'administration et de l'installation de réseaux
- responsable de réseaux Internet, Intranet et Extranet
- formation et support informatique
- service conseil relié à la vente et à la représentation en informatique
- support commerce électronique
- support au développement dans un nombre indéfinissable de secteurs dans l'industrie en général



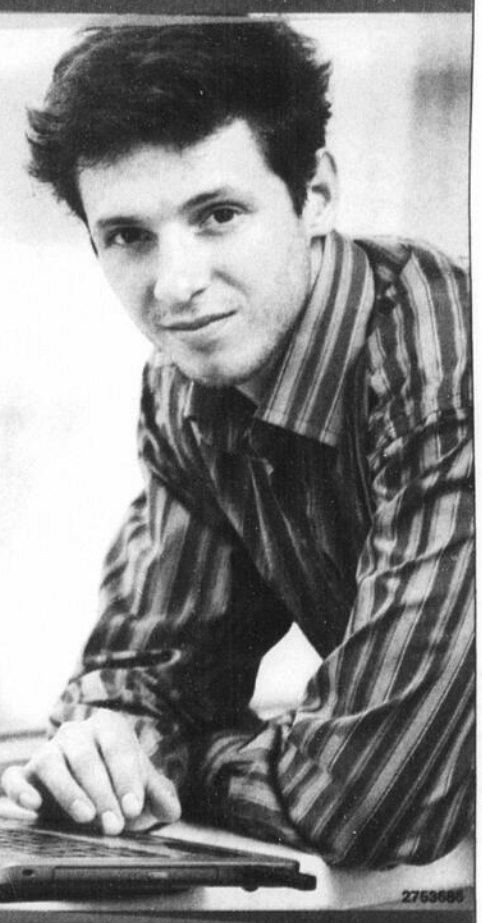
Dans une société où les jeunes vivent devant leur écran peu importe sa nature, le défi est de leur donner le goût de passer derrière ces écrans. Il faut tous ensemble leur donner le goût de créer et de façonner l'avenir de ce secteur d'activité. Que nos jeunes aiment le travail seul ou le travail d'équipe ou encore la supervision, les opportunités font en sorte qu'ils auront le choix.

Dans une société où tout va vite, où on veut tout dès maintenant, l'accès à une carrière extraordinaire en un an seulement devient très attrayant. Avec deux périodes d'inscriptions par année, en mars et en septembre, MultiHexa souhaite fournir aux jeunes et aux employeurs une solution à leurs besoins mutuels.

RECHERCHE DE CANDIDATS

MULTIHEXA

Besoin URGENT de 75 personnes



CGI

Une culture unique, des avantages distinctifs, un apprentissage continu.

Nous prévoyons embaucher de 50 à 60 nouvelles personnes en TI au Saguenay en 2012.

Karine Villeneuve,
Coordonnatrice ressources humaines et recrutement
CGI Saguenay Tél : 418-696-6789 poste 3308
Sans frais : 1-877-696-6789
Téléc. : 418-696-0403 karine.villeneuve@cgi.com

Réseau RETIC Rétic

Le Réseau des entreprises en technologies de l'information du Saguenay–Lac-Saint-Jean prévoit avoir besoin d'au moins 20 à 30 nouveaux employés en 2012.

Jacques Gagnon, *président du RETIC*

Frais de scolarité remboursés à 100%*
Formation d'un an seulement

*Certaines conditions s'appliquent.

Programmeur analyste

Gestionnaire de réseaux

Hugo Delisle 418-690-0270, poste 27

www.college.multihexa.ca

UNE RÉGION AU CŒUR DU COMMERCE

Le Centre de santé et de services sociaux de Lac-Saint-Jean-Est

Des gens avec l'accent... sur la vie!

Le Centre de santé et de services sociaux de Lac-Saint-Jean-Est est responsable des besoins de soins de santé et de services sociaux des 51 300 personnes habitant les villes et municipalités de la MRC de Lac-Saint-Jean-Est. L'établissement possède des infrastructures de pointe : 121 lits d'hospitalisation de courte durée, 259 lits de soins de longue durée, un bloc opératoire comprenant 4 salles d'opération, un centre de naissances, une urgence reconnue «centre de traumatologie secondaire», une unité de médecine familiale, un service d'imagerie médicale équipé, entre autres, d'un système d'imagerie par résonance magnétique, et un laboratoire de biologie médicale à la fine pointe de la technologie.

Au mois de décembre 2009, le ministre de la Santé et des Services sociaux annonçait un investissement de plus de 30 millions de dollars pour notre CSSS. Ce montant servira à la construction d'une urgence moderne, équipée des meilleures technologies et correspondant aux normes de qualité actuelles. De plus, de nouveaux espaces, spacieux et aménagés avec soin, seront créés afin d'accueillir les usagers dans les cliniques externes de nos différents spécialistes.



Une gamme de services variés...

Le CSSS de Lac-Saint-Jean-Est compte à son emploi près de 1400 employés. On y retrouve une équipe médicale composée de 78 médecins et pharmaciens, dont 30 spécialistes, plus de 350 infirmières et près de 250 professionnels de la santé et des services sociaux intervenant dans 20 disciplines distinctes afin d'offrir à la population l'accès à des soins et services variés et de qualité. Nos médecins spécialistes œuvrent dans les domaines suivants : chirurgie générale, dermatologie, gynécologie, ophtalmologie, urologie, pédiatrie, psychiatrie, pneumologie, cardiologie et anesthésie. Deux groupes de médecine de famille et une unité de médecine familiale (GMF et UMF) sont établis sur le territoire.



...offerts par des professionnels compétents!

Soucieux du développement des compétences de ses différents intervenants, notre CSSS fait la promotion de la formation continue de tous ses employés. De concert avec plusieurs maisons d'enseignement, tant de niveaux universitaire que collégial et secondaire, notre établissement collabore étroitement à la formation clinique de médecins résidents ou en spécialité, à celle des soins infirmiers et autres disciplines.

Joignez-vous à un employeur de choix!

Travailler au CSSS de Lac-Saint-Jean-Est, c'est aussi faire partie d'une équipe mobilisée et dynamique, engagée dans une perspective de développement durable des soins et services de santé en collaboration avec tous les partenaires de son territoire. Notre établissement est toujours à la recherche de solutions novatrices pour améliorer de façon continue son offre de service. Pour nous, être un employeur de choix, c'est miser sur une approche humaine et personnalisée au sein de laquelle intervenants et usagers participent aux décisions qui les concernent en y mettant leur propre accent... et c'est avec empressement que nous souhaitons connaître le vôtre!

UNE RÉGION AU CŒUR DU COMMERCE

Les techniques physiques au cégep de Jonquière... c'est gagnant

Le Cégep de Jonquière, c'est une expertise reconnue et recherchée sur les plans régional, national et international, un corps professoral compétent et engagé et des diplômés attendus et recherchés par les employeurs. C'est aussi un cégep qui se démarque grâce à son pôle technique unique au Québec, d'où la présence de programmes novateurs et adaptés aux besoins du marché du travail. Le Cégep de Jonquière, c'est aussi MASTERA – FORMATION CONTINUE qui a su développer lui aussi une vaste expertise en matière de formation, de consultation et d'accompagnement, notamment dans le domaine des techniques physiques, et ce, tant pour la formation créditée (AEC) que pour la formation sur mesure. Grâce aux ressources humaines et matérielles de l'enseignement régulier – équipements et laboratoires du Pavillon Lionel-Gaudreault – et de celles attachées à la formation continue, il est possible de répondre aux besoins spécifiques de formation des entreprises ou de ceux des individus à la recherche d'un programme d'études porteur d'emploi.

Pénurie de main-d'œuvre associée aux techniques physiques

Le développement de programmes d'études techniques tels que Conception mécanique et Technologies des énergies renouvelables et rendement énergétique (TERRE) visent à répondre aux besoins des entreprises qui sont à la recherche d'une main-d'œuvre qualifiée. Par exemple, le métier de dessinateur-concepteur est une des professions parmi les plus demandées actuellement dans l'ensemble du Québec et les besoins sont bel et bien présents dans la région du Saguenay–Lac-Saint-Jean. Le taux de placement de la dernière cohorte est d'ailleurs de 100 %. Quant aux technologies vertes, il s'agit d'un des trois créneaux d'avenir, selon l'OCDE. Plusieurs projets en émergence, tant au Québec que dans le monde, nécessitent une main-d'œuvre qualifiée. Dans le cadre du programme TERRE, des sites-écoles tels que Restaurant Marchand de Saint-Bruno et Le Groupe de recherche écologique de La Baie (GREB) représentent des exemples probants de réussite. Il est clair que le programme TERRE peut répondre aux besoins de toute entreprise ou organisation visant la rentabilité énergétique et préoccupée par les défis environnementaux.

Êtes-vous attiré par :

Une formation de courte durée dans un secteur en pénurie de main-d'œuvre?

Le programme d'études Conception mécanique est constitué de compétences propres au domaine des techniques de génie mécanique permettant d'acquérir une spécialisation en conception adaptée aux besoins des manufacturiers et des industriels. La formation est principalement axée sur le développement de compétences en conceptualisation, l'utilisation de nouvelles technologies et la réalisation de dessins en deux ou trois dimensions permettant de produire toute la conception finale par modélisation. Pour ce faire, l'utilisation d'outils informatiques est requise, notamment les logiciels de dessins et de conception utilisés dans l'industrie tels que AutoCAD, SolidWorks et Catia V5.

Un programme avant-gardiste et multidisciplinaire faisant appel à la responsabilité sociale des individus et des entreprises?

Le caractère multidisciplinaire du programme TERRE permet de traiter des technologies vertes telles que :

- l'efficacité et le rendement énergétiques;
- l'énergie de l'eau (hydroélectricité, hydrolienne, marémotrice, etc.);
- l'énergie du vent (éolienne);
- l'énergie du soleil (thermique, photovoltaïque, passive);
- l'énergie du sol (géothermique);
- la bioénergie (biomasse, biogaz, biocarburant).

Ce programme permet de prendre part au développement de projets d'énergies propres afin de relever de nouveaux défis dans une optique de développement durable. Pour les entrepreneurs, engager une démarche de développement durable signifie la recherche d'une performance non seulement financière, mais aussi sociale et environnementale. Cette démarche est avantageuse pour tous les types d'entreprises, peu importe leur taille, car elle augmente leurs performances commerciales, réduit les risques juridiques et renforce la compétitivité. De plus, le développement d'une vitrine technologique et pédago-gique en synergie avec une dizaine de partenaires est en cours afin de proposer des solutions à divers enjeux actuels en matière d'énergie telles que la construction d'une éolienne sur la rue Panet située dans le secteur de Jonquière.

Contactez-nous rapidement au (418) 547-3671 ou visitez notre site au www.mastera.qc.ca

MASTERA
FORMATION CONTINUE
SERVICES AUX ENTREPRISES

Offrez-vous une formation collégiale



Technologies des énergies renouvelables et rendement énergétique (TERRE) (ELJ.33)

Pour une carrière d'avenir!

- Énergie hydroélectrique
- Énergie éolienne
- Énergie solaire
- Énergie géothermique
- Bioénergie

Départ garanti

Unique au Québec

Début : 16 janvier 2012

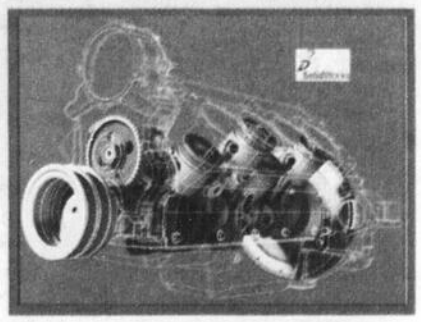
Conception mécanique (ELC.1Z)

Travailler en conception assistée par ordinateur en moins de 6 mois.

Début : 20 février 2012
Durée : 660 heures

Excellent taux de placement

1 mois de stage



418 547-3672
www.mastera.qc.ca

CÉGEP DE JONQUIÈRE

2752981

UNE RÉGION AU CŒUR DU COMMERCE

Lutte contre la maltraitance

La Ligue des droits et libertés de la personne : un acteur important

Trop souvent, des personnes âgées en situation de handicap sont victimes d'actes révoltants, contraires au respect de la dignité et souvent au droit: indélicatesses, négligences, traitements dégradants, abus de confiance, pressions financières, violences verbales, voire actes de maltraitance physique. C'est particulièrement vrai pour les personnes âgées qui vivent avec une déficience auditive ou d'autres handicaps, comme la cécité, la paralysie cérébrale ou des déficiences intellectuelles. Il est malheureusement plus facile de faire subir des mauvais traitements à ce groupe de personnes âgées, car elles sont vulnérables et ne signaleront probablement pas les mauvais traitements.

Il est indéniable que les personnes âgées en situation de handicap ont moins que les autres les moyens de se protéger – comment une personne âgée qui est aveugle peut-elle reconnaître son agresseur, comment une femme âgée en fauteuil roulant peut-elle se défendre? Selon la plus récente enquête sur la participation et les limitations d'activités, près du tiers des personnes de 65 ans et plus vivent avec une incapacité. Les études le démontrent, lorsqu'une personne a une incapacité, qu'elle soit aînée ou non, elle est plus susceptible d'être victime de maltraitance ou d'autres situations d'abus. Trop souvent, les victimes de maltraitance, pour toutes sortes de raisons, hésitent à dénoncer ou à parler des abus dont elles sont la cible, ou ne sont tout simplement pas en mesure de le faire.

Les abus à l'égard des personnes âgées peuvent être infligés par des amis, le personnel d'un établissement ou toute autre personne occupant une position de confiance ou d'autorité. Cependant, la plupart des mauvais traitements sont infligés par un membre de la famille de la victime. Le désarroi des parents et amis en cas d'abus d'une personne âgée provenant de leur entourage fait qu'ils ont besoin d'un support afin de dénoncer une telle situation. De plus, les personnes âgées en situation de handicap qui sont victimes d'exploitation ont beaucoup de mal à être reconnues comme telles, si leur plainte n'est pas défendue par un tiers extérieur.

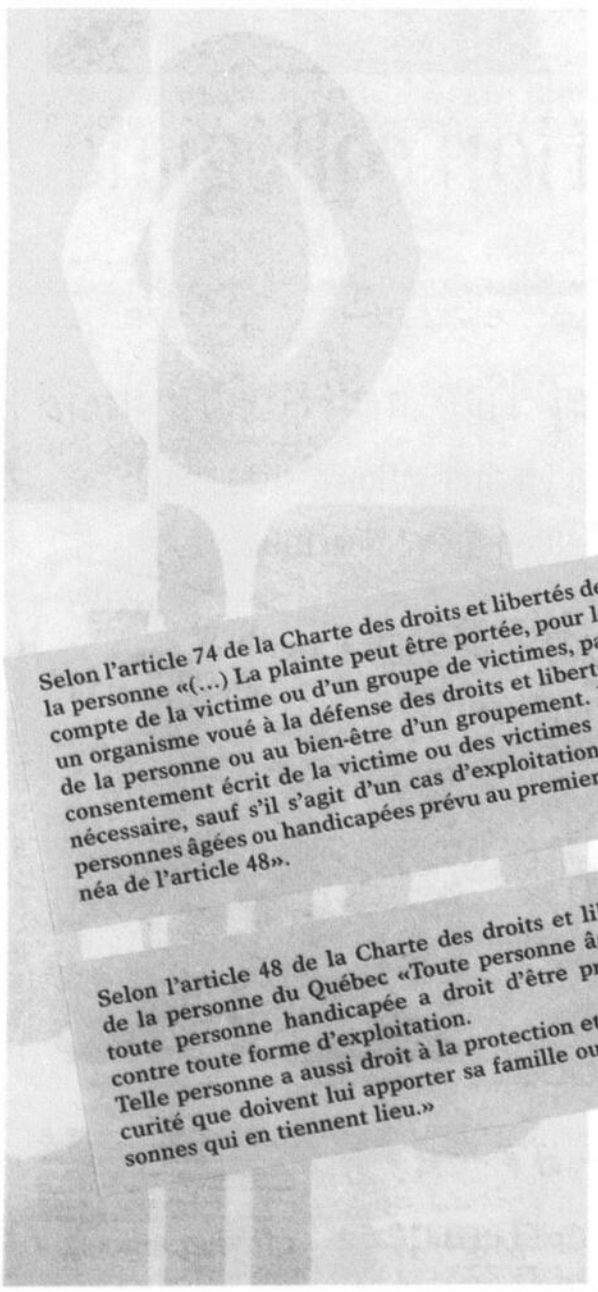
Nouveau service confidentiel et anonyme

La Ligue des droits et libertés de la personne du Saguenay–Lac-Saint-Jean offre un nouveau service concret pour lutter contre la maltraitance chez les personnes âgées en situation de handicap. Une subvention dans le cadre du programme «Soutien aux initiatives visant le respect des aînés» du ministère de la Famille et des Aînés lui permettra de valider son hypothèse de départ, à savoir qu'un organisme en défense des droits de la personne peut être un acteur important dans la lutte contre la maltraitance des personnes âgées en situation de handicap.



Chantale Dufour, intervenante sociale, et Normand Bernier, directeur-général, Ligue des droits et libertés de la personne du Saguenay–Lac-Saint-Jean.

Dans le cadre de ce nouveau service, la Ligue des droits et libertés de la personne du Saguenay–Lac-Saint-Jean interviendra directement auprès de la Commission des droits de la personne et des droits de la jeunesse. Le but étant de dénoncer toutes les formes d'exploitation affectant des personnes âgées en situation de handicap, ce nouveau service est basé sur l'article 74 de la Charte des droits et libertés de la personne du Québec. La Ligue des droits et libertés de la personne du Saguenay–Lac-Saint-Jean peut vous aider! Vous pouvez rejoindre une intervenante sociale de la Ligue des droits et libertés de la personne du Saguenay–Lac-Saint-Jean par téléphone au (418) 542-2777.



Selon l'article 74 de la Charte des droits et libertés de la personne «(...) La plainte peut être portée, pour le compte de la victime ou d'un groupe de victimes, par un organisme voué à la défense des droits et libertés de la personne ou au bien-être d'un groupement. Le consentement écrit de la victime ou des victimes est nécessaire, sauf s'il s'agit d'un cas d'exploitation de personnes âgées ou handicapées prévu au premier alinéa de l'article 48».

Selon l'article 48 de la Charte des droits et libertés de la personne du Québec «Toute personne âgée ou toute personne handicapée a droit d'être protégée contre toute forme d'exploitation.
Telle personne a aussi droit à la protection et à la sécurité que doivent lui apporter sa famille ou les personnes qui en tiennent lieu.»

Un nouveau service confidentiel et anonyme afin de préserver vos droits!

Vous êtes ou vous constatez qu'une personne âgée en situation de handicap vit de l'exploitation?

Vous pouvez porter plainte directement à la Commission des droits de la personne et des droits de la jeunesse.

Mais si vous êtes dans une situation délicate ou vous craignez des représailles, la Ligue des droits et libertés de la personne du Saguenay-Lac-Saint-Jean peut porter plainte auprès de la Commission pour vous, en raison de l'article 74 de la Charte des droits et libertés de la personne.

La Ligue des droits et libertés de la personne du Saguenay–Lac-Saint-Jean peut vous aider!

Contactez-nous en toute confidentialité.
Téléphone: 418 542-2777

LIGUE DES DROITS ET LIBERTÉS SAGUENAY–LAC-SAINT-JEAN

Partenaire majeur:

Famille et Aînés Québec

2748330

Les réalités des femmes autochtones et leur droit à l'égalité

Les résultats d'un questionnaire ont révélé que les conditions des femmes autochtones sont méconnues du public en général. Dans le cadre de l'Entente spécifique en matière de condition féminine 2010-2011, Récif 02, en collaboration avec le Comité de femmes de Mashteuiatsh et le Centre d'amitié autochtone du Saguenay, a organisé des séances de sensibilisation sur les réalités des femmes autochtones. En tout, cinq séances ont eu lieu sur le territoire du Saguenay–Lac-Saint-Jean et près de 100 personnes ont participé à ces soupers-conférences.

Afin d'évaluer le niveau de connaissance des participants et des participantes sur les réalités des femmes autochtones, un questionnaire a été remis à l'entrée. La moyenne finale des 5 groupes a été de seulement 50,8 %.

En effet, comme en témoignent les résultats du test effectué auprès de ces groupes, les conditions de vie des femmes autochtones sont peu connues des allochtones, et ce, malgré le fait qu'une communauté autochtone longe les rives du Pekuakami.

Durant cette formation, madame Julie Rousseau, conférencière autochtone, a abordé quelques exemples de discrimination touchant particulièrement les femmes autochtones :

Le transfert de statut en vertu de la *Loi sur les Indiens* et la paternité non déclarée

Par exemple, la *Loi sur les Indiens*, qui régit les Autochtones, détermine qui est Indien et qui ne l'est pas. Depuis 1985, le père doit officiellement être reconnu selon les critères de la Loi pour que l'enfant possède le statut d'Indien. Lorsque la paternité n'est pas déclarée, le père est présumé non autochtone.



Un des cinq groupes durant la tournée de sensibilisation en région.

Cette réalité affecte particulièrement les femmes autochtones possédant un statut d'Indien en vertu de l'article 6(2), car elles ne peuvent alors transmettre leur statut à leurs enfants même si le père est inscrit aux termes de la *Loi sur les Indiens*.

Ces dispositions concernant l'acquisition et la transmission du statut d'Indien placent les femmes autochtones dans une situation de double discrimination du fait d'être **femme** et **autochtone**.

Le régime de protection des droits matrimoniaux dans les communautés

Un fait illustre cette discrimination. Un vide juridique persiste dans la *Loi sur les Indiens*. Le gouvernement fédéral possède la compétence exclusive de légiférer sur les maisons et les terrains situés dans les communautés autochtones. En l'absence de régimes matrimoniaux, le conjoint titulaire du certificat de possession peut transférer ses droits sans le consentement de l'autre conjoint non titulaire. Dans les faits, comme la majorité des titulaires sont des hommes, en cas de rupture, les femmes ne disposent donc d'aucune protection relative à la résidence familiale. Si une femme n'est pas titulaire du certificat de possession de son logis, elle devra quitter le domicile en cas de séparation.

Le régime de protection de la jeunesse

Enfin, l'article 25 de la Déclaration universelle des droits de l'homme indique que chaque individu «a droit à un niveau de vie suffisant pour assurer sa santé, son bien-être et ceux de sa famille… ainsi que pour les services sociaux nécessaires». Or la réalité des femmes autochtones est tout autre : les présentes conditions des femmes autochtones ne favorisent pas un « niveau de vie suffisant », et elles n'ont pas toujours accès aux *services sociaux nécessaires* pour assurer leur bien-être et celui de leurs familles.

De plus, les modifications à la *Loi sur la protection de la jeunesse* (LPJ) en 2006 posent problème. Les tribunaux peuvent émettre une ordonnance de placement permanent à l'extérieur de la famille immédiate de l'enfant, lors d'un placement temporaire. La pauvreté, la violence conjugale, la négligence, le peu de temps



Mme Marjolaine Étienne, présidente du comité de femmes de Mashteuiatsh, Mme Julie Rousseau, conférencière et Mme Audrée Villeneuve, coordonnatrice de Récif 02.

alloué à la rémission de la mère, le manque de services et de ressources, tout cela porte encore préjudice aux femmes autochtones. Les séances de sensibilisation concernant les réalités des femmes autochtones et leur droit à l'égalité, orchestrées par Récif 02, le Comité de femmes de Mashteuiatsh, et le Centre d'amitié autochtone du Saguenay, sont une prémisse quant à la reconnaissance du droit à l'égalité. La concertation et le partenariat entre organisations communautaires est le point d'ancrage d'un développement régional basé sur le respect des différences.

Documents de référence : Duhaime, Bernard, Riverin, Josée-Anne, Dir. «Wasayia, parce que je suis femme et autochtone», Femmes autochtones du Québec et UQAM, Montréal, Canada, 2011, 59 p.

Ligue des droits et libertés. Numéro spécial : «Regard sur les droits des femmes, 15 ans après Beijing», Bulletin printemps, Canada, 2010, 50 p.

Mini-test

		Vrai	Faux
1.	Le Québec compte 58 communautés autochtones	☐	☐
2.	Il y a environ 55 000 femmes autochtones au Québec	☐	☐
3.	Entre 30 et 40 % des enfants et des adolescents autochtones sont placés à l'extérieur de leur milieu familial	☐	☐
4.	Le taux de violence conjugale est trois fois plus élevé chez les femmes autochtones que chez les femmes non autochtones	☐	☐
5.	Les femmes autochtones peuvent avoir recours à la Charte des droits et liberté de la personne du Québec en cas de discrimination	☐	☐

Voir réponse au bas de la page

La moyenne des résultats obtenue lors des séances de sensibilisation fut de 50,8 %.

CRÉ CONFÉRENCE RÉGIONALE DES ÉLUS SAGUENAY–LAC-SAINT-JEAN
CONCERTATION

Récif 02
Table de concertation des groupes de femmes Saguenay–Lac-Saint-Jean

Culture, Communications et Condition féminine
Québec

Réponses
1. Vrai
2. Vrai
3. Vrai
4. Vrai
5. Faux

2741259

UNE RÉGION AU CŒUR DU COMMERCE

Chambre de commerce de Saguenay

Un acteur économique de premier plan

Mélissa Bradette
Rédactrice publicitaire
mbradette@lequotidien.com

La Chambre de commerce de Saguenay a le vent dans les voiles. Depuis 2010, année d'affiliation avec la Chambre de commerce de La Baie afin de former une seule et grande organisation couvrant le territoire de Saguenay et de la MRC du Fjord, le regroupement dédié aux gens d'affaires est en ébullition.

L'instauration d'un nouveau plan stratégique, la restructuration de la Chambre, l'arrivée d'une nouvelle tête dirigeante à la direction ont amené la Chambre de commerce de Saguenay à développer son leadership et à se positionner comme un chef de file incontournable à titre d'acteur économique régional de premier plan.

Enjeux de société

Plus que jamais, la Chambre de commerce de Saguenay, via son président, M. Éric Dufour, prend position et participe aux débats publics, en plus de s'impliquer dans des dossiers majeurs tels que les enjeux démographiques, de l'immigration, du défi entrepreneurial et de la relève d'entreprise.

«La Chambre étant directement en lien avec les gens d'affaires, nous considérons que nous sommes les mieux placés pour amener les entrepreneurs à s'impliquer dans les dossiers régionaux majeurs. À titre de plus important réseau d'affaires de la région, nous faisons le pont entre les différents intervenants du milieu et les gens d'affaires. Nous sommes là pour faire passer le message, pour contaminer les entrepreneurs avec différentes idées et les amener à se mettre en mouvement», explique le président de la Chambre de commerce de Saguenay.

«D'autre part, 50 % du PIB canadien est généré par les PME, l'apport économique de celles-ci et leur poids sur l'échiquier régional n'est donc pas à négliger. Je suis convaincu que sur le plan régional, la Chambre de commerce du Saguenay est l'organisme qui dispose du meilleur lien de proximité avec les PME pour développer un leadership d'affaires.»

Actuellement, les enjeux démographiques, notamment avec l'intégration des immigrants, constituent le principal cheval de bataille de la Chambre de commerce de Saguenay. Le regroupement fait partie d'un comité tripartite, la Corporation Intégration Saguenay, travaillant à l'intégration des immigrants au sein des entreprises régionales. Également, en mars 2012, la Chambre de commerce de Saguenay sera un leader important à l'occasion d'un chantier portant sur les enjeux démographiques et le défi de l'emploi au Saguenay–Lac-Saint-Jean.

Autre initiative notable de la Chambre de commerce de Saguenay, l'organisme a commandé une étude socio-économique afin d'évaluer les retombées régionale de la Base de Bagotville, deuxième employeur en importance dans la région. Cette initiative de la Chambre a été saluée par le Regroupement des chambres de commerces du Saguenay–Lac-Saint-Jean, qui appuie ce projet.

Campagne de recrutement

La Chambre de commerce de Saguenay mène actuellement une vaste campagne de recrutement. Cet important réseau d'affaires regroupant environ 1000 membres offre une panoplie de services allant de Programmes jeunesse, d'aide aux entreprises, de déjeuners et dîners conférences, de formation, en passant par des activités de réseautage. La Chambre offre également à ses membres des avantages commerciaux. D'ailleurs, le regroupement travaille activement au développement de ce volet et quelques ententes régionales sont à prévoir à court terme.

La directrice générale de la Chambre de commerce de Saguenay, Mme Marie-Josée Morency, estime que le potentiel de la Chambre est tel que le membership devrait doubler à court et moyen terme. «La nouvelle vision de la Chambre de commerce de Saguenay nous a permis de faire notre marque, de nous démarquer auprès de la population d'affaires régionale. Je crois qu'aujourd'hui notre regroupement est considéré comme proactif et je suis convaincue que ce dynamisme contribuera à alimenter notre réseau, notamment par la venue de nouveaux membres», conclut la directrice générale.



Mme Marie-Josée Morency, directrice générale, et M. Éric Dufour, président, Chambre de commerce de Saguenay.

Pour en savoir davantage sur la Chambre de commerce de Saguenay, visitez le www.ccsaguenay.ca. Vous pouvez aussi visiter sa page Facebook.

CHAMBRE DE COMMERCE DU SAGUENAY
Le leader d'un développement ÉCONOMIQUE DYNAMIQUE!

CONSEIL EXÉCUTIF


Louis Aubin
1re Vice-président
Telus


Éric Tremblay
2e Vice-président
Pol-Vin Construction


François Gagné
Secrétaire-trésorier
Groupe Propur Inc.

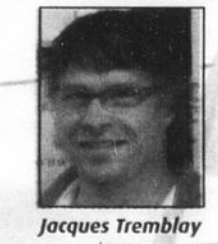

Nadine Daoud
Présidente sortante
Gauthier Bédard, avocats


Éric Dufour
Président du conseil d'administration
Raymond Chabot Grant Thornton

CONSEIL D'ADMINISTRATION


Hugues Beaulieu
Beaulieu & Fils Assurances et Services Financiers Inc.


Daniel Bouchard
Banque Laurentienne


Jacques Tremblay
Leucan


Martine Mercier
Groupe Investors


Danièle Boucher
Banque Nationale


Stéphane Riverin
Solution Publicité


Claire Tremblay
Dimension 4 multimédia


Éric Fortin
Qualipro

PERMANENCE


Sonia Simard
Éric Poinchaud, Architecte


Hugues Dufour
Président Jeune Chambre Evimmex


Margot Tapp
Rio Tinto Alcan


Richard Villeneuve
Centre Financier aux entreprises


Martin Tremblay
Morin Enertech


Marie-Josée Morency
Directrice générale


Luc Desbiens
Chargé de projets


Danielle Jean
Adjointe à la direction


Guylaine Jobin
Adjointe administrative

Surveillez nos activités sur notre site Internet ou sur Facebook

Devenez membre d'un **RÉSEAU FORT** ! Appelez-nous pour connaître tous les avantages.

194, rue Price Ouest, Chicoutimi (Québec) G7J 1H1
Informations : 418 543-5941 • p.221 / info@ccsaguenay.ca / www.ccsaguenay.ca / www.facebook.com/ccsaguenay

Sécurijeune

Nouvelle campagne de sécurité incendie

(EN) — Le plus important organisme de promotion de la sécurité des enfants au Canada s'est joint au plus important fabricant d'avertisseurs de fumée pour aider les parents à être plus responsables de la sécurité de leurs enfants concernant les incendies et les brûlures.

SécuriJeunes Canada, grâce à un partenariat avec plus de 2 000 organismes communautaires à travers le Canada, a annoncé son intention de créer un nouveau programme national de sensibilisation à la sécurité incendie. Chaque année, au Canada, en moyenne 19 enfants âgés de 14 ans et moins meurent à cause d'un incendie ou de l'inhalation de la fumée. Près de 600 sont hospitalisés.

«Lors d'un incendie, les enfants sont les plus vulnérables. Leurs parents se doivent d'assurer leur sécurité», affirme Pamela Fuselli, directrice générale de SécuriJeunes Canada. «Les parents sont responsables de voir à ce que leurs enfants aient toutes les chances de survivre à un incendie et à l'inhalation de la fumée. C'est pourquoi la majorité de nos efforts de sensibilisation auprès des parents consiste à les renseigner sur les mesures préventives qu'ils doivent adopter.»

L'annonce faite par SécuriJeunes Canada survient à la suite de la création d'un partenariat nord-américain sans précédent de cinq ans avec Kidde, un fabricant chef de file d'avertisseurs de fumée et de produits de sécurité pour la maison. Au Canada, plus de 80 % des avertisseurs de fumée vendus sont fabriqués par Kidde. Cette entreprise appuie déjà plusieurs programmes d'éducation du public conjointement avec des services d'incendie et des organismes de sécurité incendie. Ainsi, Kidde considère que son engagement auprès de SécuriJeunes Canada représente un prolongement naturel de sa mission.

«Lorsqu'il est question de sécurité incendie, la complaisance tue», indique Carol Heller, une spécialiste en sécurité à domicile chez Kidde. «Dans deux incendies sur trois où il y a des décès, les enquêteurs ne trouvent aucun avertisseur de fumée en état de fonctionner. Soit que les piles ont été enlevées ou ne sont plus bonnes, ou l'avertisseur a été décroché du plafond ou n'a jamais été installé. Les parents sont responsables de voir à ce que des appareils de sécurité incendie soient installés dans leur maison et que leurs enfants sachent quoi faire en cas d'incendie. Ces notions sont au cœur de notre programme Kidde pour les enfants avec SécuriJeunes Canada.»

Voici quelques conseils supplémentaires pour les parents :

• Vous disposez de moins de trois minutes pour évacuer la maison lors d'un incendie. C'est pourquoi lorsqu'un avertisseur de fumée se met à sonner, il est important que tous les membres de la famille sachent quoi faire et où aller.

• L'évacuation d'une maison en flammes ou remplie de fumée requiert différents réflexes de la part des parents dépendant de l'âge des enfants.

• Il est essentiel d'avertir les enfants de ne JAMAIS retourner dans une maison en flammes pour aller y chercher un animal domestique ou un article personnel.

• Installez un avertisseur de fumée par étage et à l'extérieur des chambres. Installez-en un dans votre chambre si vous dormez la porte fermée.

• Procurez-vous un avertisseur de fumée doté d'un bouton Hush pour éviter les fausses alarmes. Un tel bouton vous permet de faire taire l'avertisseur s'il se met en marche accidentellement pendant que la fumée ou la vapeur se dissipe, mais vous demeurez protégé si jamais un incendie se déclare.

• Remplacez tous les avertisseurs de fumée qui ont plus de 10 ans, qu'ils fonctionnent à piles ou qu'ils soient branchés sur le système électrique de la maison.

Les parents qui désirent des ressources supplémentaires peuvent consulter le site www.securijeunes.ca ou le site securitealamaison.com.



BIEN PLUS RICHE EN CARRIÈRE.

BPR fait partie d'un réseau de 13 000 collaborateurs qualifiés répartis dans 330 places d'affaires à travers le monde.

Joignez nos équipes multidisciplinaires au sein de nos bureaux du Saguenay-Lac-Saint-Jean et du Nord du Québec.

Visitez notre section carrière pour connaître les opportunités qui s'offrent à vous!

BPR

RIGUEUR ET AUDACE EN INGÉNIERIE

bpr.ca

2754420

UNE RÉGION AU CŒUR DU COMMERCE

Équipements au propane

Faites affaire avec un installateur en règle

Vous songez à vous doter d'un appareil au propane tel un foyer, une cuisinière, une fournaise, un chauffe-piscine, un chauffe-eau, ou autre appareil au gaz nécessitant une installation permanente? Avant de procéder à l'installation de votre appareil, assurez-vous que le distributeur de propane qui procédera à l'installation est détenteur d'une licence d'entrepreneur de la Régie du Bâtiment du Québec (RBQ), de la catégorie 4235.

Pour vérifier si votre installateur est en règle, visiter le site Internet de la RBQ, au www.rbq.gouv.qc.ca. En effectuant une recherche dans le registre des détenteurs de licence RBQ vous accéderez rapidement à cette information.

Par ailleurs, si vous procédez à la modification d'une installation existante, vous devez en tout temps aviser votre distributeur de propane, afin qu'il s'assure que votre installation a été faite ou modifiée selon les règles de l'art, par un spécialiste détenteur de la licence d'entrepreneur en systèmes de brûleur au propane (licence numéro 4235).

Loi sur la distribution du gaz

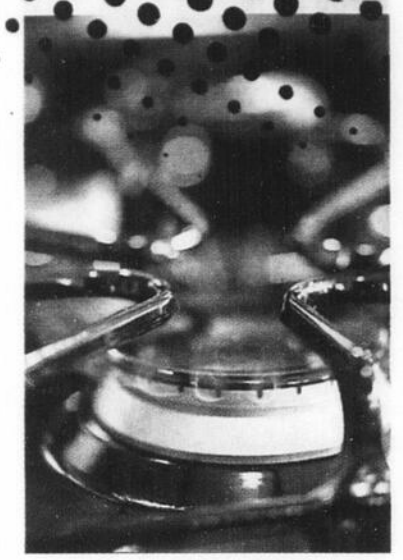
Soulignons que toutes les installations au propane sont régies par la Loi sur la distribution du gaz et le Règlement sur le gaz et la sécurité publique. Elles doivent également respecter les normes édictées par le Code d'installation du propane en vigueur.

Les installations au propane étant régies par des normes strictes, les utilisateurs ne peuvent en aucun cas «bricoler» leurs installations et doivent s'en remettre à leur distributeur de propane pour tous travaux d'entretien et de réparations. À noter que cela inclut les réservoirs et les bouteilles qui servent à alimenter les appareils.



Toutes les installations au propane sont régies par la Loi sur la distribution du gaz et le Règlement sur le gaz et la sécurité publique.

Le non-respect de la Loi et du Règlement peut invalider les protections d'assurance, en cas de sinistre relié à l'installation au gaz.



Avant de procéder à l'installation de votre appareil au gaz, assurez-vous que le distributeur de propane qui procédera à l'installation est détenteur d'une licence d'entrepreneur de la Régie du Bâtiment du Québec (RBQ).

Pour éviter un tel désagrément et ses conséquences, faites confiance aux spécialistes de l'industrie, qui n'ont d'autres objectifs que de répondre à vos attentes en matière de service et sécurité.

Source : Association québécoise du propane (AQP)

Exigez des
experts

PROPANE mm

Vente de gaz.
Installation, entretien et réparation
d'appareils au gaz de tous genres.
Les seuls spécialistes depuis 60 ans.

418 343.2888
1 800 572.1712

propanemm.com

2754129

UNE RÉGION AU CŒUR DU COMMERCE

Prévention contre le vol

Votre maison sera-t-elle protégée pendant les Fêtes?

(EN) — Munis de valises remplies de cadeaux et de bons vœux, des milliers de Canadiens partent en vacances chaque année pour célébrer les Fêtes avec leurs amis et leur famille, et échapper aux rigueurs de l'hiver.

Pour que le temps des Fêtes demeure joyeux, et pour vous éviter de mauvaises surprises à votre retour de vacances, voici quelques conseils pratiques pour mieux protéger votre maison contre les curieux pendant votre absence.

Envisagez des mesures de sécurité

En prenant des mesures de sécurité supplémentaires, par exemple en installant un pêne dormant, une minuterie automatique pour vos lampes et un système d'alarme, vous pouvez décourager les voleurs et même réduire vos primes d'assurance. N'oubliez surtout pas de remonter vos stores et de vérifier deux fois plutôt qu'une si toutes vos portes et fenêtres sont verrouillées.

Dressez la liste de vos biens

Photographiez tous vos biens précieux et dressez-en une liste en y indiquant les dates d'achat, les marques et les numéros de série. Conservez cette liste en lieu sûr. Cela vous facilitera la tâche si vous devez faire une réclamation. Vous devriez aussi informer votre assureur à propos des articles qui ont une valeur particulière — bijoux, ordinateurs ou instruments — puisqu'ils pourraient exiger une couverture supplémentaire.

Demandez à vos voisins d'être à l'affût

Une maison qui semble occupée découragera les intrus. Demandez à un voisin en qui vous avez confiance de ramasser votre courrier, de garer une voiture dans votre entrée, de pelleter la neige dans votre allée et de garder l'œil ouvert pour s'assurer que tout est en ordre pendant votre absence.

Vérifiez votre couverture d'assurance

Assurez-vous que votre couverture d'assurance habitation est toujours adéquate et que le montant de votre franchise (ce que vous devrez payer si vous voulez faire une réclamation) vous convient, et vérifiez si votre police prévoit le remplacement de vos biens en fonction de leur «valeur réelle» ou de leur «valeur de remplacement».

Rappelez-vous que, tout comme vous devez verrouiller la porte d'entrée lorsque vous vous absentez, vous devez disposer d'une couverture d'assurance adéquate — il s'agit là de la mesure de sécurité supplémentaire qui vous permettra de protéger ce qui est probablement votre bien le plus précieux.



Photographiez tous vos biens précieux et dressez-en une liste en y indiquant les dates d'achat, les marques et les numéros de série.



UNE RÉGION AU CŒUR DU COMMERCE

Développement domiciliaire au Mont-Édouard

65 terrains mis en vente

Mélissa Bradette
Rédactrice publicitaire
mbradette@lequotidien.com

Le village alpin au pied de la station de ski du Mont-Édouard ne cesse de prendre de l'ampleur. Le centre de villégiature, qui compte actuellement un peu plus de 200 unités d'habitation, verra son nombre de résidences s'accroître considérablement, avec la mise en vente de 65 terrains, par la municipalité de L'Anse-Saint-Jean.

Les terrains vendus par la municipalité sont exempts de promoteurs. Ainsi, il est possible de faire affaire avec l'entrepreneur en construction de son choix. Les personnes qui le désirent peuvent même opter pour l'autoconstruction. Il importe toutefois de procéder à l'édification du bâtiment dans les deux ans suivant l'acquisition du terrain.

La municipalité de L'Anse-Saint-Jean étant munie d'un plan d'urbanisme et le secteur domiciliaire du Mont-Édouard étant inclut dans le plan d'intervention architectural (PIA), les habitations du village alpin doivent répondre à certaines exigences. En outre, le revêtement extérieur doit être en bois et les bâtiments ne doivent pas dépasser un étage et demi.

Le prix des 65 terrains est fixé au pied carré. Les personnes intéressées doivent faire vite car ils se vendent rapidement. Déjà 22 terrains ont trouvé preneur.



Eau potable et traitement des eaux usées

Pour répondre adéquatement aux besoins en eau potable de ce secteur la municipalité de L'Anse-Saint-Jean s'est vue octroyer par le gouvernement un montant afin de procéder à l'aménagement d'un réservoir pour l'eau potable ainsi que pour se doter de structure d'assainissement des eaux usées. À noter que le réservoir d'eau servira également au service d'incendie.

Ainsi, les nouveaux terrains mis en vente par la municipalité, sont vendus avec les prises d'eau et d'égout.

Les personnes intéressées par ce nouveau développement domiciliaire peuvent contacter M. Claude Boucher, maire de L'Anse-Saint-Jean et responsable du projet.



UNE RÉGION AU CŒUR DU COMMERCE

Centre de Rénovation FDS

Un commerce fier de s'afficher Home Hardware

Mélissa Bradette Rédactrice publicitaire
mbradette@lequotidien.com

En janvier 2012, le Centre de Rénovation FDS célèbrera sa première année d'association avec la bannière Home Hardware. Les dirigeants du commerce, situé sur la rue de la Salle (secteur Arvida), se disent plus que satisfaits de ce partenariat avec cette bannière canadienne figurant parmi les plus importantes du pays.



La boutique Home Expression offre une foule de produits et services reliés au monde de la décoration.

Grâce au pouvoir d'achat des 1400 marchands canadiens Home Hardware, FDS a maintenant accès à quelque 100 000 produits, dont plusieurs sont exclusifs à cette bannière. Le pouvoir d'achat que lui procure ce regroupement lui permet également d'offrir à sa clientèle des prix très avantageux.

Des clients satisfaits

La réponse de la clientèle du Centre de Rénovation FDS fut excellente suite à l'association de l'entreprise avec Home Hardware. En plus des prix compétitifs dont elle profite, elle apprécie les améliorations apportées à la quincaillerie, la grande variété de produits disponibles ainsi que le système de carte Aéroplan auquel adhère maintenant le commerce.

Boutique déco

La boutique Home Expression, qui se spécialise en décoration, est un autre élément fort apprécié de la clientèle du Centre de Rénovation. On y retrouve une foule de produits et services reliés au monde de la décoration.

Des professionnels à votre service

Une visite au Centre de Rénovation FDS saura vous convaincre du professionnalisme de ce commerce. Que ce soit pour vos projets de rénovation, de construction ou de décoration, vous y trouverez un vaste choix de produits. De plus, FDS dispose d'une équipe formée de professionnels dans le domaine de la construction. N'hésitez pas à demander conseil à ces spécialistes lors de votre passage au magasin.



Le Centre de Rénovation FDS, qui arbore maintenant la bannière Home Hardware, a refait son image. La façade du commerce a été refaite, l'intérieur a été complètement réaménagé et les entrepôts ont été revampés.

LE VRAI ROYAUME DES IDÉES-CADEAUX
Vous le trouverez à Jonquière,
sur la rue de la Salle à l'intérieur de votre
Centre de Rénovation Home Hardware FDS Saguenay



Centre de Rénovation
Home hardware
FDS SAGUENAY

Pas besoin d'aller au pôle Nord pour trouver le cadeau rêvé!

Tél.: 418-548-4676 - Téléc.: 418-548-6543
2762, rue de la Salle - Jonquière
www.homehardware.ca

2721579

Au féminin ou au masculin

Quatre façons de créer un intérieur qui convient aux deux sexes

(EN) — Que vous planifiiez de déménager avec votre conjoint pour la première fois, ou que vous ayez décidé de redécorer une demeure que vous partagez déjà avec l'élu de votre cœur, sachez qu'il y a de grosses différences dans la façon dont les hommes et les femmes perçoivent le design d'intérieur. Il est donc préférable de trouver dès le début un terrain d'entente afin d'obtenir un décor bien équilibré.

La couleur

Les hommes ont tendance à fuir les couleurs rosées, tandis que les femmes y sont plutôt attirées. Au lieu de vous en tenir aux teintes neutres de blancs et de bruns qui plaisent aux hommes ou aux nuances plus chaudes qui plaisent aux femmes, choisissez quelque chose entre les deux. Le vert sauge, le bleu ciel et le taupe sont des teintes qui satisfont le besoin qu'ont les femmes de mettre de la couleur tout en étant suffisamment neutres pour ne pas déplaire aux hommes.

Accessoires essentiels

Lorsque vient le temps de décorer, un des partenaires peut s'attarder aux articles fonctionnels de la pièce tandis que l'autre préférera choisir des items plus tendance. Préservez un certain équilibre en choisissant un mobilier qui est à la fois esthétique et fonctionnel. Pour une harmonie idéale de forme et de fonction, choisissez les nouveaux stores Natural Elements de Hunter Douglas qui marient des lattes métalliques modernes de deux pouces à la chaleur des accents en bois véritable.





Au lieu de vous retrouver uniquement avec de beaux meubles sur lesquels vous hésitez à vous asseoir, choisissez quelques morceaux plus invitants.

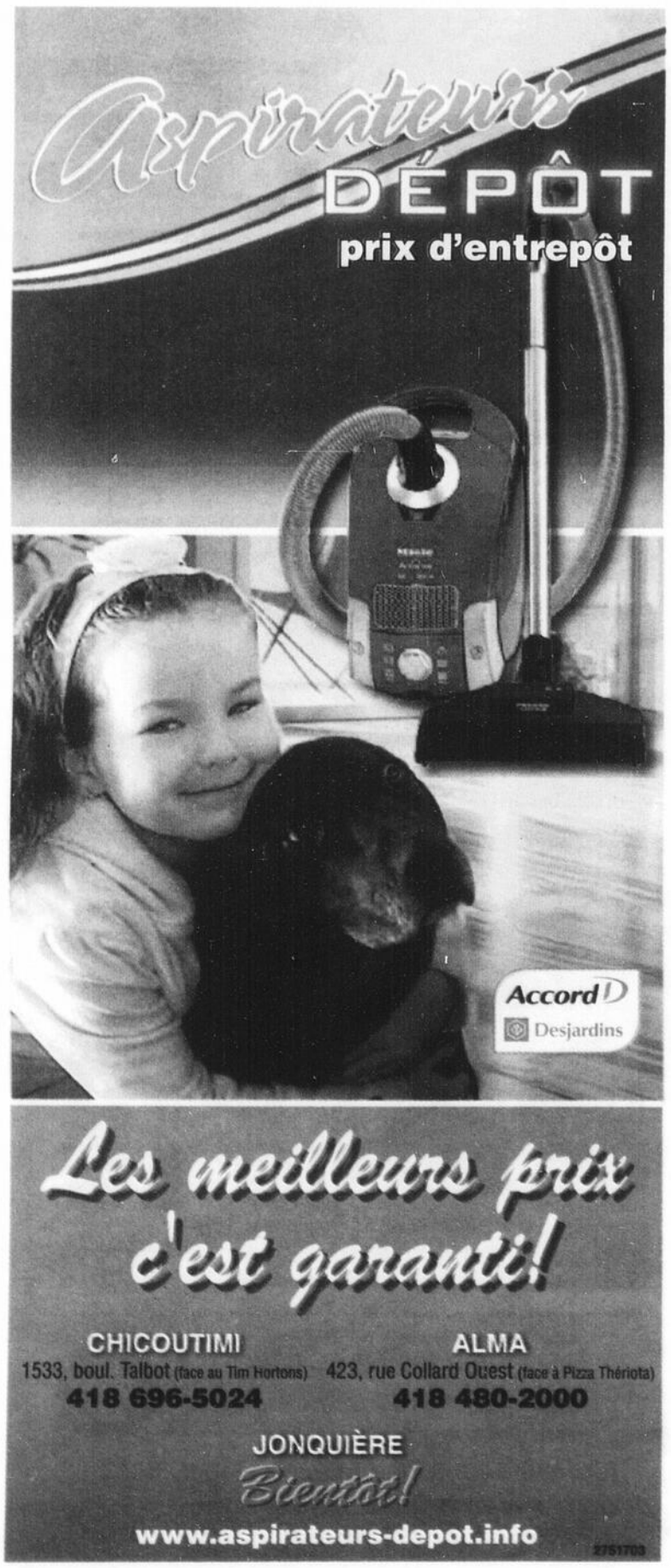
Mobilier pour elle et lui

Même si bon nombre de personnes choisissent leurs meubles en fonction de leur apparence, pour d'autres le confort est le facteur déterminant de la décision. Au lieu de vous retrouver uniquement avec de beaux meubles sur lesquels vous hésitez à vous asseoir, choisissez quelques morceaux plus invitants. Certains divans et fauteuils ont un aspect très chic tout en étant bien coussinés, et ils peuvent accommoder des gens de toutes les tailles.

Motifs unisexes

Les tendances en matière d'accessoires de cuisine évoluent à une telle vitesse qu'il n'est pas toujours facile de choisir un motif neutre pour la vaisselle en porcelaine d'un couple. Choisissez un motif classique que vous et votre conjoint aimez et qui passera le test du temps. Laissez les paisleys, les fleurs et les toiles aux pièces plus féminines de la maison. Pour les aires communes, choisissez des lignés, des quadrillés plus neutres qui conviennent aux deux sexes, et même des motifs plus internationaux comme ceux d'inspiration ikat ou mauresque.

Si vous évitez les choix qui ne plaisent qu'à un des deux conjoints, vous réussirez à créer un intérieur confortable dont le couple pourra être fier.



UNE RÉGION AU CŒUR DU COMMERCE

Maisons jumelées

Accéder à la propriété plus rapidement

Sophie Richard
Rédactrice publicitaire
srichard@lequotidien.com

Vivre «collés», oui mais pas trop! Si les copropriétés connaissent un fort intérêt dans la région métropolitaine de recensement (RMR) de Québec, leur popularité est toutefois beaucoup plus modérée dans le RMR de Saguenay. Ce qui attire davantage l'attention des nouveaux acheteurs dans notre région sont les jumelés ainsi que les maisons en rangée.

Profiter à la fois des avantages d'être propriétaire-occupant et d'habiter dans un petit logement demandant peu d'entretien a en effet de quoi ravir. La preuve, la plupart des secteurs domiciliaires en développement comptent plusieurs jumelés.

Pour l'année 2010, à Saguenay, ce sont 50 mises en chantier de maisons jumelées et de maisons en rangée qui ont eu lieu comparativement à 27 en 2001. Cette forte croissance est attribuable d'une part à la croissance générale du marché de la construction, mais aussi au fait que l'achat d'un jumelé neuf représente un moyen souvent plus facile d'accéder à la propriété.

«Ce sont des habitations plus abordables qui sont appréciées des premiers acheteurs, mentionne Sébastien Poirier, analyste de marché pour la Société canadienne d'hypothèques et de logement (SCHL). Elles sont une solution avantageuse pour les jeunes gens qui souhaitent devenir propriétaires, mais également pour les personnes plus âgées qui veulent conserver leurs avantages de propriétaire-occupant en optant pour un foyer plus petit», explique-t-il.

Une tendance qui se maintient

La popularité des maisons en rangée et des jumelés s'explique par de nombreuses raisons. Tout d'abord, il s'agirait vraisemblablement d'une question financière. Partout au Québec, et le Saguenay–Lac-Saint-Jean n'y échappe pas, le coût des terrains grimpe. D'un point de vue financier, il peut parfois être difficile de s'offrir une maison unifamiliale. Les duplex, maisons en rangée et jumelés s'avèrent donc un choix avantageux.

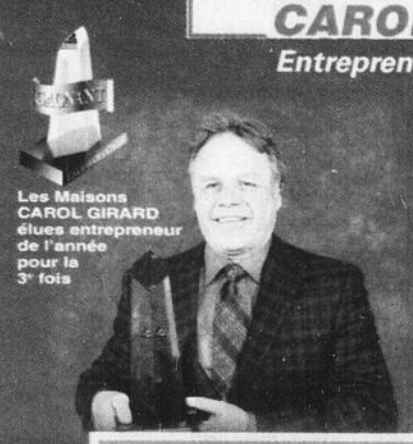
Les ménages qui optent pour les maisons en rangée ou les jumelés, en déboursant un montant à l'achat moins élevé, peuvent aussi se permettre davantage de luxe. Comme le confort est au sommet de leurs préoccupations, ils ne lésinent pas sur la qualité et choisissent bien souvent un intérieur haut de gamme.

Si on se fie aux données de la Société canadienne d'hypothèques et de logement (SCHL), la construction de jumelés-rangée a connu un léger ralentissement au cours des années 2007 à 2009. Elle reprend toutefois de la vigueur depuis 2010 alors que 50 mises en chantier ont eu lieu. Le nombre de mises en chantier de ces produits reste cependant peu élevé comparativement à celui des maisons individuelles.



Les maisons
CAROL GIRARD INC.
Entrepreneur général
Licence RBQ: 8109-9921-52

QUALITÉ HABITATION



Les Maisons CAROL GIRARD élues entrepreneur de l'année pour la 3e fois

LES MAISONS CAROL GIRARD inc. se sont mérité le titre d'entrepreneur de l'année dans la catégorie Construction neuve division jumelée.

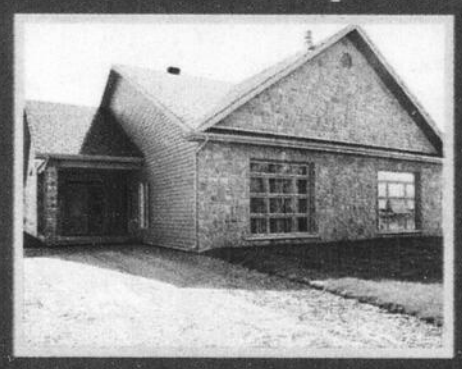
Le gala habitation a tenu sa 21e édition, samedi le 29 octobre 2011 dernier au Centre des congrès de Québec, le rendez-vous annuel le plus attendu au Québec pour les entreprises du secteur de la construction résidentielle. Les trophées qui ont été remis soulignent l'excellence et la détermination des entreprises s'étant illustrées de façon particulière au cours de la dernière année.

Toute l'équipe des MAISONS CAROL GIRARD inc. tient à remercier sa clientèle de lui avoir permis de remporter ce prix.





56 unités de jumelés construites depuis janvier 2004
Jumelés haut de gamme, près du boul. des Roitelets. Terrain sans voisin arrière. Intima, 3 chambres dont une au rez-de-chaussée, 2 salles de bains, céramique chauffante, escalier et plancher de bois franc, patio de béton, extérieur en pierre au complet. Très haute qualité!
2 disponibles actuellement 219 000 $ + tx



Nouveaux modèles de jumelés, déjà 8 de vendus
Bientôt début de construction de 12 nouvelles unités
Nouvelle rue (rue des Jaseurs). Située à deux pas de la rue des Faucons. Terrain de 9000 pieds carrés sans voisin arrière.
CARACTÉRISTIQUES : Aire ouverte (très vaste), toutes les pièces sont situées sur le même plancher.
Superficie de 1260 pieds carrés, plafond de 9 pieds de hauteur, 2 chambres, 1 salle de bains, salle de lavage, salon, cuisine, salle à manger, rangement intérieur. (Possibilité de 3 chambres.) Façade en pierre au complet, grande fenestration. Terrassement inclus. AVANTAGES : Aucun escalier intérieur. Seul de votre côté (grande intimité), aucune personne au-dessous de vous. Stationnement situé à deux pas de l'entrée principale.
Aucuns frais de condo. 199 000 $ + tx

À LOUER
Jumelé
1953, des Cormorans
(Libre le 1er novembre)
3 chambres, 2 salles de bains, grand salon avec foyer, bois franc, céramique, patio béton, remise.
Prix à discuter!

Bientôt en construction nouveau modèle de jumelé ayant toutes les pièces sur le même plancher avec garage intégré de dimensions 16' X 38' (608' pi car.). Celui-ci vous permettra de circuler librement du garage à la résidence sans sortir à l'extérieur.
DÉJÀ UN DE VENDU!



NOUVEAU PROJET
Situé rue de Banff, à deux pas de la station de ski, construction de 4 unités de jumelés. La dimension de ces unités sera de
24' x 36' + sous-sol, soit 3 chambres dont une au rez-de-chaussée,
2 salles de bains, un salon et une salle familiale au sous-sol. Foyer au salon. Façade en pierre. Début des travaux cet automne.

Pour plus d'information concernant ces projets:
CAROL GIRARD INC. • Tél.: 696-1404

Sécurité incendie

Il faut prendre le monoxyde de carbone au sérieux

(EN) — Le monoxyde de carbone est surnommé le «tueur silencieux» parce qu'il est incolore, inodore et insipide. Comme les symptômes d'une intoxication à ce gaz mortel ressemblent à ceux de la grippe, il est très difficile de diagnostiquer la condition. Il n'est donc pas surprenant que le monoxyde de carbone soit la principale cause de décès par empoisonnement accidentel en Amérique du Nord.

Toutefois, malgré les nombreuses données démontrant les dangers du monoxyde de carbone et les nombreuses sources potentielles de CO dans nos maisons, les experts canadiens en sécurité ne comprennent pas pourquoi si peu de gens se procurent un avertisseur de monoxyde de carbone.

«Tout comme c'est le cas pour les avertisseurs de fumée, les gens ont besoin de temps pour se familiariser avec une nouvelle technologie avant de l'adopter, même si elle peut sauver leur vie», affirme Carol Heller, une spécialiste en sécurité à domicile chez Kidde Canada. «C'est une question de sensibilisation. Bon nombre de Canadiens estiment qu'ils n'ont pas besoin d'avertisseur de monoxyde de carbone parce qu'ils ont une cuisinière électrique. Mais ils oublient qu'ils ont un chauffe-eau au gaz, une fournaise au gaz, un foyer au bois ou au gaz, ou un garage ou abri d'auto attaché à la maison – des sources potentielles de CO.»

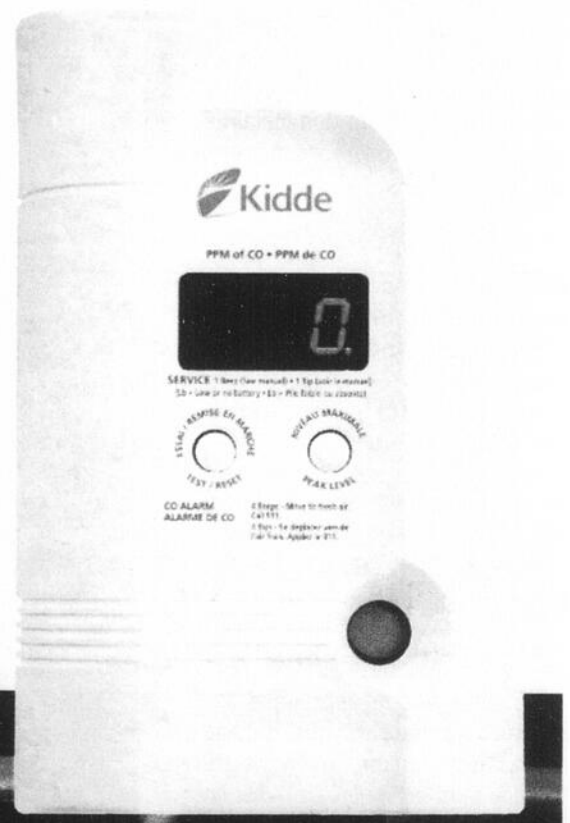
Le gaz naturel et le bois sont des combustibles fossiles qui produisent du monoxyde de carbone comme sous-produit lorsqu'ils sont brûlés. Il n'y a aucun danger lorsque le monoxyde de carbone est évacué de la maison à travers un évent. Par contre, si les appareils et les systèmes de chauffage ne sont pas bien entretenus, et si les cheminées et les évents sont bloqués ou fissurés, le CO mortel peut s'infiltrer dans la maison à votre insu.

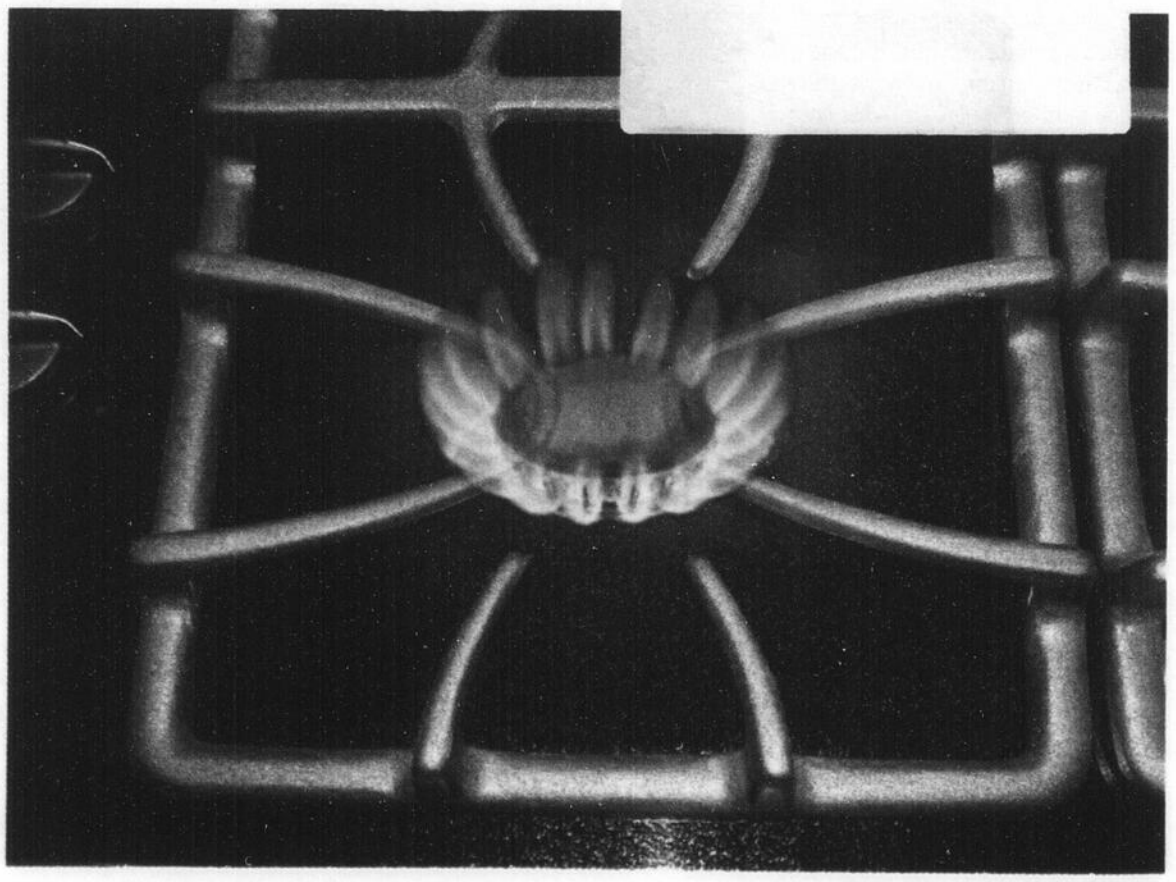
Voilà pourquoi la première étape pour assurer votre sécurité et prévenir les accidents causés par le monoxyde de carbone consiste à faire inspecter chaque année vos appareils et systèmes de chauffage par un professionnel. La deuxième étape consiste à installer des avertisseurs de monoxyde de carbone.

«Une fois que les gens sont conscients des différentes sources de monoxyde de carbone dans leur maison, ils installent habituellement un avertisseur de CO assez rapidement, affirme Mme Heller. Cependant, seulement 40 % des Canadiens possèdent un avertisseur de CO. Il est donc nécessaire de continuer à sensibiliser la population.»

La National Fire Protection Association des États-Unis recommande d'installer au moins un avertisseur de CO par étage, y compris à l'étage des chambres. Les modèles d'avertisseur de CO les plus populaires ont un affichage numérique. «L'affichage numérique vous avertit du niveau de CO dans la maison, ajoute Mme Heller. Vous pouvez donc agir avant que le gaz n'atteigne des niveaux dangereux.»

Pour obtenir des conseils supplémentaires sur la façon d'éviter les intoxications au monoxyde de carbone, consultez le site securitealamaison.ca.







Économiser jusqu'à 66 %

sur vos coûts de chauffage[1] ?

Oui ! C'est maintenant possible.

Faites entrer la nouvelle technologie de Carrier dans votre maison : la meilleure thermopompe sur le marché est destinée à devenir le choix numéro un de ceux qui désirent vraiment réduire leur facture énergétique.

greenspeed INTELLIGENCE

Cette nouvelle ligne de thermopompes est dotée d'un compresseur Inverter à vitesse variable révolutionnaire. Pendant que les autres fabricants tentent de nous rattraper, vous pouvez bénéficier d'économies de taille dès maintenant.



Carrier

les experts à votre service

OFFRE SPÉCIALE

LA GARANTIE 10 ANS

PIÈCES ET MAIN-D'OEUVRE

OFFERTE JUSQU'AU 16 DÉCEMBRE 2011

FRIGO TEMP INC.

1126, boul. Saguenay Ouest • Chicoutimi • G7J 1A6

418-549-0587 • www.frigotemp.ca

1. Système 3 tonnes, installé au Québec (région V). La thermopompe Inverter Greenspeed procure une économie d'énergie de 66% comparativement à un système électrique conventionnel (plinthes ou fournaise seule) et elle comble 95% des besoins annuels de chauffage contre 70% pour une thermopompe non Inverter. 2. Rabais variables selon les modèles. Détails auprès de votre concessionnaire Carrier. 3. Applicable selon certaines conditions.

2752897

UNE RÉGION AU CŒUR DU COMMERCE

Gainage structural

Une nouvelle technologie maintenant offerte en région

Sophie Richard
Rédactrice publicitaire
srichard@lequotidien.com

Lorsque survient une défectuosité dans les branchements d'égouts, pour les propriétaires de bâtiments résidentiels ou commerciaux, cela est généralement synonyme de coût élevé et de nombreux désagréments. Il existe toutefois une alternative à la méthode de réparation traditionnelle et elle est maintenant disponible au Saguenay–Lac-Saint-Jean. En effet, depuis ce printemps, Marc Gravel, propriétaire de Plomberie Alain Gauthier, propose une nouvelle solution pour la réhabilitation des branchements d'égouts. Il s'agit du gainage structural.

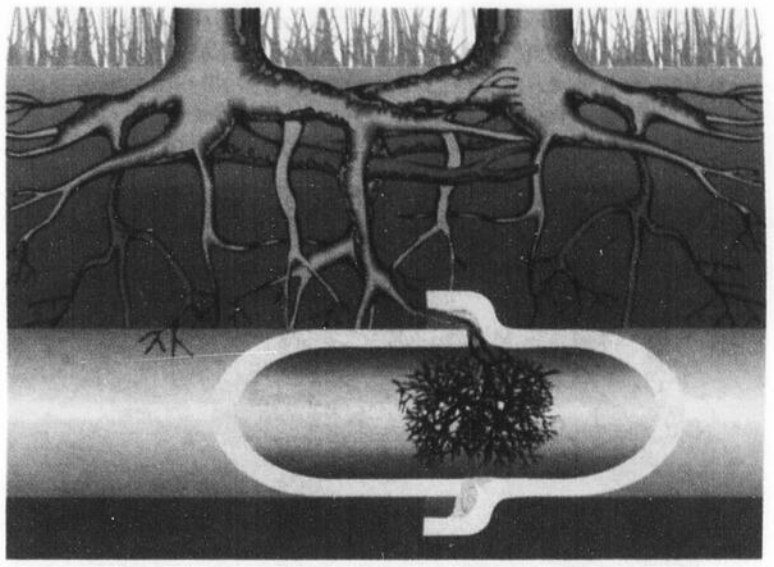
Si, auparavant, il n'était pas rare que l'on doive couper les arbres dont les racines obstruaient les tuyaux reliant le drain principal d'égout d'un bâtiment à une conduite principale d'égout municipal, désormais, cela n'est plus nécessaire. Pas plus que l'excavation.

«La méthode que j'emploie est connue ailleurs au Canada et aux États-Unis, mais au Québec, je suis présentement le seul à offrir ce service. Il s'agit en fait d'introduire une gaine sur toute la longueur du branchement d'égout puis d'y apposer de la résine époxy. On fait ensuite entrer un sac gonflable rempli d'eau chaude par le même orifice et on laisse agir. L'eau chaude en circulation dans le ballon viendra coller la gaine à la paroi du tuyau, même si celui-ci passe de quatre à six pouces de diamètre», explique M. Gravel, véritable passionné, qui cumule une trentaine d'années d'expérience en plomberie.

Évidemment, avant de procéder à une telle installation, il est primordial de nettoyer les conduits pour éliminer les racines présentes et autres détritus. Une fois la gaine installée, non seulement l'eau circulera plus aisément dans les tuyaux, dû au fini lisse, mais toutes les fissures, joints ouverts et autres bris seront désormais calfeutrés.

Non seulement le gainage structural, installé selon la méthode d'inversion d'air suivie de la polymérisation à l'eau chaude, permet de réhabiliter les branchements d'égouts présentant des défectuosités, mais en plus il a été prouvé que les racines des arbres ne viennent plus entraver les tuyaux protégés par la résine d'époxy. Le diamètre des tuyaux n'est pas non plus diminué dû à la présence de la gaine, car celle-ci est finement collée aux parois du tuyau.

Le gainage structural est également garanti 50 ans et il est possible d'installer une gaine sans joint sur une distance allant jusqu'à 200 pieds de long. Le propriétaire de Plomberie Alain Gauthier est fier d'offrir cette nouvelle technologie sans tracas pour les propriétaires de bâtiment. Pour plus d'information, contactez-le au 418 543-0538.



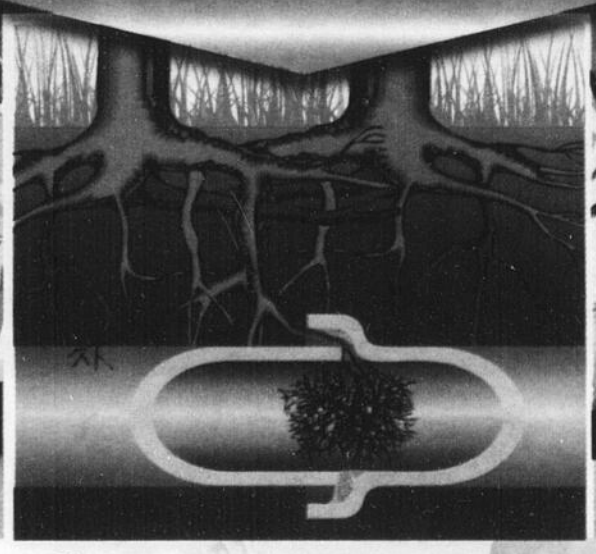
L'installation d'une gaine structurale prévient le bris des tuyaux d'égoûts dû aux racines des arbres. La coupe des arbres de même que l'excavation ne sont alors plus requis.

Arrêtez définitivement les *racines*!

Elles sont la cause # 1 des refoulements d'égout

REMISE À NEUF DE VOS TUYAUX D'ÉGOUT SANS EXCAVATION!







Plomberie Alain Gauthier Ltée. (418) 543-0538

www.plomberiealaingauthier.ca

Membre CMMTQ Corporation des maîtres mécaniciens en tuyauterie du Québec

À VOTRE SERVICE DEPUIS 60 ANS

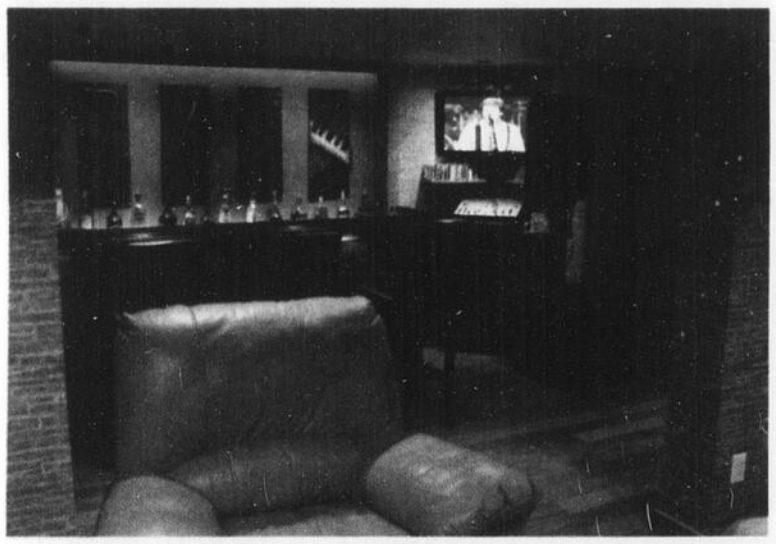
2748985

UNE RÉGION AU CŒUR DU COMMERCE

La rénovation du sous-sol

L'art de revenir à la base

Vous souhaitez rénover le sous-sol de votre maison pour y aménager un bureau à domicile, une aire de détente, une salle de cinéma maison ou des chambres? Pour vous aider à relever ce défi avec brio, la bannière Réno-Maître de l'Association provinciale des constructeurs d'habitations du Québec (APCHQ) vous invite à accorder une attention particulière à certains facteurs.



L'état des fondations et du drain français

Le sous-sol étant construit directement dans le sol, soit dans un milieu froid et humide, il faut s'assurer avant toute chose que les fondations sont en parfait état et qu'il n'y a aucune infiltration d'eau. Les experts recommandent de procéder à une inspection rigoureuse après avoir dégarni tous les murs et mis la dalle de béton à nu. Vous serez ainsi en mesure de déceler les fissures, les poches de coffrages, l'efflorescence et les autres problèmes susceptibles d'affecter les fondations en béton, puis de les régler.

À cette étape, on vous recommande également de procéder à une inspection du drain français, ce tuyau à la base des fondations qui sert à capter les eaux souterraines, surtout si votre résidence a plus de 25 ans. Cette inspection, réalisée par un spécialiste, permet de connaître l'état du drain.

Mettre les fenêtres à niveau

Dans les maisons d'un certain âge, les fenêtres du sous-sol sont très petites. Or, quand on veut y aménager des chambres, on doit se conformer à des exigences sur le plan de la sécurité incendie; au moment de rénover le sous-sol, il faut donc faire de plus grandes ouvertures pour installer des fenêtres conformes aux normes municipales.



Isolation et performance acoustique

La rénovation du sous-sol est aussi l'occasion idéale d'isoler les murs adéquatement. Le volet acoustique du sous-sol est souvent négligé. Pourtant, cet aspect a un impact déterminant sur la qualité de vie, particulièrement quand on aménage la chambre d'un adolescent au sous-sol, sous la chambre principale. On recommande d'ailleurs d'isoler le plafond et les murs au moyen d'un isolant en nappes, en fibre de verre ou fibre de roche, et d'utiliser une barre résiliente qui absorbera les sons plutôt que de les transmettre.

Revêtement de sol et humidité

Avant de choisir le revêtement de sol, on devra vérifier s'il y a migration d'humidité à travers la dalle de béton. Pour ce faire, on posera un carré de polyéthylène de 24 po x 24 po sur la dalle de béton, et on le fixera avec du ruban. Après un délai de 24 à 36 heures, s'il y a de la condensation à la surface du polyéthylène, c'est qu'il y a migration d'humidité. Vous ne pouvez donc pas utiliser un revêtement de sol comme un plancher flottant, qui contient de la fibre de bois, car il laissera prise aux moisissures. On optera donc pour des matériaux qui ne sont pas affectés par l'humidité, comme de la céramique, qui a le désavantage d'être froid.

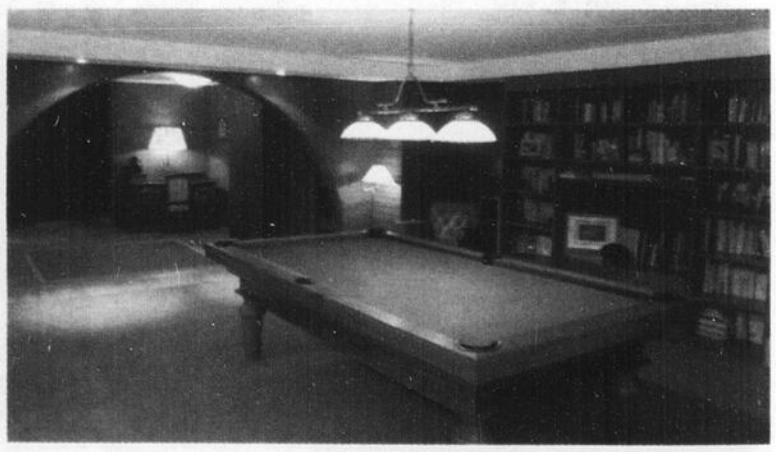
Du chauffage toute l'année

Le chauffage est essentiel dans un sous-sol, et ce, douze mois par année. En effet, la base des fondations se trouve à cinq pieds dans le sol, où la température en été est d'environ 12° Celsius. Comme le béton est un matériau conducteur, la base des murs est toujours plus fraîche. En chauffant toute l'année à 21° Celsius, on s'assurera que la base des murs reste suffisamment chaude pour contrecarrer la hausse du taux d'humidité et, par conséquent, prévenir l'apparition de moisissures. On recommande également d'éviter d'installer des placards ou des lits le long des murs d'un sous-sol, question d'assurer une bonne circulation d'air.

Les belles d'autrefois

Avis aux propriétaires de vieilles maisons : vous risquez de découvrir des vestiges du passé en examinant le câblage électrique et la plomberie du sous-sol de votre belle d'autrefois. Par conséquent, prévoyez un budget pour refaire l'électricité et mettre la plomberie à jour, notamment en remplaçant les vieux tuyaux et en installant des clapets de retenue.

Source : La bannière Réno-Maître de l'APCHQ





UNE RÉGION AU CŒUR DU COMMERCE

Développement domiciliaire de la villégiature

Un secteur dynamique et recherché

Sophie Richard
Rédactrice publicitaire
srichard@lequotidien.com

Situé dans le secteur Arvida, le développement domiciliaire de la Villégiature est sans doute le plus important développement résidentiel dans la région pour les six prochaines années. Débuté en juin 2010, celui-ci devrait comprendre pas moins de 600 terrains sur quelque 200 acres de terre. Déjà, 85 d'entre eux ont trouvé preneur, et cela parmi les 100 terrains disponibles pour le moment.

Si plusieurs constructeurs du Saguenay–Lac-Saint-Jean ont déjà montré leur intérêt pour le secteur, l'un des deux promoteurs-propriétaires, M. Florent Côté, soutient que les particuliers sont aussi très intéressés par le développement.

«Il s'agit d'un secteur très calme et reposant loin des voies ferrées et des systèmes industriels et électriques, explique M. Côté. Le développement se situe véritablement au centre de la ville, près des centres-villes et d'une voie d'accès à Alma. De plus, ce seront des quartiers neufs et modernes ce qui optimisera la valeur des propriétés donc l'investissement des propriétaires», ajoute-t-il.

En effet, contrairement à de nombreux développements résidentiels qui sont le prolongement d'ancien quartier, ceux-ci seront entièrement nouveaux. De plus, ils seront aménagés dans le respect de l'environnement. De nombreux arbres seront conservés sur le territoire et environ 15 % du terrain sera remis à Ville de Saguenay pour l'aménagement d'espaces verts et de parcs.

Les deux quartiers seront séparés par le sentier de motoneige et de quatre roues. Aux alentours, un boisé sera maintenu en place et un tumulus a été prévu pour préserver les quartiers du bruit et assurer l'intimité des résidents.



Parmi les autres avantages de s'établir dans cet important développement, on note la proximité aux pistes cyclables, au centre de ski le Mont-Fortin, au sentier pédestre de la rivière Saguenay et évidemment aux routes principales tels le boulevard Saguenay et le bouvelard René-Lévesque.

Le développement domiciliaire de la villégiature comportera d'ailleurs quatre sorties, deux sur la Route du pont, une donnant sur le boulevard René-Lévesque et une quatrième près du Mont-Fortin.

À celle du boul. René-Lévesque, des terrains commerciaux seront aménagés pour les services de quartier, pharmacie, dépanneur, poste d'essence, marché d'alimentation, etc.

En ce moment, le développement du quartier prend forme alors que plusieurs jumelés et maisons unifamiliales sont déjà construites. Une phase de développement vient d'ailleurs de se terminer comprenant 14 terrains unifamiliaux, dont huit sans voisins arrière.

Une autre phase débutera sous peu. Celle-ci comprendra l'implantation de 22 terrains pour dix maisons jumelées et pour douze maisons en rangée.

«Ce type d'habitation est vraiment en croissance. De plus, grâce à nos terrains qui oscillent entre 7800 et 10 000 pieds carrés de superficie, il est possible de construire des jumelés ayant jusqu'à 30 pieds de façade. Nos terrains sont également d'une profondeur de 115 pieds et plus, ce qui est un net avantage», confirme M. Florent Côté, promoteur-propriétaire, avec son frère M. Denis Côté, du développement domiciliaire de la Villégiature.



UNE RÉGION AU CŒUR DU COMMERCE

Gala Qualité Habitation 2011

Usinex nommé «Meilleur constructeur de maisons usinées»

Mélissa Bradette
Rédactrice publicitaire
mbradette@lequotidien.com

À l'occasion du 21e Gala Qualité Habitation, l'entreprise Maison Usinex, qui a une place d'affaires à Saguenay, a été proclamée Meilleur constructeur de maisons usinées – dans la catégorie Entrepreneur de l'année – 50 unités et plus.

Soulignons que les finalistes au Gala Habitation ont été choisis parmi plus de 1600 entreprises et que ceux-ci ont été évalués sur la base de critères très précis établis par La garantie Qualité Habitation et Plans de garantie ACQ. Les entreprises ont notamment été jugées sur la qualité de leurs produits et la satisfaction de leur clientèle.

Pour Maison Usinex, il s'agit du treizième prix d'Excellence que l'entreprise se voit décerner depuis 2002. Dans le cadre du Gala Qualité Habitation, le manufacturier de maisons usinées a été honoré à neuf reprises.

M. Luc Morin, copropriétaire et directeur général de l'entreprise Maison Usinex se dit très fier de ce prix. «Ce n'est pas tous les jours qu'on a l'occasion d'être reconnu comme étant l'un des meilleurs constructeurs à l'échelle provinciale. La compétition étant féroce dans ce créneau, nous cherchons tous à nous démarquer par notre performance et par la qualité de nos produits. Une telle reconnaissance de l'industrie constitue une récompense pour le travail accompli par nos travailleurs et contribue à consolider les forces de l'entreprise. Aussi, nous sommes fiers de partager ce prix avec nos employés puisque c'est grâce à eux que nous connaissons une telle réussite», note-t-il.



C'est avec fierté que Maison Usinex partage son prix d'Excellence avec ses employés. De gauche à droite, M. Luc Morin, directeur général de Maison Usinex, M. Stéphane Truchon, coordonnateur aux ventes bureau de Chicoutimi et Jean Philip Tremblay, représentant Maison Usinex, bureau de Chicoutimi.

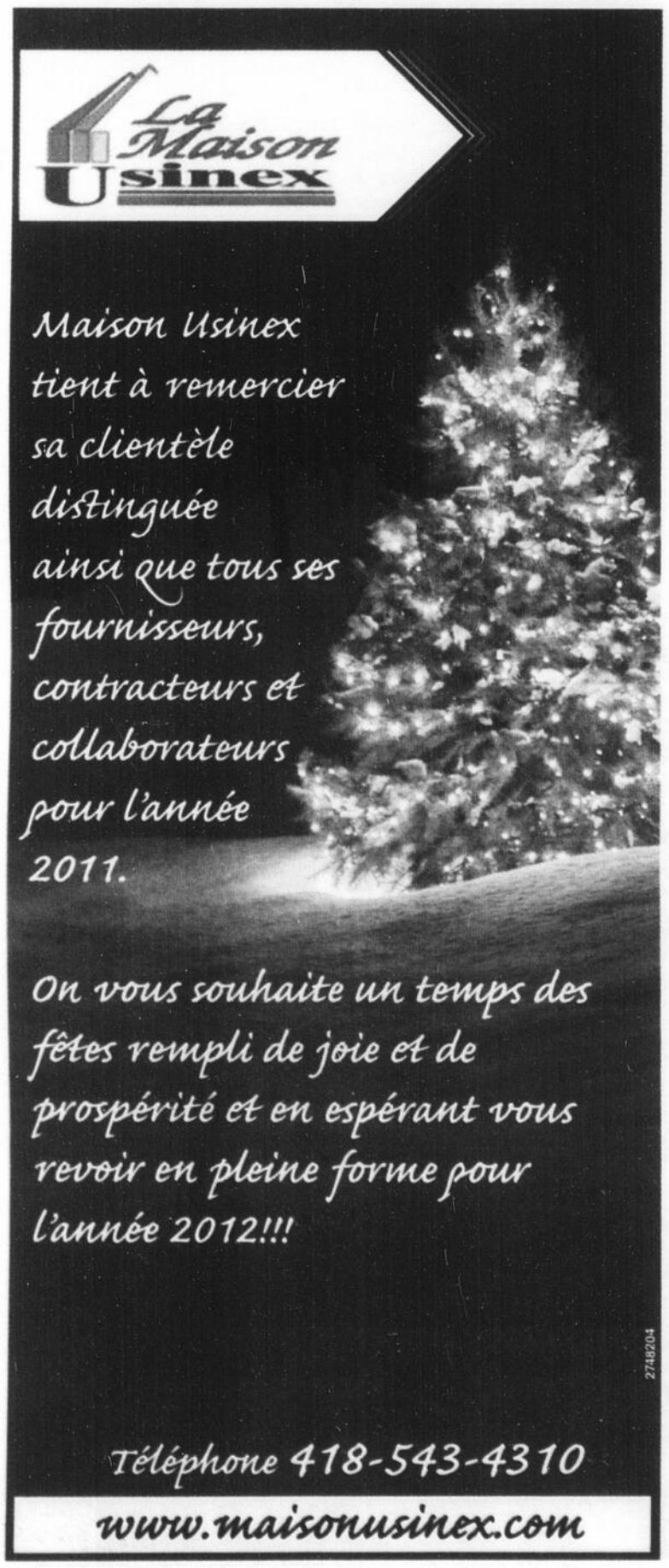
Une entreprise de renom

L'usine de Maison Usinex est située à Milan, près du Mont-Mégantic. Le marché de Maison Usinex s'étend à l'ensemble du Québec. «La qualité de nos maisons préfabriquées et notre service à la clientèle attentionné ont fortement contribué à notre croissance», explique le directeur général de l'entreprise.

En plus de son usine et de son bureau de Milan, en Estrie, Maison Usinex dispose de trois points de ventes dans la province. Ces bureaux de vente sont situés à Chicoutimi (Saguenay), à Sainte-Anne-des-Lacs (Laurentides) et à Mont-Tremblant (Laurentides, Abitibi).

Les personnes intéressées à connaître davantage les produits de Maison Usinex peuvent se présenter au bureau de Chicoutimi, situé dans le centre commercial Place du Saguenay. Le manufacturier de maisons préfabriquées participera également aux trois salons d'habitation qui seront présentés dans la région en 2012, soit l'Expo Habitat de Chicoutimi, le salon Commerce et Habitation d'Alma et l'Expo Habitat de Roberval.

Pour plus d'information, consultez le site Internet de Maison Usinex au www.maisonusinex.com



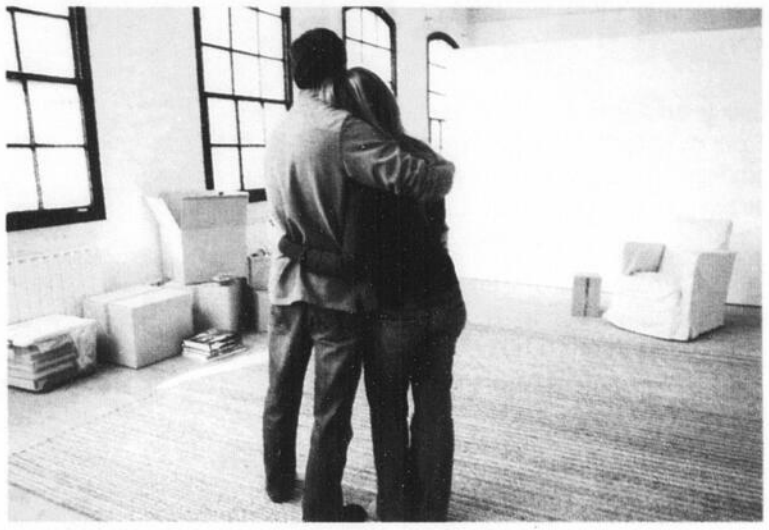


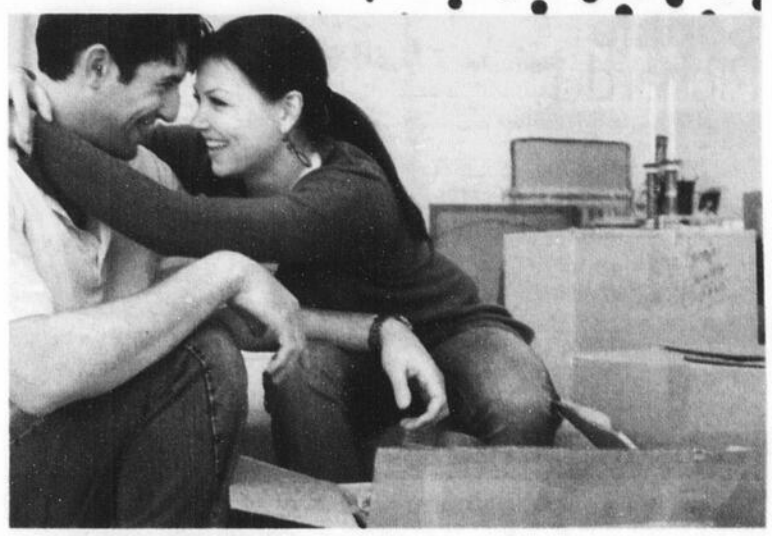
UNE RÉGION AU CŒUR DU COMMERCE

Via Capitale

Au service des clients!

Via Capitale est une bannière reconnue comme avant-gardiste, résolument tournée vers le service-client. C'est justement pour toujours mieux informer leurs clients que les courtiers Via Capitale offrent désormais deux nouveaux outils technologiques destinés aux acheteurs et aux vendeurs.





VIA VISITE est une façon révolutionnaire de faire visiter une propriété à vendre sans déplacement pour le client et sans dérangement pour les propriétaires.

En circulant dans la maison avec son téléphone intelligent en main, le courtier envoie aux visiteurs virtuels les images qu'il voit lui-même. Salon, cuisine, salle à manger, chambre à coucher, salle de bains et salle d'eau, sous-sol, garage, cour; voilà, vous avez fait le tour de la propriété assis bien tranquillement derrière votre ordinateur, et vous avez maintenant une idée très précise du type de propriété qu'on vous propose. Le courtier sauvegarde cette visite et il peut ultérieurement vous en faire bénéficier.

VIA MAG est un magazine publicitaire consacré à une seule propriété. Le courtier y décrit les attraits de la propriété avec moult photos à l'appui. Pour le client vendeur, voir sa propriété être l'objet d'une telle publicité personnalisée, cela augure bien pour une vente à court terme. Pour le client acheteur, quoi de plus agréable que de visualiser photos et descriptions dans le confort de son foyer et de pouvoir conserver le ViaMag pour consultations ultérieures?

Outre ces nouveautés, Via Capitale offre à ses clients acheteurs un programme de service après-vente fort à propos pour le nouveau propriétaire : protections, assistance juridique et assortiment de coupons-rabais et d'offres promotionnelles de fournisseurs du domaine immobilier.

Via Capitale Saguenay–Lac-St-Jean, 4 agences à votre service !



Pas de casse-tête...

viacapitale



Appelez-nous

Nos conseils sont gratuits.

viacapitale SAGUENAY LAC-SAINT-JEAN AGENCE IMMOBILIÈRE

Chicoutimi: 418-543-5511 Jonquière: 418-548-9192

La Baie: 418-697-5511 Alma: 418-668-4578

Roberval: 418-275-5512 Dolbeau: 418-276-6797

www.pasdecasse-tete.com

Suivez-nous sur Facebook VIA CAPITALE SAGUENAY–LAC-ST-JEAN ENTREPRISE

2751251

Ouverture de L'Éternel spa

Pour une expérience thermale unique

Sophie Richard
Rédactrice publicitaire
srichard@lequotidien.com

C'est officiellement le 7 décembre prochain que L'Éternel spa ouvrira ses portes sur la montagne faisant face au centre de ski le Valinouët. Cet ambitieux projet, qui dynamisera sans aucun doute le secteur du Massif des Monts-Valin, offre tout un éventail de services visant le bien-être du corps et de l'esprit.

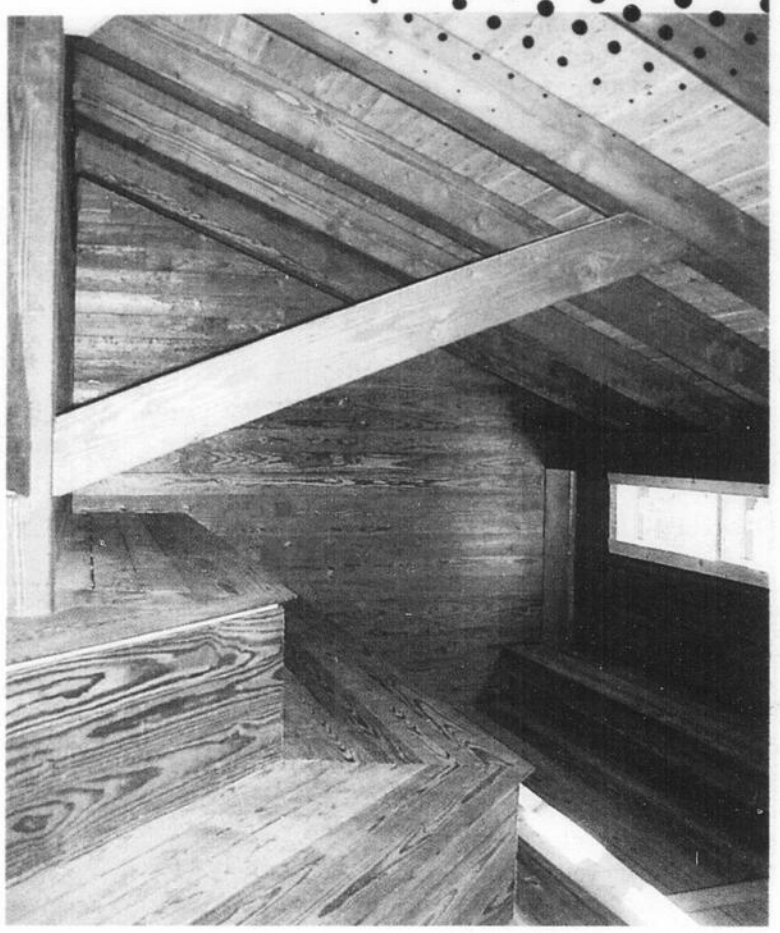
Le site extérieur, aménagé en paliers pour maximiser l'intimité de la clientèle, donne accès à pas moins de cinq bassins d'eau chaude, dont deux grands bassins multimassages, à un bassin d'eau froide, à la rivière ainsi qu'au sauna finlandais, au bain vapeur et à de nombreuses aires de repos. Le tout est relié par des passages en béton chauffés pour le confort des baigneurs.

Ce site enchanteur, situé en plein cœur de la forêt, a également été aménagé de façon à conserver la beauté du paysage.

Concept européen

C'est autour de la pure tradition finlandaise que L'Éternel spa s'est construit. L'expérience thermale qui y offerte est unique et reflète véritablement l'essence même des spas finlandais. Le sauna sec de L'Éternel spa est d'ailleurs un bon exemple d'un élément typique des spas de ce pays européen.

Plutôt que d'être chauffé à l'électricité, c'est un poêle à bois qui chauffe le sauna en transmettant d'abord sa chaleur à une large plaque de granite réchauffant à son tour les pierres du sauna sur lesquelles de l'eau est ensuite versée.



Le sauna finlandais est typique des spas de ce pays européen. Plutôt que d'être chauffé à l'électricité, il est chauffé au bois.

L'expérience est des plus relaxantes et la beauté du pavillon suffira à elle seule à vous charmer, notamment grâce à ses poutres de bois apparentes.

Massothérapie et soins corporels

En plus de profiter des bains nordiques et de l'atmosphère enveloppante des lieux, les clients pourront également recevoir des soins en massothérapie ou en esthétique. Pour maintenir le haut standard de qualité fixé pour L'Éternel spa, la directrice Mme Manon Gagné s'est entourée d'une équipe professionnelle qui dispensera les soins signés SOTHYS et fera les massages dans l'une des douze salles prévues à cet effet.

Pour compléter son offre de produits et de services visant le bien-être du corps et de l'esprit, L'Éternel spa a conclu une entente avec la chef Diane Tremblay du Privilège qui concoctera un menu santé en toute simplicité pour le Bistrot du rêveur, situé dans le pavillon principal. Tous vos sens seront alors comblés par une visite à L'Éternel spa.

Renseignez-vous également sur les forfaits disponibles ainsi que les chèques-cadeaux. Un présent mieux-être qui fera bien des heureux.

RECEVEZ GRATUITEMENT
UNE TROUSSE WOOD-PRO MC
À L'ACHAT D'UNE DES SCIES À CHAÎNE STIHL SÉLECTIONNÉES*
UNE VALEUR DE 85 $!
MS 170 Scie à chaîne à essence 30,1 cm³/1,3 kW 3,9 kg/8,6 lb
MAINTENANT SEULEMENT 229,95 $
Prix suggéré 249,95 $ avec guide-chaîne 16"

Modèles de scies à chaînes	Cylindrée (cm³)	Puissance (kW)	Poids (kg/lb)	Prix de détail suggéré	Maintenant Seulement (avec guide-chaîne 16")
MS 180 C-BE	31,8	1,5	4,2 / 9,3	329,95 $	299,95 $
MS 230	40,2	1,9	4,8 / 10,1	379,95 $	349,95 $
MS 250	45,4	2,3	4,6 / 10,1	429,95 $	399,95 $
MS 250 C-BE	45,4	2,3	4,9 / 10,8	479,95 $	449,95 $
NOUVEAU MS 261	50,2	2,8	5,3 / 11,6	649,95 $	599,95 $
MS 290	56,5	2,8	5,9 / 13,0	479,95 $	449,95 $
NOUVEAU MS 291 C-BE	55,5	2,8	6,2 / 13,6	549,95 $	499,95 $
MS 362	59,0	3,4	5,9 / 13,0	779,95 $	749,95 $

* Offre d'une durée limitée. L'offre d'une trousse Wood-Pro MC STIHL gratuite n'est offerte qu'à l'achat des scies à chaîne neuves sélectionnées, et reste en vigueur jusqu'au 30 novembre 2011, ou jusqu'à épuisement des inventaires.
www.stihl.ca

Coop Nutrinor
1695, boul. Talbot, Chicoutimi
(418) 549-4770

Location d'équipements Chicoutimi
131, St-Éphrem, Chicoutimi-Nord
(418) 549-5262

Roland Spence et Fils
4364, du Royaume, Jonquière
(418) 547-0054

La Baie Moteur enr.
1131, boul. Grande-Baie Sud, La Baie
(418) 544-3881

Unimat Centre de rénovation
555, avenue Coop, St-Bruno
(418) 343-3812

Unimat Centre de rénovation
5552, av. du Pont Nord, Alma
(418) 347-3305

Réul Boivin et Fils ltée
492, boul. Marcotte, Roberval
(418) 275-2502

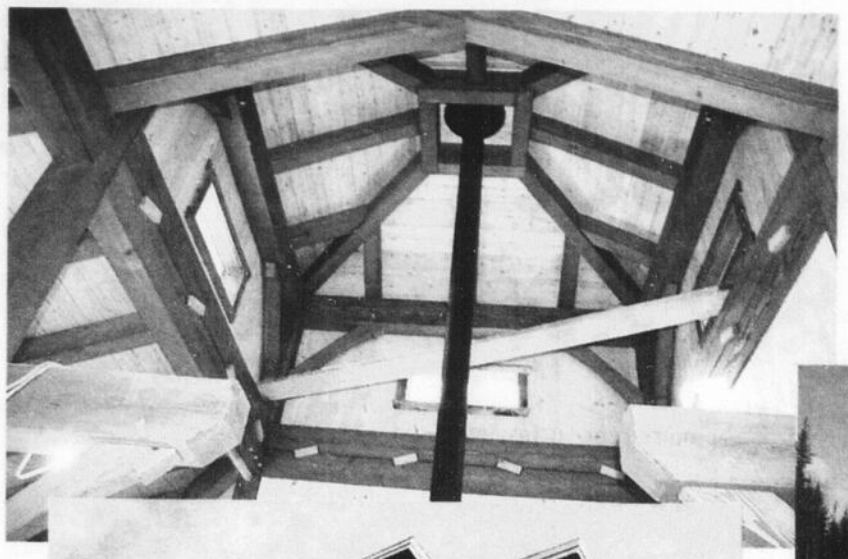
Formule JRE inc.
358, Dessureault, Dolbeau-Mistassini
(418) 276-2672

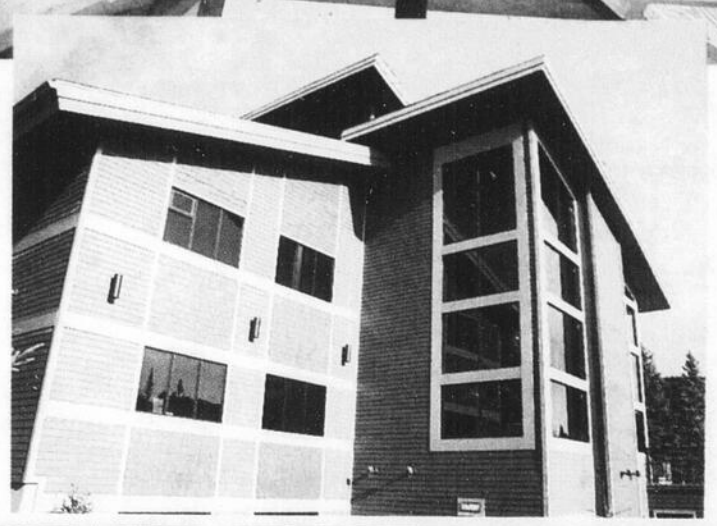
Sport plein air Gagnon inc.
870, 3e Rue, Chibougamau
(418) 748-3134

STIHL
2660589

NE COMMENCEZ PAS VOS TRAVAUX SANS CONSULTER
PLOMBERIE J.F. CLOUTIER
R.B.Q.: 8315-3932-17
• Résidentiel
• Commercial
• Industriel
CHAUFFAGE RADIANT AU GLYCOL
Un seul endroit pour la plomberie, le chauffage et les salles de bains. (Appareils sanitaires et accessoires)
FAITES-LE VOUS-MÊME
• Vente de matériel
• Plan sur demande
• Estimation gratuite
www.plomberie-jfcloutier.com
JEAN-FRANÇOIS CLOUTIER
PROPRIÉTAIRE
418-542-9584
3500, rue de la Recherche, Jonquière (Parc industriel)
2752895







UNE RÉGION AU CŒUR DU COMMERCE



L'Éternel spa c'est une expérience thermale unique dans un décor enchanteur. Sur un terrain de plus de 350 000 pieds carrés, entouré d'arbres et d'eau, les aires de repos et les bains offrent intimité et quiétude à la clientèle.

L'Éternel SPA
Station Le Valinouët

VENEZ VIVRE L'EXPÉRIENCE THERMALE UNIQUE DE L'ÉTERNEL SPA DÈS LE MOIS DE DÉCEMBRE!

LAISSEZ-VOUS ALLER À LA TENTATION
ET RAPPROCHEZ-VOUS DE L'ÉTERNEL...

UNE EXPÉRIENCE THERMALE UNIQUE

- source thermale (rivière, bains, hammam sauna et aires de repos)
- massothérapie
- soins du corps
- soins du visage

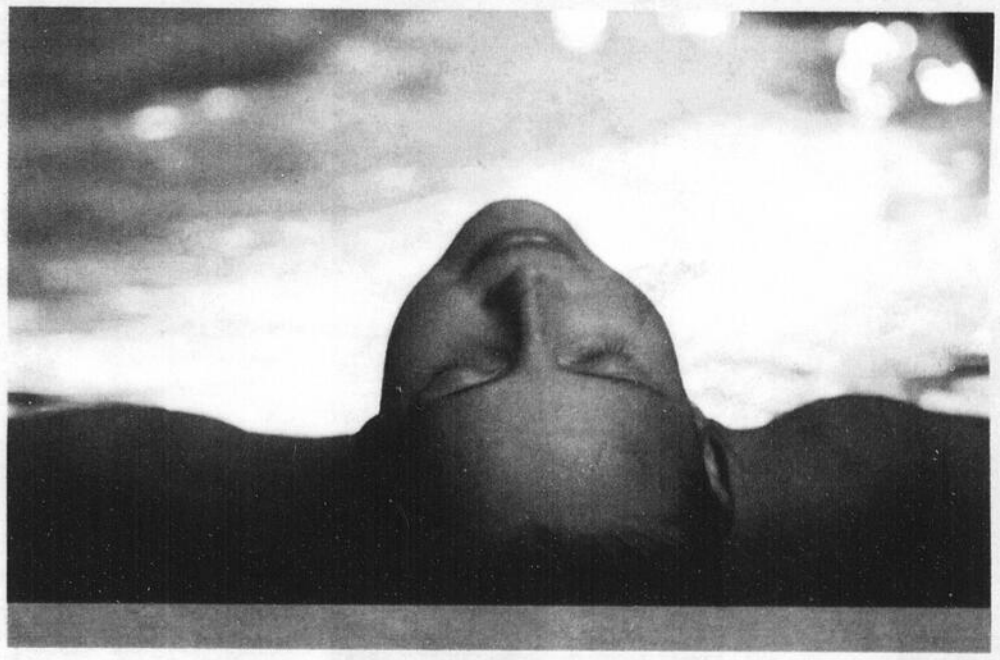
Nous utilisons les produits de la prestigieuse gamme SOTHYS pour tous nos soins corporels et massages.



T 418 673.3330
info@leternelspa.com
W leternelspa.com

160 du Massif
St-David-de-Falardeau QC G0V 1C0

ABONNEMENT DISPONIBLE.



la tête dans les nuages...

Nos installations en plein air longent une rivière naturelle et comprennent cinq bassins d'eau chaude, dont deux grands bassins multimassage, un bassin naturel d'eau froide avec chute, un sauna sec, deux yourtes avec foyer, différentes aires de repos intérieures et extérieures, ainsi qu'un bistro santé en partenariat avec Le Privilège, créateur de plaisirs gustatifs.

2747223

Ballet-féerie

Le Prisme culturel présente Casse-Noisette

Mélissa Bradette
Rédactrice publicitaire
mbradette@lequotidien.com

Pour une treizième année le Prisme culturel présentera le ballet Casse-Noisette, un classique du temps des Fêtes. La grande première de Casse-Noisette 2011 aura lieu le jeudi 15 décembre, à compter de 19 h, à la Salle Michel-Côté (Auditorium d'Alma).

À l'occasion de ce spectacle d'envergure, plus de 115 danseurs et danseuses seront réunis sur scène. Soulignons que des jeunes de quinze municipalités feront partie de la distribution. En effet, des danseurs d'Alma, Saint-Bruno, Saint-Gédéon, Métabetchouan-Lac-à-la-Croix, Saint-Nazaire, Hébertville, Dolbeau-Mistassini, Saint-Ambroise, Shipshaw, Labrecque, Larouche, Saint-Augustin, Québec et Montréal ont été sélectionnés par audition pour ce ballet-féerie. Tous sont très fiers de participer à cette belle production.

«C'est une grande chance d'avoir ce joyau dans notre région», souligne M. Raymond Tremblay, directeur de production. «Grâce à l'aide et au soutien d'artistes de la région pour la conception des décors, des costumes, des chorégraphies et de la mise en scène, nous pouvons offrir à tous ces jeunes l'encadrement et l'environnement nécessaire pour s'épanouir à travers cette magnifique production.»

Têtes d'affiche

Dans les rôles de Clara et du Prince, personnages principaux de Casse-Noisette, on retrouve deux jeunes natifs de la région ayant reçu leur formation au Prisme culturel. Il s'agit de Malorie Bouchard, originaire de Jonquière, et de Jean-Daniel Bouchard, natif de Saint-Bruno.



Casse-Noisette nous transporte dans un monde merveilleux et nous plonge dans l'esprit du temps des Fêtes.

Photo Chantale Hamel



Malorie Bouchard interprétera le rôle de Clara, tandis que le Prince sera incarné par Jean-Daniel Bouchard. Ces deux danseurs sont originaires de la région.

Photo Chantale Hamel

Une production digne des Grands ballets

Une prestation de calibre professionnel attend les spectateurs. Les talentueux danseurs de la compagnie ainsi que les élèves avancés des programmes Danses-Études sauront atteindre un niveau de performance inégalable aussi bien dans les chorégraphies originales que dans les chorégraphies tirées du répertoire des compagnies professionnelles.

Casse-Noisette est une oeuvre essentiellement orientée vers le ballet, mais on retrouve aussi dans ce spectacle une note théâtrale. «Notre metteur en scène, Sophie Larouche, a beaucoup développé cette année l'aspect théâtral afin de mettre en valeur tous les tableaux. Elle a aussi accentué le jeu des personnages», fait valoir M. Tremblay.

Une œuvre à découvrir

Casse-Noisette nous transporte dans un monde merveilleux et nous plonge dans l'esprit du temps des Fêtes. Cette œuvre, présentée pour la première fois sous forme de spectacle de ballet, le 18 décembre 1892 au Théâtre Mariinsky de Saint-Petersbourg, est tout simplement magique. La musique de Tchaïkovski, les personnages, les décors fabuleux, les costumes au mille couleurs nous transportent dans un monde imaginaire de l'enfance; un monde où tout est possible. Un spectacle à voir ou à revoir!

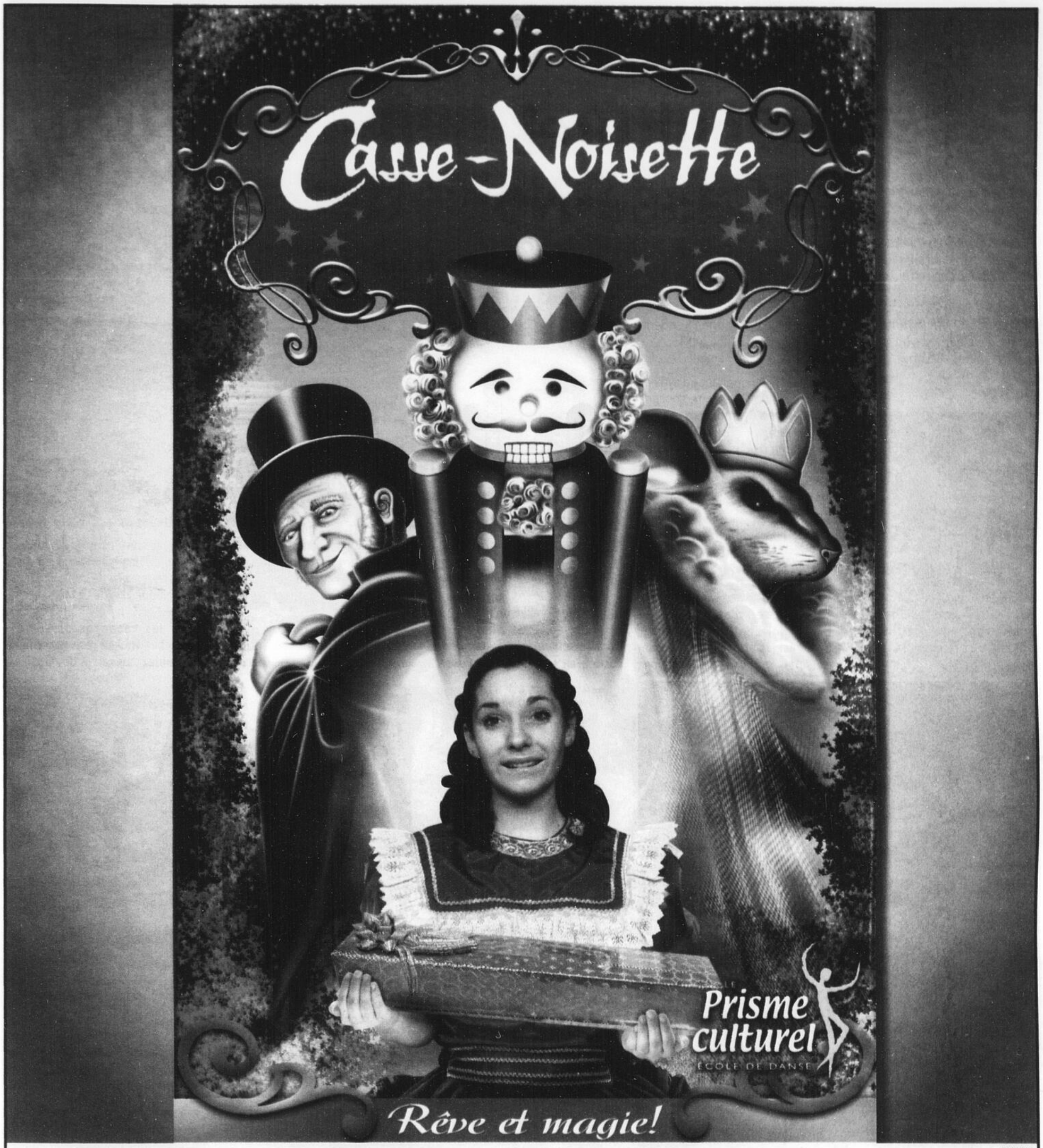


Le Prisme culturel présente pour une treizième année le spectacle Casse-Noisette.

Photo Chantale Hamel



Photo Chantale Hamel



2751906

Salle Michel-Côté Alma

Le 16 décembre à 20 h et les 17 et 18 décembre à 14 h

Réservation: 418 669-5135 sur Réservatech et *www.reservatech.net*

Saint-Bruno 125 ans · Ville d'Alma · Ville de Saguenay · Hydro Québec · Journal Le Lac-St-Jean · Rouge 96,9 fm · Le Quotidien · Le Progrès dimanche

UNE RÉGION AU CŒUR DU COMMERCE

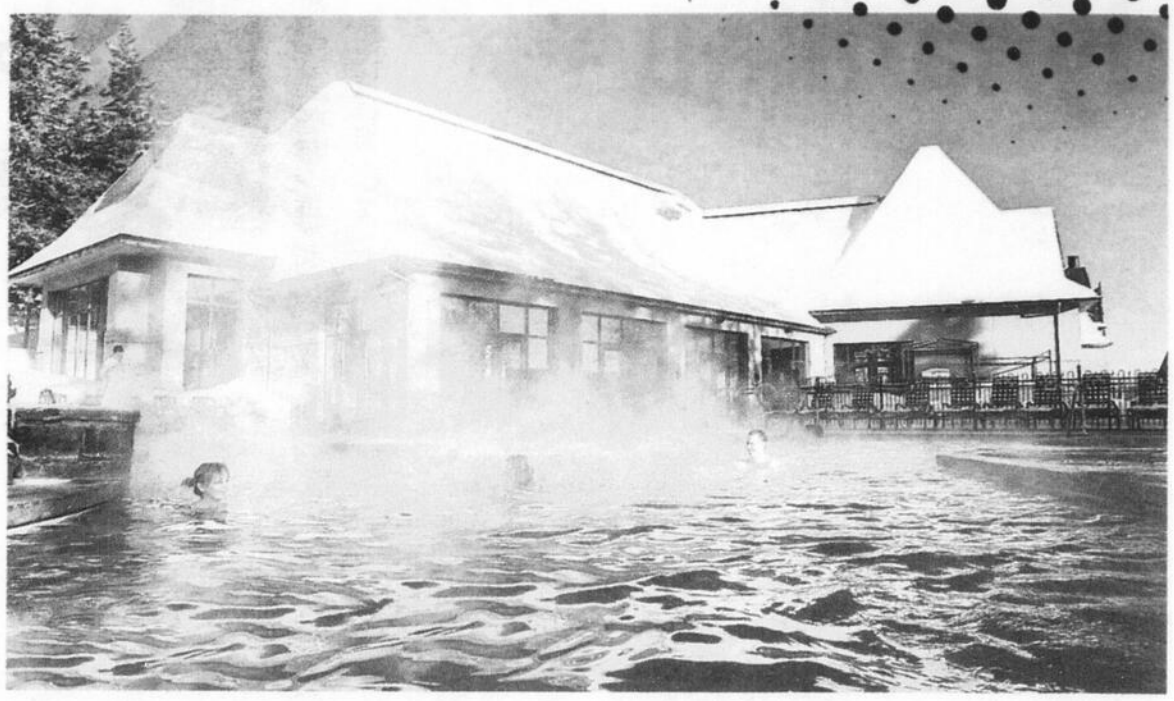
Fairmont Le Manoir Richelieu

Des vacances magiques

Profitez des vacances pour découvrir les beautés de l'hiver qu'offre la magnifique région de Charlevoix. Situé entre la mer et les montagnes, Fairmont Le Manoir Richelieu est l'endroit idéal pour admirer un lieu riche en histoire.

Cet endroit vous offre la possibilité de participer en famille aux nombreuses activités hivernales, plus agréables les unes que les autres. La motoneige, le ski, la raquette et le patinage sont toutes des activités qui se trouvent à proximité de l'hôtel.

Allez tenter votre chance au Casino, situé à côté du Manoir, ou allez vous détendre à l'un des nombreux services offerts par le spa. Fairmont Le Manoir Richelieu possède 405 chambres et suites, une piscine d'eau salée et chauffée intérieure et extérieure, un spa, un sauna et une salle d'entraînement. De plus, trois restaurants sont offerts au plaisir des clients.

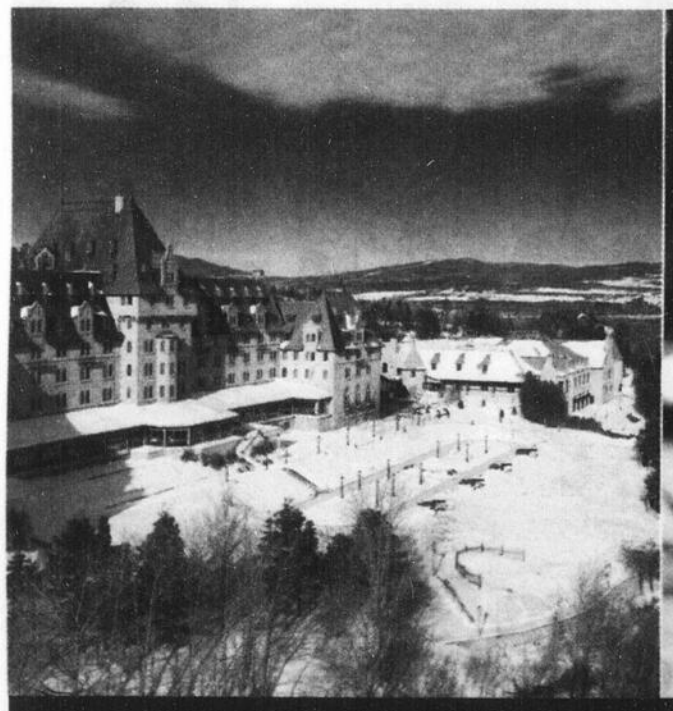




Une salle d'arcade, dotée d'une table de billard, de ping-pong et de «air hockey», est présente pour amuser les adolescents, alors que l'on retrouve une salle de jeux pour les plus jeunes, ainsi qu'un service de gardienne. L'hôtel possède aussi sa propre zamboni permettant d'entretenir régulièrement son anneau de glace et ses nombreuses pistes de raquettes sont très bien entretenues.

D'autres exemples d'activités à pratiquer au Manoir Richelieu en hiver sont les promenades en calèche et la pêche sur glace, sans oublier les promenades dans la magnifique ville de La Malbaie.

Pour les vacances des Fêtes, dépêchez-vous de réserver en ligne et profitez d'un rabais de 20 %.







Fairmont
LE MANOIR RICHELIEU
CHARLEVOIX, QUÉBEC

LE TEMPS DES FÊTES AU MANOIR

TARIF DES FÊTES
À PARTIR DE
199 $*

*Par nuitée, par chambre, en occupation double. Taxes en sus. Tarif pour chambre Fairmont seulement. Sous réserve de disponibilité. Valable du 23 décembre 2011 au 3 janvier 2012.

FAIRMONT LE MANOIR RICHELIEU
HOTEL ~ CASINO ~ SPA

La magie des Fêtes dans un décor féerique

Venez participer à la célébration des fêtes au Fairmont Le Manoir Richelieu. En famille ou avec des amis, le coeur de Charlevoix vous accueille dans un décor hivernal magique entre mer et montagnes. Une multitude d'activités hivernales vous attendent : arrivée du Père Noël (le 24 déc.), programme pour les enfants, ski, patin, piscine extérieure, soirées dansantes (les 24 et 31 déc.) et des fabuleux festins dans nos restaurants! Venez savourer les fêtes chez nous.

RÉSERVATIONS 1 800 441 1414 or www.fairmont.com

CLÉ VERTE

Voyez notre vidéo d'hiver!

2752049

UNE RÉGION AU CŒUR DU COMMERCE

Ville d'Alma SPECTACLES

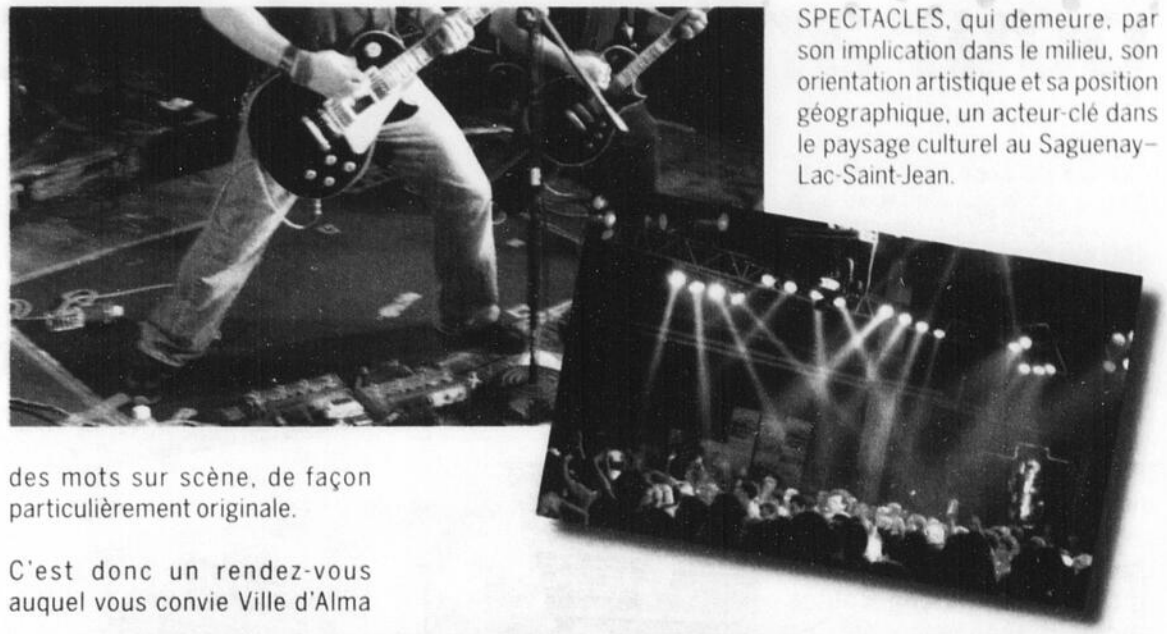
Un diffuseur de spectacles dynamique

Avec sa programmation diversifiée, des groupes disciplinaires engagés (Concerto et Commando Théâtre), des collaborations nombreuses auprès des organismes culturels et des établissements scolaires primaires, secondaires et collégiaux, il va sans dire que Ville d'Alma SPECTACLES est actif dans son milieu.

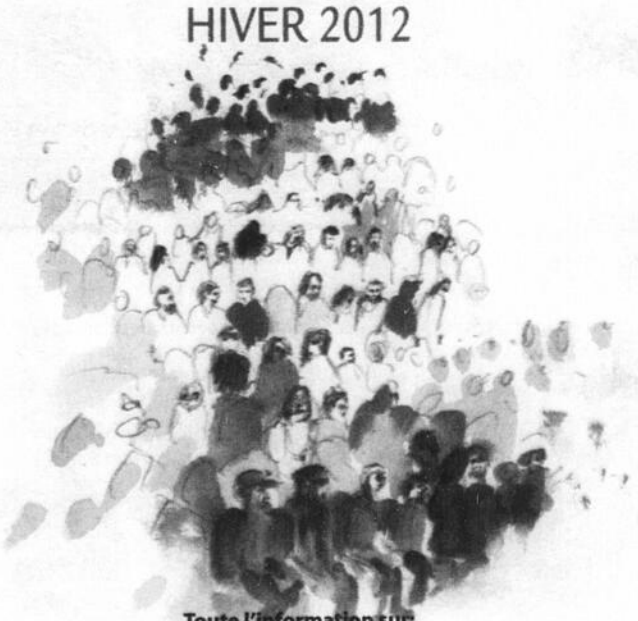
«Un diffuseur de spectacles, informe Jocelyn Fradette, président du comité des arts et de la cullture de Ville d'Alma, est un intermédiaire entre l'artiste et le public. En ce sens, il est sensible à l'égard des besoins et attentes du public, tout en proposant de multiples occasions d'élargir ses horizons culturels, par des rencontres inédites et de belles découvertes.»

À l'hiver 2012, 22 soirées sont proposées au grand public et 1 après-midi en famille, en plus de 9 représentations destinées au public scolaire. Par ailleurs, LES MOTS DITS reviennent en février pour présenter le travail des mots sur scène, de façon particulièrement originale.

C'est donc un rendez-vous auquel vous convie Ville d'Alma SPECTACLES, qui demeure, par son implication dans le milieu, son orientation artistique et sa position géographique, un acteur-clé dans le paysage culturel au Saguenay–Lac-Saint-Jean.



VILLE D'ALMA
SPECTACLES
VOUS OFFRE
TOUT L'ART DU MONDE
HIVER 2012



Toute l'information sur:
www.almaspectacles.com
Suivez-nous sur: Facebook

BILLETTERIE:
850, avenue Bégin Sud, Alma • 418 669-5135
Heures régulières d'ouverture: du mardi au jeudi de 16 h à 19 h

POINTS DE VENTE (ALMA):
Tabagie Gai-Lon-La (Galeries Lac-Saint-Jean)
Tabagie Dequen (boulevard De Quen Nord)
Pharmacie Jean Coutu (du Pont Nord)

EN LIGNE: www.reservatech.net
418 545-3330
Sans frais: 1 877 545-3330
www.reservatech.net

CHANSON — COMPLET
Roch Voisine Americana
Vendredi 20 janvier 2012, 20 h
Salle Michel-Côté
45 $ / 40 $ TJ et 65 ans +

HUMOUR — LES MOTS DITS
Boucar Diouf L'Africassée
Vendredi 27 janvier 2012, 20 h
Salle Michel-Côté
35 $ / 30 $ TJ et 65 ans +

SÉRIE CONCERTO — Nouveau
Amours, délices et orgues
Samedi 28 janvier 2012, 20 h
Église Saint-Joseph
34 $ / 24 $ TJ et 65 ans +

CHANSON — LES MOTS DITS
Stefie Shock La mécanique de l'amour
Vendredi 3 février 2012, 21 h
Côté scène
25 $ adm. générale

CHANSON — LES MOTS DITS
Les Charbonniers de l'enfer Nouvelles fréquentations
Jeudi 9 février 2012, 20 h
Boîte à Bleuets - 30 $ adm. générale

CHANSON
David Usher
Vendredi 10 février 2012, 20 h
Salle Michel-Côté
36 $ / 31 $ TJ et 65 ans +

CHANSON — LES MOTS DITS
Gilles Bélanger L'homme rapaillé en chanson
Vendredi 17 février 2012, 20 h
Boîte à Bleuets - 25 $ adm. générale

SÉRIE CONCERTO
Le chœur du Theatre of early music
Samedi 18 février 2012, 20 h
Salle Michel-Côté
36 $ / 26 $ TJ et 65 ans +

THÉÂTRE — FLASHS — LES MOTS DITS
Cravate Club
Jeudi 23 février 2012, 20 h
La Tourelle
28 $ / 23 $ TJ et 65 ans +

HUMOUR
André-Philippe Gagnon est un réseau social
Vendredi 24 février 2012, 20 h
Salle Michel-Côté
49 $ / 44 $ TJ et 65 ans +

FAMILIAL
Arthur L'Aventurier L'œil de cristal
Dimanche 4 mars 2012, 14 h
Salle Michel-Côté - 10 $ adm. générale

HUMOUR
Daniel Lemire Nouveau spectacle
Jeudi 15 mars 2012, 20 h
Salle Michel-Côté
48 $ / 43 $ TJ et 65 ans +

THÉÂTRE
Le grand cahier
Vendredi 23 mars 2012, 20 h
Salle Michel-Côté
30 $ / 25 $ TJ et 65 ans +

CHANSON
Leif Vollebekk
Samedi 24 mars 2012, 20 h
Boîte à Bleuets
20 $ adm. générale

CHANSON
Nicolas Pellerin et les Grands Hurleurs
Vendredi 30 mars 2012, 20 h
Boîte à Bleuets - 25 $ adm. générale

CHANSON — Nouveau
Cœur de pirate Blonde
Vendredi 13 avril 2012, 20 h
Salle Michel-Côté
32 $ / 27 $ TJ et 65 ans +

CHANSON
Daniel Lavoie
Samedi 31 mars 2012, 20 h
Salle Michel-Côté
36 $ / 31 $ TJ et 65 ans +

SÉRIE JAZZ
The Mark Atkinson trio
Jeudi 5 avril 2012, 20 h
Boîte à Bleuets
25 $ adm. générale

THÉÂTRE
Le boss est mort
Samedi 14 avril 2012, 20 h
Salle Michel-Côté
46 $ / 41 $ TJ et 65 ans +

DANSE
Variations S
Mercredi 18 avril 2012, 20 h
Salle Michel-Côté
25 $ / 20 $ TJ et 65 ans +

CHANSON
Misteur Valaire Golden Bombay
Vendredi 20 avril 2012, 21 h
Côté scène - 25 $ adm. générale

SÉRIE CONCERTO
Dialogues amoureux
Samedi 21 avril 2012, 20 h
Salle Michel-Côté
34 $ / 24$ TJ et 65 ans +

FORFAITS
LES MOTS DITS
Boucar Diouf
Stefie Shock
Les Charbonniers de l'enfer
Gilles Bélanger
Cravate club
5 spectacles pour 75 $ - 15 $ par spectacle!

CHANSON — LES MOTS DITS
Patrice Michaud Le triangle des Bermudes
Jeudi 26 avril 2012, 20 h
Boîte à Bleuets - 20 $ adm. générale

CONCOURS
Courrez la chance de gagner un des deux lots de 250 $ en billets de spectacles pour la saison HIVER 2012
Du 3 au 22 décembre 2011, participez en cliquant sur l'onglet CONCOURS sur le site Web : www.almaspectacles.com
Doublez vos chances sur notre page Facebook

2746586

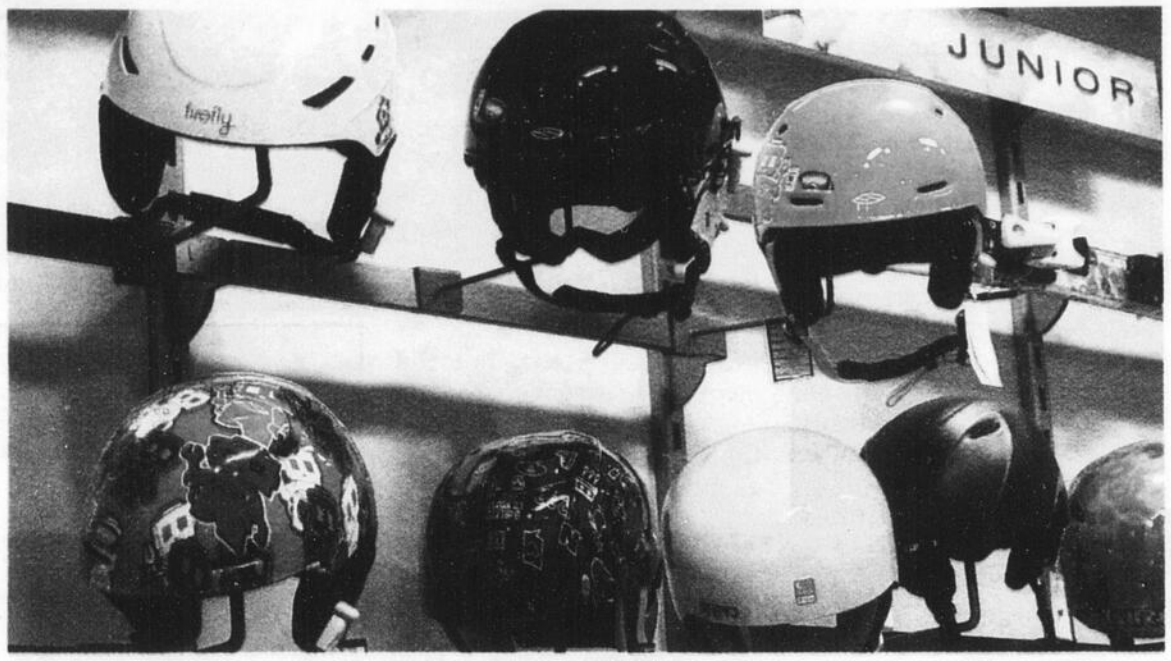
UNE RÉGION AU CŒUR DU COMMERCE

Idées cadeaux

Accessoires indispensables pour amateurs de sports de glisse

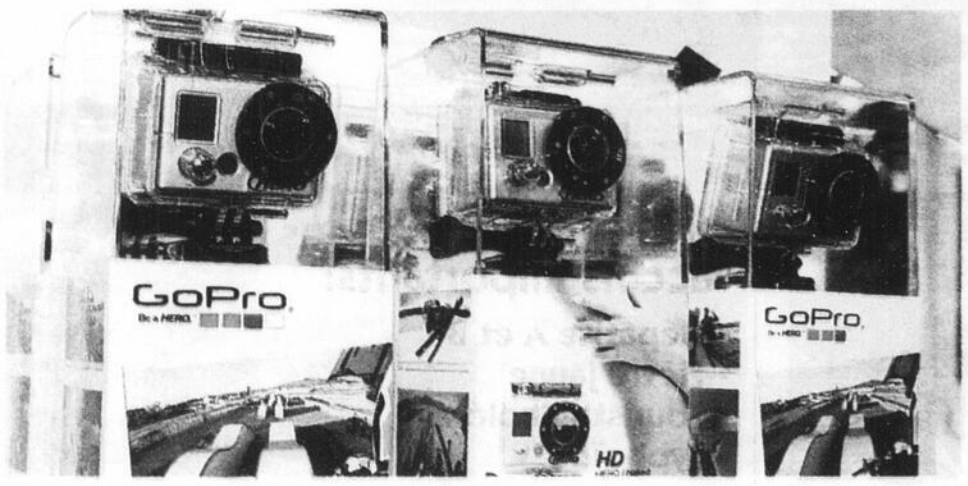
Mélissa Bradette
Rédactrice publicitaire
mbradette@lequotidien.com

Pour pratiquer son sport d'hiver favori en tout confort et profiter de chaque moment passé à l'extérieur, il faut être bien équipé. Vous êtes entourés d'amateurs de plein air ou de sports de glisse et vous recherchez des idées cadeaux pour ceux-ci? Voici quelques accessoires indispensables que vous recommandent les spécialistes de la boutique Sports Experts de Place du Royaume.



La tête bien protégée

Sur le plan de la sécurité, les casques sont devenus un incontournable pour les petits, mais aussi pour les adultes. Si auparavant les casques se déclinaient essentiellement en noir, en gris et en blanc, on trouve maintenant sur le marché une multitude de modèles tous plus colorés les uns que les autres.



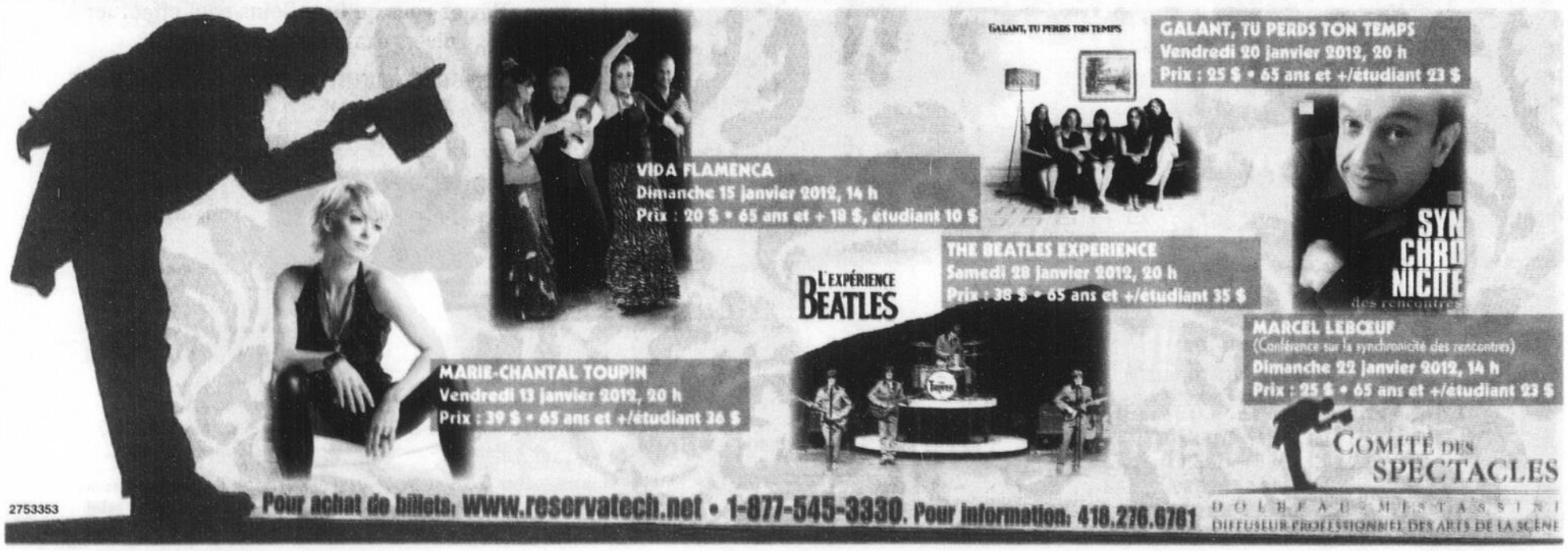
Exploits en HD

Voici une caméra de calibre professionnel, à prix abordable, permettant de filmer les prouesses des skieurs et planchistes en HD. La caméra HD Helmet HERO GoPro est reconnue comme étant la caméra photo et vidéo offrant les meilleures performances au monde. La HERO GoPro offre trois options de résolutions HD de qualité professionnelle, soit : 1080 p / 960 p / 720 p. Sa capacité d'enregistrement peut aller jusqu'à 2 h 30 avec une charge simple et jusqu'à 9 heures au total sur une carte SD 32 Go. Les options de fixation de la caméra comprennent un bandeau de style lampe frontale à fixer que vous pouvez rapidement partager avec vos amis, une sangle pour casques ventilés, deux fixations adhésives plates et deux fixations adhésives incurvées pour fixer la caméra au matériel, au véhicule ou sur tout autre support qui vous permet de vous déplacer.

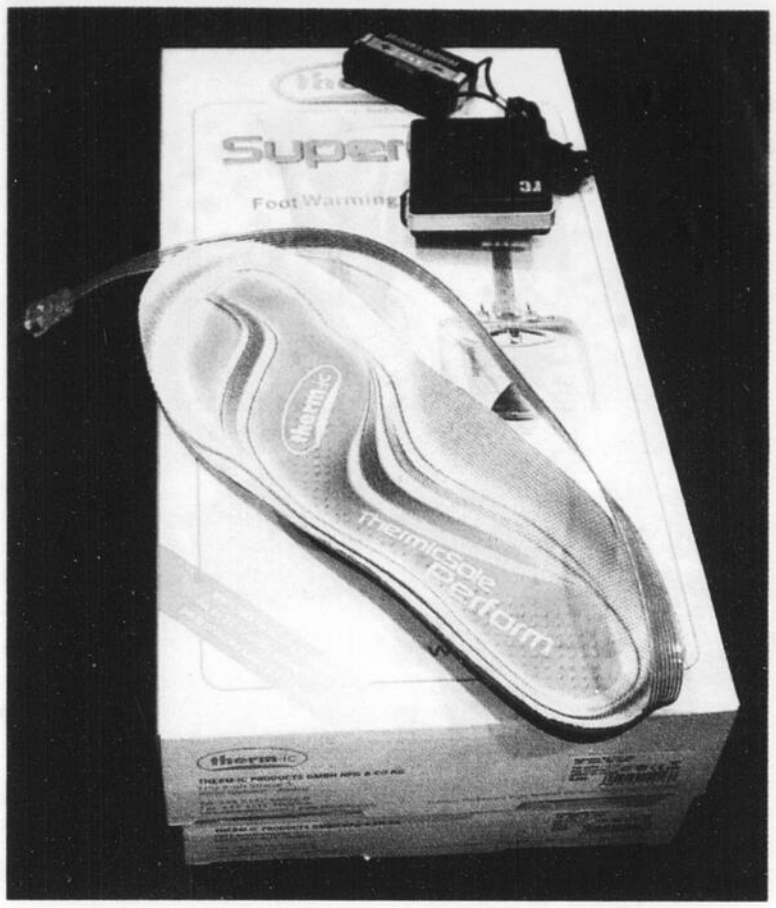


Sac pratique

La compagnie KGB a conçu un sac fort pratique permettant de transporter sans tracas bottes et casque.



UNE RÉGION AU CŒUR DU COMMERCE

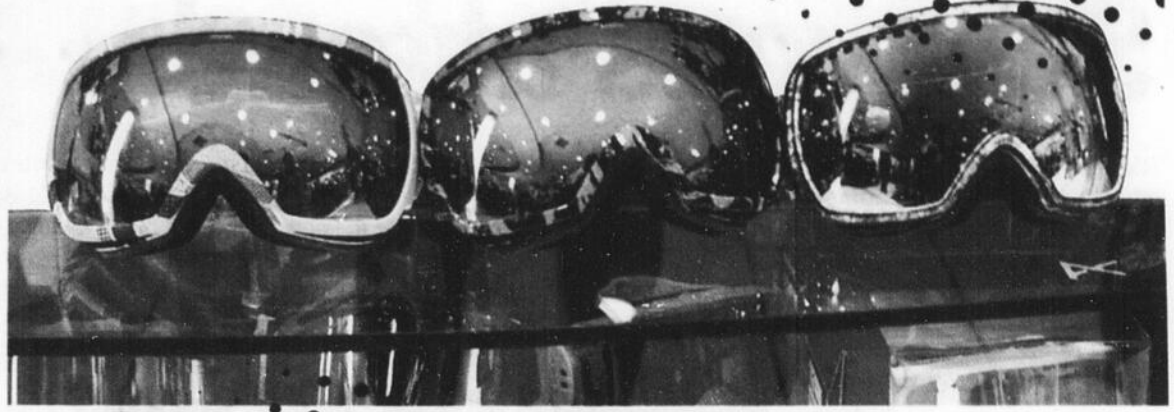


Les pieds au chaud

Vous avez tendance à geler des pieds lorsque vous skiez? Les semelles chauffantes TermicSole Perform sont faciles à installer et s'adaptent à toutes les chaussures.
Grâce à leur voûte préformée et à leur forme anatomique 3D, elles maintiennent et protègent les pieds de manière optimale. De plus, comparativement à d'autres modèles disponibles sur le marché, ce n'est pas uniquement le bout de la semelle qui chauffe, mais bien l'ensemble de celle-ci.
Les semelles TermicSole Perform étant munies d'un contrôle à distance, on peut facilement ajuster la chaleur de celles-ci.

Vue colorée

Cette année la tendance en matière de lunettes de ski est aux grosses lentilles colorées. Parmi les marques populaires ayant commercialisé de tels modèles pour 2012 on retrouve Oakley, Anon et Spy.







UNE RÉGION AU CŒUR DU COMMERCE

Contact nature

Le Centre Plein Air Bec-Scie vous attend

Réputé comme étant l'un des plus beaux centres de ski de fond au Québec, le Centre Plein Air Bec-Scie vous surprendra par la beauté de ses paysages ainsi que par la qualité hors pair de ses pistes.

Plus de 90 kilomètres de sentiers vous attendent, passant du niveau débutant au niveau avancé, en pas de style classique ou patin.

Pour une randonnée en raquette enchanteresse, venez voir la Passe-Du-Matelot et son décor spectaculaire. Vous traverserez un impressionnant couloir naturel scellé entre deux parois de roc qui s'élèvent de part et d'autre du sentier. Les conifères chargés de neige bordant ce site vous envelopperont dans un univers féerique. De plus, vous pourrez faire un petit arrêt au refuge de type amérindien.

Vous aurez également la chance de découvrir le Canyon de la Rivière-à-Mars, revêtu de son manteau givré. Contemplez ce décor magique qui vous fera oublier les soucis quotidiens et découvrir un joyau naturel à quelques pas de la maison. Ce site, riche en histoire, vous émerveillera à coup sûr!



Canyon de la Rivière-à-Mars



Piste de ski de fond

Services offerts

- Jack Rabbit, initiation en technique de base de ski de fond offerte aux jeunes de 6 à 12 ans;
- Pistes de ski de fond et de raquette;
- Location d'équipement (ski, raquette, baby glide);
- Location de salle avec foyer central, bar et service de traiteur sur place;
- Relais de motoneige et de quad;
- Service de restauration;
- Essence et petit dépanneur.

À CONSERVER

CONTACT NATURE RIVIÈRE-À-MARS

Cet hiver, c'est au Bec-Scie que je m'évade en pleine nature!





Préparez vos muscles faciaux et laissez-vous ensorceler par le trop plein d'énergie que procure l'artiste

P.A. Méthot - humoriste

Le vendredi 17 février au Vieux Théâtre de La Baie

Billet: 40 $ ou 2 pour 75 $
Réservation: 418 697-5132

Activité-bénéfice au profit de Contact Nature Rivière-à-Mars

Quelle belle idée de cadeau corporatif ou de cadeau de Noël!

Faites vite! Places limitées.

ACTIVITÉS HIVERNALES



Dimanche 22 janvier:	**JOURNÉE PORTES OUVERTES** (accès de ski et de raquette gratuit et 50 % sur la location d'équipement)
Samedi et dimanche 28 et 29 janvier:	**Coupe des Maîtres Bec-Scie/Norvégien** Jeune et open Style classique/libre
Samedi 11 février:	**Sortie Jack Rabbit (Viens skier avec les jeunes Jack Rabbit)**
Vendredi 17 février:	**Activité-bénéfice au profit de Contact Nature Rivière-à-Mars** Soirée-spectacle en humour avec P.A. Méthot
Samedi 25 février:	**Soirée raquette à la belle étoile suivie d'un souper fondue chinoise.**
Relâche du 4 mars au 10 mars:	**Enfant de 5 à 16 ans:** accès aux sentiers de ski et raquette GRATUIT **Étudiant de 17 à 24 ans:** accès aux sentiers de ski de fond et raquette 50 % **Enfant et étudiant de 5 à 24 ans:** location d'équipement ski 5 $ raquette 2,50 $

NOUVEAUTÉ 2011-2012
4 km de piste éclairée.
OUVERT du mercredi au samedi jusqu'à 21 h



École de ski de fond JACK RABBIT 2011



Pour les jeunes de 6 à 12 ans

- Un apprentissage du ski de fond tout en s'amusant à l'aide de jeux, poursuites, relais, courses et parcours;
- Une occasion de se faire de nouveaux amis;
- Améliorer les techniques de ski de fond en style classique et patin;
- Apprendre les techniques de montées et de descentes des pentes;
- Profiter d'un sport hivernal peu coûteux.

DÉBUT DES COURS 9 JANVIER 2012

60 $/10 cours (enfant dont le parent est non-membre ou non détenteur de carte saison ski/raquette 2011-12)

55 $/10 cours (enfant dont le parent est membre CNRM ou détenteur de carte saison ski/raquette 2011-12)

Location d'équipement disponible pour la durée des cours: 25 $

FORFAIT
RANDONNÉE À LA BELLE ÉTOILE

Sortie à la lampe frontale avec guide dans l'un des plus majestueux sentiers de raquette du Centre Plein Air Bec-Scie.

7 $ par personne (20 personnes minimum)

Incluant:
- Accès aux sentiers
- Guide accompagnateur

(Possibilité de location de raquettes et de lampes frontales)

NOS SERVICES

- Jack Rabbit Initiation en technique de base de ski de fond offerte aux jeunes de 6 à 12 ans;
- Pistes de ski de fond et de raquette;
- Location d'équipement (ski, raquette) ;
- Location de salle avec foyer central, bar et service de traiteur sur place;
- Relais de motoneige et de quad;
- Service de restauration;
- Essence et petit dépanneur.

BEC-SCIE

CENTRE PLEIN AIR BEC-SCIE

L'un des plus beaux centres de ski de fond au Québec avec des pistes surfacées tous les jours!

7400, chemin des Chutes, La Baie
www.becscie.com

2750763

UNE RÉGION AU CŒUR DU COMMERCE

Davis Sports Excellence

25 ans de service hors pair et de clients satisfaits

Davis Sports Excellence fait partie d'un regroupement d'achat qui lui permet d'offrir le prix des grandes chaînes avec le service du propriétaire. Le pouvoir d'achat obtenu par le regroupement permet d'offrir les meilleurs produits sur le marché à des prix des plus compétitifs.

L'année 2012 marquera les 25 ans d'existence de Sports Davis, qui est fier de compter de nombreux clients fidèles et satisfaits. D'une saison à l'autre, ils y reviennent car ils sont certains de toujours trouver les produits qui comblent tous leurs besoins et d'avoir un service à la clientèle de haut niveau.

Chez Davis Sports Excellence, toute la famille y trouve son compte. Vêtements de grandes marques, chaussures de sport, patins, équipements de hockey, planches à neige, skis, vélos et plus! Vous êtes toujours certains de trouver ce que vous cherchez, et cela à des prix défiant toute compétition.

La saison hivernale est à nos portes et les spécialistes de Davis Sports Excellence vous attendent pour vous présenter les meilleurs équipements. Les conseillers de haut calibre pourront vous recommander les produits et équipements qui correspondent à votre niveau d'habileté et à vos besoins.

À la recherche d'idées cadeaux pour les Fêtes? L'inspiration sera au rendez-vous au magasin Davis Sports Excellence. Sachant que chez Davis Sports Excellence vous pouvez trouver de tout pour toute la famille, pourquoi ne pas offrir une carte-cadeau à vos proches et leur donner l'occasion de découvrir un magasin qui peut combler tous leurs désirs.

Acheter chez Davis Sports Excellence, c'est acheter avec confiance et s'assurer d'obtenir un service après vente sans égal. Et n'oubliez pas : Davis Sports Excellence, c'est le prix des grandes chaînes avec le service du propriétaire. Une expérience qui, dès votre première visite, fera de vous un client satisfait et fidèle.

On vous attend chez Davis Sports Excellence!





DAVIS SPORTS Excellence

LE SPÉCIALISTE DU SPORT PAR EXCELLENCE



49,99

SÉRIE GRAPHIC
Homme ou femme
Rég. 74,99

Avec tout achat d'un casque Smith Venue obtenez une lunette SMITH ELECTRA GRATUITE d'une valeur de 45 $

109,99

VENUE
Unisexe



30$ RABAIS



199,99

therm-ic

SYSTÈME DE SEMELLES CHAUFFANTES SUPER MAX SET
Batterie et chargeur inclus
Rég. 229,99

149,99



SÉRIE WINTER TRAIL
Homme ou femme



79,99

CLASSIC
Patins récréatifs
Femme

SOFTEC

119,99

VANTAGE
Patins récréatifs
Femme



DAVIS SPORTS Excellence | 2854, place Davis • Jonquière • **418 548-9108**

2747337

UNE RÉGION AU CŒUR DU COMMERCE

Conseils aux voyageurs

Faciliter votre passage à la frontière

Pour de nombreuses familles, les vacances scolaires sont l'occasion de partir avec les enfants et de traverser la frontière en voiture pour pouvoir se reposer, relaxer et entamer une thérapie à la carte. Bien que l'appel du large soit captivant, les longues files d'attente pour traverser la frontière au retour des vacances vous ramènent vite à la réalité et peuvent vous laisser vous et votre famille stressés et de mauvaise humeur.

Il existe cependant une façon d'éviter cette mésaventure : prendre certaines précautions





avant votre départ. Voici quelques conseils de l'Agence des services frontaliers du Canada (ASFC) pour passer la frontière sans problèmes.

1. Planifiez votre retour au Canada et visitez le site Web de l'ASFC au www.asfc.gc.ca, afin de connaître le temps d'attente à la frontière.

2. Assurez-vous d'apporter les pièces d'identité appropriées pour vous et pour tous les enfants voyageant avec vous, telles qu'un passeport canadien, un certificat de naissance canadien, une carte de citoyenneté ou un certificat de statut d'Indien, ou une carte NEXUS.

3. Si vous participez au programme NEXUS, assurez-vous de toujours avoir en main votre carte NEXUS à votre arrivée au Canada.

4. Déclarez de façon honnête et exacte toutes les marchandises que vous avez achetées et ayez en main tous les reçus d'achat, ainsi que le montant total de vos achats. Les agents des services frontaliers peuvent également vous demander les reçus des hôtels où vous êtes descendu, comme preuve de la durée de votre séjour.

5. Soyez au courant de vos exemptions personnelles et des limites prescrites pour les boissons alcoolisées et les produits du tabac avant de partir en voyage. Informez-vous aussi au sujet de la nourriture puisque certains aliments ne peuvent pas être passés à la frontière.

La loi permet aux agents des services frontaliers d'examiner vos bagages, car ils sont tenus d'assurer la sécurité du Canada et de protéger son économie et son environnement. Vous êtes responsable, en tant que voyageur, d'ouvrir vos bagages, de les déballer et de les remballer.

En facilitant l'accès à vos biens ou marchandises pour inspection, et en ayant vos reçus en main ainsi que le montant total de vos achats, vous aiderez l'ASFC à vous aider. Pour plus d'informations, visitez le www.asfc.gc.ca.



UNE RÉGION AU CŒUR DU COMMERCE

Ski de fond et raquettes

Affrontez l'hiver avec Sports G.T.H.

Sophie Richard Rédactrice publicitaire
srichard@lequotidien.com

Les amateurs de ski de fond et de raquettes pourront prochainement prendre les pistes d'assaut. Pour entamer la saison hivernale du bon pied, si ce n'est déjà fait, ils devront être bien équipés et bien vêtus.

Pour les accompagner dans leur préparation et leurs achats, Sports G.T.H. propose tout un vaste choix d'équipements sportifs et de vêtements de performance.

Cette année, en nouveauté, ils ont fait entrer en magasin les skis de fond Peltonen. Cette marque finlandaise est encore peu connue en Amérique du Nord, mais selon Dominic Piché, directeur de Sports G.T.H. à Chicoutimi et conseiller en ski de fond, la qualité des produits de cette petite production artisanale en fait des skis de choix.

«Avant de les commander pour le magasin, j'en ai fait l'essai en style patin et je dois avouer que j'ai vraiment remarqué la différence. Ce sont de très bons skis performants», explique-t-il.

Pour ceux et celles qui préfèrent toutefois opter pour une marque plus connue qu'ils ont peut-être déjà essayée auparavant, les skis Atomic sont toujours offerts en magasin. Très appréciés de la clientèle, ils sont désormais offerts dans le modèle «hard track», c'est-à-dire un modèle pour les pistes dures qui répond davantage à notre climat nordique.

En ce qui a trait aux raquettes, Sports G.T.H. tient en magasin la marque française TSL. Différents modèles sont offerts pour les amateurs comme pour les raquetteurs de niveau performance.



Raquettes TSL

On retrouve ainsi en magasin des raquettes de randonnée ou de style course à pied. Celles avec un système de bottes intégrées sont des plus prisées par les coureurs et sont idéales pour ceux et celles qui recherchent confort et légèreté ou qui désirent participer au circuit provincial de courses en raquettes.

Outre le ski de fond et les raquettes, il ne faut pas oublier que Sports G.T.H. est le détaillant régional exclusif des vélos Canondale. Bien qu'il puisse sembler tôt pour parler vélos, il est déjà temps pour les cyclistes de procéder au choix de leur bicyclette pour l'année 2012.

Également, durant la saison hivernale, Sports G.T.H. propose toujours à sa clientèle la possibilité de venir faire des séances de vélo virtuel. Trois options sont envisageables : le paiement à la séance, l'achat d'une carte de 20 séances ou encore l'achat de la carte V.I.P. qui donne accès durant toute la saison au vélo virtuel.

Pour vos besoins en ski de fond, en produits de fartage, en raquettes, en vélo, en vêtements sportifs spécialisés ou pour obtenir des conseils avisés, venez rencontrer l'équipe dynamique de G.T.H. au 251, de la Normandie, coin boul. du Saguenay, à Chicoutimi.

ATTACHEZ VOTRE TUQUE!

SKI DE FOND

PELTONEN

Ski de fond NANO GRIP NIS | Nouvelle technologie. Semelle totalement sans fartage. Le modèle diffère de la photo.

ATOMIC

Ski de fond VASA SKINTEC | Nouvelle technologie. Peau de phoque synthétique.

-30 % à -70 %
sur notre inventaire 2011

GTH EST LE SEUL DANS LA RÉGION À OFFRIR DES SKIS DE FOND AVEC SYSTÈME SANS FARTAGE.

PROMO SOUS 0°

Chicoutimi
251, rue de Normandie
Chicoutimi
418 545-4747 • 1 888 836-4747

G.T.H.

*Sujet à l'approbation du service de crédit. Financement disponible en tout temps sur place. Offre valide jusqu'au 23 décembre 2011 inclusivement.

Accord D Desjardins

www.gthsports.com

2741742

Concours

Créez un masque de hockey pour le gardien de but Carey Price

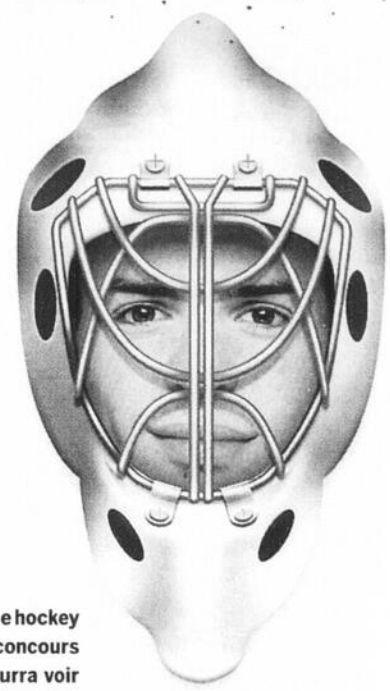
(EN) — Les masques de hockey ont souvent des personnalités propres, et cette année les fans de la LNH sont invités à concevoir un masque qui pourrait leur mériter un prix de grande importance.

Le gagnant de ce concours commandité par la compagnie Clorox pourra voir Cary Price, le gardien de but du Canadien, porter fièrement son masque lors de la joute qui aura lieu au Centre Bell de Montréal le 3 mars prochain entre les équipes de Montréal et Toronto.

Les masques de hockey ne servent plus seulement à protéger le visage des joueurs. De nos jours, les masques blancs ordinaires ont été remplacés par des masques aux motifs élaborés qui permettent aux gardiens de but d'exprimer leur individualité, comme un genre de mode sur glace.

Ce concours soulève bien des questions. Le masque vainqueur, commandité par la compagnie Clorox (entreprise bien connue pour ses produits blanchissants), permettra-t-il à Price de dépasser sa victoire de 8 blanchissages de l'année dernière et d'établir un nouveau record? L'an dernier, la compagnie Clorox a remis un total de 8000 $ à la Fondation des Canadiens pour l'enfance (1000 $ par blanchissage). Nous ne le saurons que le soir du match.

Les amateurs de hockey qui désirent profiter de cette chance unique peuvent soumettre leur œuvre sur papier ou en ligne à clorox.ca. Le dessin gagnant sera peint sur le masque de Price par David Arrigo. Cet artiste renommé de Toronto, qui a travaillé avec plusieurs entreprises et organisations sportives, conçoit environ 100 masques de hockey par année. En 2009, il a créé une collection de masques pour appuyer les soldats canadiens et américains morts au combat, masques qui ont par la suite été vendus lors d'un encan au profit d'un organisme de charité. Arrigo arrive à peindre un masque au complet en neuf jours.



La compagnie Clorox invite les amateurs de hockey à concevoir un masque. Le gagnant de ce concours commandité par la compagnie Clorox pourra voir Cary Price, le gardien de but du Canadien, porter fièrement son masque lors de la joute qui aura lieu au Centre Bell de Montréal le 3 mars prochain.

Venez goûter l'hiver au Manoir du Lac Delage

Forfait Ski

- 1 souper au Bar l'Incontournable
- 1 nuitée en chambre standard
- 1 petit déjeuner traditionnel
- 1 billet de ski à la Station touristique Stoneham
- Piscine intérieure, spa, sauna, salle d'entraînement
- Accès aux activités sur les lieux

À partir de 142 $ CA par pers.
En occupation double, Service inclus, taxes non incluses.
Valide du 25 novembre 2011 au 25 mars 2012

Informez-vous sur nos forfaits Noël et St-Sylvestre

FAITES PLAISIR à un proche
OFFREZ UNE CARTE-CADEAU
Achetez en ligne et recevez 10% additionnel
www.lacdelage.com

40, avenue du Lac
Lac Delage (Québec) G3C 5C4
T 418 848-2551 • 1 800 463-2841

2751981



Mme Ginette Côté
Accompagnatrice francophone

Forfait-croisière du 25 mars au 8 avril 2012
Fort Lauderdale et Antilles Suprêmes

Vacances transat

Le forfait comprend :
- Transport entre Chicoutimi et Québec
- Vol aller-retour entre Québec et Fort Lauderdale
- 3 nuits à Fort Lauderdale à l'hôtel Crowne Plaza avec petits-déjeuners
- Croisière de 11 nuits à bord du Celebrity Equinox
- Tous les transferts
- Taxes, frais portuaires et **pourboires** sur le navire
- Accompagnatrice francophone : **Mme Ginette Côté**

Itinéraire de la croisière :

Fort Lauderdale, en mer, Cozumel (Mexique), Roatan (Honduras), en mer, Puerto Limon (Costa Rica), Colon (Panama), Cartagène (Colombie), en mer, George Town (Grand Caïman), en mer, Fort Lauderdale

Cabine intérieure catégorie 9 **2799 $**

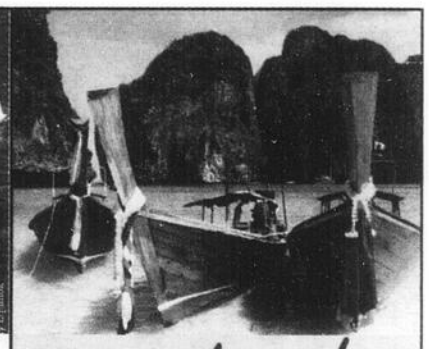
Cabine avec balcon catégorie 2B **2949 $**

Cabine concierge catégorie C3 **3059 $**

Date	Destination	Arrivée	Départ
Lundi, 26 mars 2012	**Fort Lauderdale, Floride**	--	04 h 30 PM
Mardi, 27 mars 2012	En mer	--	--
Mercredi, 28 mars 2012	**Cozumel, Mexique**	08 h 00 AM	05 h 00 AM
Jeudi, 29 mars 2012	**Roatan, Honduras**	08 h 00 AM	05 h 00 AM
Vendredi, 30 mars 2012	En mer	--	--
Samedi, 31 mars 2012	Puerto Limon, Costa Rica	07 h 30 AM	07 h 30 AM
Dimanche, 1er avril 2012	Colon, Panama	08 h 00 AM	06 h 00 AM
Lundi, 2 avril 2012	**Cartagène, Colombie**	10 h 00 AM	05 h 00 AM
Mardi, 3 avril 2012	En mer	--	--
Mercredi, 4 avril 2012	**George Town, Grand Cayman**	08 h 00 AM	05 h 00 AM
Jeudi, 5 avril 2012	En mer	--	--
Vendredi, 6 avril 2012	**Fort Lauderdale, Floride**	07 h 00 AM	--

Pour plus de détails, consultez:
Voyages Nouvelle Escale
418-549-3005
400, rue des Saguenéens, local 5, Chicoutimi
info@voyagesnouvelleescale.com

Départs de Québec à bord de Canjet. Prix par personne, en occupation double, incluant les taxes et frais applicables. Sous réserve de disponibilité. Les prix n'incluent pas vos repas à Fort Lauderdale, les excursions, les dépenses personnelles, les boissons alcoolisées ou non et l'assurance voyage. Celebrity Cruises se réserve le droit de changer l'itinéraire de la croisière. Enregistrement du navire. Malte. Pour tous les détails et conditions générales, veuillez vous référer à la brochure Croisières 2010-2012 de Vacances Transat. Vacances Transat est une division de Transat Tours Canada inc., titulaire d'un permis du Québec (nº 825121). Voyages Nouvelle Escale est titulaire d'un permis du Québec (nº 702956).
Prix excluant le 3,50 $/1000 $ de services touristiques achetés représentant la contribution des clients au *Fonds d'indemnisation des clients des agents de voyages.*



Séjour à Bali
Exotik tours

Le Club Bali Mirage 4*
16 février 2012
22 jours / 18 nuits
5 excursions incluses
3219 $
FORMULE TOUT INCLUS
par personne, en occupation double
Accompagnateur: M. Raynald Larouche




Départ de Montréal, prix par personne en occupation double, incluant les taxes et frais applicables. Les dépenses personnelles ainsi que l'assurance voyage ne sont pas incluses dans le tarif. Prix excluant le 3,50 $/ 1000 $ de services touristiques achetés représentant la contribution des clients au fonds d'indemnisation des clients des agents de voyage. Voyages Nouvelle Escale est titulaire d'un permis du Québec nº 702956.

DÉPARTS DE BAGOTVILLE
HIVER 2011-2012
- Cancun Riviera Maya
- Varadero
- Punta Cana
- Puerto Plata

POUR PLUS DE DÉTAILS, CONSULTEZ-NOUS!

Heures d'ouverture
Lundi au mercredi de 9 h à 17 h 30
Jeudi de 9 h à 20 h • Vendredi de 9 h à 17 h 30
Samedi de 9 h à 16 h

2747333

UNE RÉGION AU CŒUR DU COMMERCE

Les jeux Ludik Québec

Une histoire à succès dans la région et ailleurs dans la province

Avec des jeux comme Passe-moi un sapin, Joe Connaissant et Mont-à-Mots, Ludik Québec est – sans jeu de mots – devenu un joueur important du domaine du divertissement au Québec. Et ce succès retentissant n'est pas étranger à notre région!

À l'ère des jeux vidéo, où le plaisir de socialiser par le jeu est souvent remplacé par des heures passées devant un écran, on peut dire que Ludik Québec permet aux Québécois de renouer avec le vrai plaisir des jeux de groupe. Si l'entreprise de Chambly séduit, c'est parce qu'elle a su développer du divertissement dans trois catégories : jeux de groupe pour animer vos soirées, jeux de société traditionnels et jeux éducatifs pour les jeunes.

Que ce soit à Montréal, à Québec, à Saguenay ou ailleurs dans la Belle Province, le rire reste une valeur sûre. C'est pourquoi Ludik continue de proposer des jeux simples, pleins d'humour, qui font appel à nos connaissances et qui misent sur nos cordes sensibles et nos traits de caractère typiquement québécois!

Une nouveauté qui promet : Joe Connaissant Spécial Québec

Devant le succès retentissant de Joe Connaissant en 2010, Ludik Québec en propose une nouvelle version qui promet de connaître autant de popularité : Joe Connaissant Spécial Québec. Comme sa première mouture, cette nouveauté offre aux joueurs de répondre au plus grand nombre d'énigmes possible en 2 minutes... avec en plus la possibilité de mimer, de fredonner et de faire des imitations pour encore plus d'action et de plaisir!

Des jeux de grande qualité pour les jeunes

Ludik Québec a aussi créé plusieurs jeux qui s'adressent aux plus jeunes. La gamme Mont-à-Mots, qui comprend cinq jeux d'apprentissage de l'alphabet, de vocabulaire et de mimes pour les trois ans et plus, regroupe les jeux parmi les plus appréciés au Québec depuis de nombreuses années. On s'en sert même dans les écoles pour animer les classes de vocabulaire.

Bien sûr, être choisi par les Québécois reste la plus belle des récompenses. Ludik a d'ailleurs remporté des sceaux d'excellence d'Option consommateurs depuis 2008 :

2008 : Mont-à-mots Pictos
2010 : Mont-à-mots Singeries
2012 : La Chasse aux pirates

D'autres nouveautés à découvrir

Cette année encore, Ludik Québec se distingue par son souci d'innover avec des jeux qui intéresseront les enfants et permettront aux parents de bien s'amuser avec eux. Les nouveautés à surveiller : Gare au putois, un jeu de mémoire et d'association pour les 5 ans et plus, qui doivent découvrir les animaux dans leur cachette et les ramener dans leur habitat, et La Chasse aux pirates, inspiré du jeu de paires et qui convie jeunes et moins jeunes à une chasse au trésor où stratégie, hasard et sens de l'observation sont essentiels.







Tous les jeux Ludik Québec sont offerts dans les librairies, les bons magasins de jouets de la région et par Internet au www.ludikquebec.com. Amusez-vous bien!

Inviter **Joe Connaissant**, c'est s'assurer de tout un *party*.



NOUVEAU!

ÉDITION - SPÉCIAL QUÉBEC

Vous aimez les énigmes? Vous raffolerez de Joe Connaissant. Des devinettes cocasses, hilarantes, qui feront la joie de ceux et celles qui ont réponse à tout...

Des énigmes bien de chez nous
Jouez de ruse et de perspicacité... fredonnez, mimez et imitez pour devenir le Joe Connaissant de tous vos *partys*!

Avec Joe Connaissant, étaler son savoir, c'est marquer des points! Disponible en version régulière et en version Spécial Québec.



Plus de 750 énigmes, des heures de plaisir, nombre de joueurs : 2 à 20

Offert à moins de 30 $ dans tous les bons magasins ou en ligne au **www.ludikquebec.com**

Vous trouverez ces jeux chez :
- Galerie du Jouet (Alma, Chicoutimi, Dolbeau, Jonquière, Roberval et St-Félicien)
- Joubec (Chicoutimi)
- Boutique Lydie (Chicoutimi)

ludik Québec

2721588

UNE RÉGION AU CŒUR DU COMMERCE

Nouveau concept avec boutique Jujube et Bonbon

Première Vidéo plus fort que jamais

Si les derniers mois ont été agités pour l'industrie de la location vidéo au Québec en général et pour notre région en particulier, l'avenir ne s'annonce pas maussade pour autant chez Première Vidéo.

Pour s'assurer un avenir rayonnant et continuer, de par sa mission, à faire vivre à sa clientèle des expériences de consommation hors du commun, Première Vidéo, entreprise de propriété régionale en affaires depuis plus de 25 ans, avait lancé l'an dernier un concept de boutiques de confiserie appelé Jujube et Bonbon.

L'expérience s'est révélée être si concluante que d'autres produits sont venus enrichir l'offre des boutiques, qui sont maintenant des boutiques-cadeaux à part entière, bien installées dans pratiquement toutes les succursales de l'entreprise.

«Nous avons travaillé très fort dans la dernière année pour offrir à nos clients un choix complètement éclaté d'un impressionnant éventail de produits. Cadeaux de toutes sortes, cartes, emballages, figurines de collection, toutous, gadgets. Il ne faut surtout pas oublier la marque Hello Kitty, un éventail de produits à la popularité phénoménale, notre plus grande réussite jusqu'à maintenant. La ligne Derrière la Porte, une magnifique gamme de produits pour la maison, est le dernier ajout de prestige à nos différentes collections.» C'est avec fougue et passion qu'Annie Archambault, directrice des opérations de l'entreprise, décrit les nouveautés présentes chez Première Vidéo.

Ne manquons pas de mentionner la vaste variété de confiseries disponibles : jujubes, bonbons, chocolats et autres gâteries, qui continuent d'être populaires et très prisés par la clientèle.

«Notre but, c'est que les gens ne puissent s'empêcher de sourire en voyant tous les produits que nos boutiques offrent. Notre plus grand souhait est que tout le monde vienne au moins voir nos boutiques : on met d'ailleurs au défi qui que ce soit de repartir les mains vides!»

Le film toujours à l'avant-plan

Un nouveau concept chez Première Vidéo est là pour enrichir l'offre, pas pour négliger la location de film qui continue d'être le produit principal de l'entreprise. Contre toute attente et malgré une multiplication importante de la concurrence (notamment par le biais de l'offre numérique), les chiffres de location de films se maintiennent si on compare aux années précédentes. Le propriétaire, Robert Nault, continue d'être optimiste quant à l'avenir de ce médium : «La location est et sera toujours notre cheval de bataille. L'ajout de Jujube et Bonbon est un atout important qui nous permet de continuer de maintenir notre rendement malgré une industrie plus difficile. Nous continuons toutefois de faire tous les efforts nécessaires pour bien mettre en marché, fièrement, notre film. Les produits que nous avons ajoutés sont un complément naturel au produit de divertissement que nous offrons.»

Passé, présent, avenir

Monsieur Nault voit encore de longues belles années d'activités devant lui : «Depuis maintenant plus de dix ans, on nous demande chaque six mois de commenter un article publié qui annonce la fin des clubs vidéo. En 2011, nous sommes toujours là et toujours solides. Si nous avons récemment dû regrouper nos services dans trois secteurs, c'est pour rester solides. Nous allons à la guerre, aujourd'hui, avec huit succursales en santé, avec des fondations solides et pouvons maintenant nous donner toutes les ressources pour bien servir notre clientèle pour encore de longues années.»



Nouvelle boutique cadeau*

PREMIÈRE VIDÉO





BOUTIQUE Jujube & Bonbon



Certificats-cadeaux



Pour des cadeaux originaux

*Visitez la boutique Jujube et Bonbon à ces adresses :
Chicoutimi, Talbot
Chicoutimi-Nord, rue Ste-Marie
Jonquière, rue St-Hubert
Arvida, rue Mathias
La Baie, 6e Rue

Alma	Alma	Jonquière	Arvida	Chicoutimi	Chicoutimi-Nord	Chicoutimi-Nord	La Baie
490, av. du Pont Nord	915, av. du Pont Sud	2305, rue St-Hubert	2367, rue Mathias	1120, boul. Talbot	2183, Roussel	249, Ste-Marie	6e Rue
418-668-1313	418-688-2245	418-695-7294	418-699-7744	418-698-1010	418-698-1616	418-698-4333	418-544-8118

2752216

UNE RÉGION AU CŒUR DU COMMERCE

Voyages Michel Barrette et Voyages Paradis Saguenay

Nouveau service de réservation en ligne

Roxanne Simard
Rédactrice publicitaire
rsimard@lequotidien.com

Les gens préfèrent de plus en plus magasiner et acheter leur voyage sur Internet. Toutefois, en procédant de cette façon, les acheteurs ne peuvent pas bénéficier d'un service après-vente. C'est pourquoi les agences Voyages Paradis Saguenay et Voyages Michel Barrette offrent, depuis seulement un mois, un tout nouveau service de réservation en ligne.

Vous pourrez donc réserver en ligne votre voyage à départ de Bagotville ou d'ailleurs, et ce, pour le même prix que les compétiteurs. L'avantage de réserver via les agences locales est d'obtenir un service après-vente en cas de problème. Que ce soit avant de partir ou durant le voyage, vous pourrez communiquer avec votre agence en tout temps. De plus, en optant pour ce mode de réservation, vous encouragez une entreprise régionale.

Puerto Plata

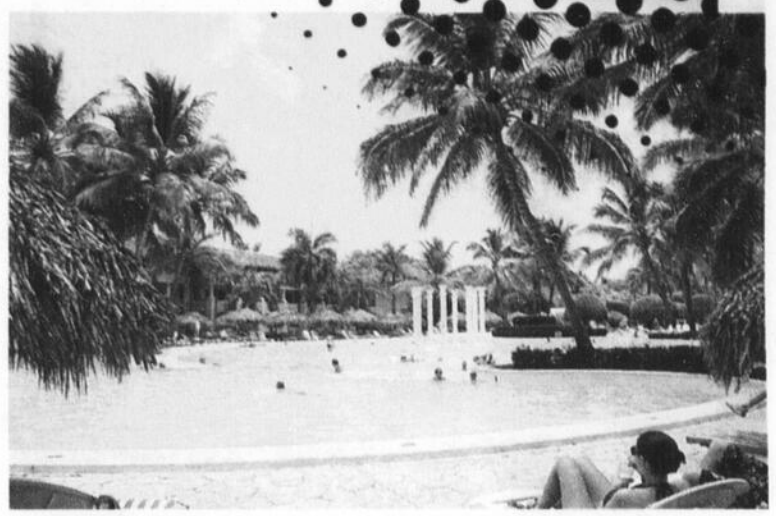
Profitez de la réservation en ligne au départ de Bagotville pour découvrir Puerto Plata. Cette nouvelle destination sud à départ de la région sera disponible dès le 20 décembre prochain. Déjà plusieurs agents se sont rendus sur place et peuvent témoigner de la beauté du site et des hôtels. Ils pourront donc être en mesure de bien vous conseiller, vous garantissant un voyage sans mauvaise surprise! De plus, le stationnement à l'aéroport de Bagotville est payé lorsque vous réservez avec eux.

Voyages de groupes

En plus de la nouvelle destination sud, Voyages Michel Barrette et Voyages Paradis Saguenay organisent plusieurs voyages de groupe accompagnés, et ce, à partir du Saguenay. Des destinations comme la Chine, le Tibet, l'Italie, la France et l'Australie sont prévues pour l'année 2012.

Carlson Wagonlit

Les deux agences Voyages Paradis Saguenay de Chicoutimi et Jonquière ainsi que les agences Voyages Michel Barrette d'Alma, Dolbeau et Mistassini, font partie du regroupement Carlson Wagonlit. Informez-vous au sujet du Club Vacances, qui offre de nombreux avantages aux voyageurs. En devenant membre, vous pourrez bénéficier de nombreux rabais, de la sélection des sièges ainsi que du double de points Visa/ RBC Banque Royale.





Vos vacances... notre passion chez Carlson Wagonlit Voyages

Devenez membre du Club Vacances CWT

inscrivez-vous sur voyagesmichelbarrette.com ou voyagesparadissaguenay.com

VOYAGES PARADIS SAGUENAY

DÉPARTS DE BAGOTVILLE à partir de novembre: Riviera Maya, Punta Cana, Varadero, Puerto Plata

VOYAGES MICHEL BARRETTE

CROISIÈRE ALLURE OF THE SEAS
LE PLUS GRAND BATEAU DE CROISIÈRE AU MONDE
• 26 février 2012 (7 nuits)
ACCOMPAGNÉ
À partir de: 1959$ /pers. occ. double

TIBET ET CHINE DE L'OUEST
HAUT EN COULEURS
• 30 août 2012 (17 jours)
ACCOMPAGNÉ
3980$ /pers. occ. double

Pour plus de détails, visitez notre site Internet.

CROISIÈRE SUR LA MÉDITERRANÉE
CELEBRITY EQUINOX ★★★★½
DÉPART DE GROUPE
• Du 23 sept. au 5 oct. 2012
Vol direct de Montréal à Rome. 11 nuits de croisière. Transferts et taxes d'aéroport incluses.
CABINE BALCON
À partir de 3259$ par pers.
Départ de Rome, en mer, Santorini, en mer, Istanbul (2 jours), Kusadasi, Athène, Mykonos, en mer, Naples.
ACCOMPAGNÉ PAR CAROLINE G.

BELLA ITALIA (circuit privé)
Venise, Florence, Sienne, Chianti, Rome, Naples, Pompéi, Sorrento.
• Du 8 au 22 sept. 2012
Tous les petits déjeuners et les soupers, autocar privé, dégustation de vin, audience papale, tour de Pise et bien d'autres endroits réputés.
CIRCUIT EXCLUSIF PRÉPARÉ SPÉCIALEMENT POUR LES AGENCES CARLSON WAGONLIT
ACCOMPAGNÉ PAR SUZANNE THIBEAULT
À partir de 3895$ /pers. occ. double
Rabais de 75 $ par personne si réservé avant le 29 février 2012

Pour plus de détails, visitez notre site Internet.

AUSTRALIE / NOUVELLE-ZÉLANDE
TERRES DE LÉGENDES
• 10 avril 2012 (23 jours)
ACCOMPAGNÉ
12 489$ Vol avec Air Canada /pers. occ. double

LA CHINE CLASSIQUE
GRAND TOUR DE LUXE
Vol avec Air Canada
• 10 avril 2012 (21 jours)
3680$ /pers. occ. double
• 11 octobre 2012 (21 jours)
3780$ /pers. occ. double
ACCOMPAGNÉ
COMPAREZ AVANT D'ACHETER

RÉPUBLIQUE DOMINICAINE
BARCELO PUNTA CANA, CLASSE PRESTIGE ★★★★½
• 24 mars 2012 2 semaines
Directement sur la plage, 6 restos à la carte sans réservation, départ de Québec.
ACCOMPAGNÉ PAR MANON CASTONGUAY
À partir de 2051$ /pers. occ. double
Transport en autocar disponible, prix à venir.

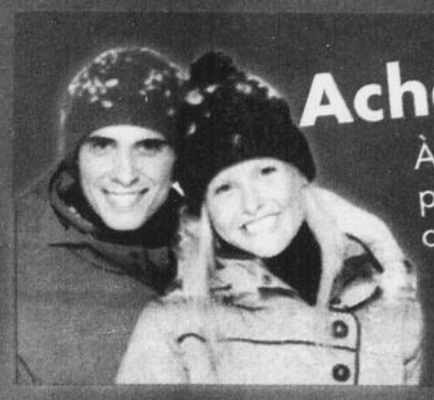
La Loire à vélo
• Du 15 au 23 sept. 2012
ITINÉRAIRE : CHITENAY | CHAMBORD | CHEVERNY AMBROISE | TOURS AZAY LE RIDEAU | CHINON | SAUMUR
Inclut : les vols internationaux, l'hébergement pour 7 nuits, les transferts, 7 déjeuners et 5 soupers, accompagnement par un guide vélo, location de vélo.
À partir de 2975$ par pers.
Rabais de 75 $ par personne si réservé avant le 29 février 2012
Accompagnateur: Damien Harvey

Voyages Paradis Saguenay
JONQUIÈRE 418 547-6645 1-800-475-6645
CHICOUTIMI 418 696-3121 1-866-696-3125
www.voyagesparadissaguenay.com

Vous pensez faire de bonnes affaires sur le Net? Donnez-nous l'opportunité... Nous pourrions vous surprendre!

Voyages Michel Barrette
ALMA 418 668-3078
ST-FÉLICIEN 418 630-3003
DOLBEAU/MISTASSINI 418 276-2600
SANS FRAIS 1-800-263-3078
www.voyagesmichelbarrette.com
2749271

sports experts



Achetez et recevez

À l'achat d'un manteau et/ou d'un pantalon d'hiver, obtenez une carte-cadeau de **50 $** ou de **100 $**



Le cadeau parfait



PATINS DE LOISIR D.R.

Modèle Sonic pour juniors
Pointures: 1à 5
Rég.: 89,95 $ - SPÉCIAL:

39,99$

GANTS DE HOCKEY ERASER WARRIOR

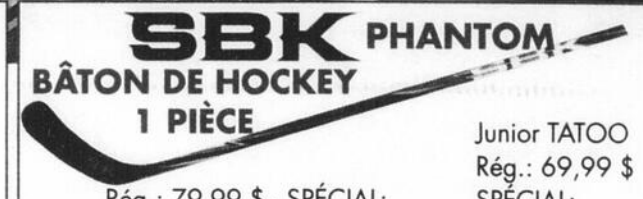


Rég.: 119,99 $ - SPÉCIAL:

RABAIS DE 50 $

69,99$

SBK PHANTOM BÂTON DE HOCKEY 1 PIÈCE



Rég.: 79,99 $ - SPÉCIAL:

RABAIS DE 30 $

49,99$

Junior TATOO
Rég.: 69,99 $
SPÉCIAL:

39,99$

ÉQUIPEMENT GARDIEN DE BUT

25% À 50% RABAIS

D.R.
Reebok
BRIANS
VAUGHN

NOUVEAU ET EXCLUSIF CASQUE EASTON E-700



E700 TECHNOLOGIE DES CASQUES
Fruit de la technologie et du savoir-faire des experts du centre des technologies des casques Easton-Bell Sports, le casque E700, qui s'ajuste à la manière du système Giro^MD, a été spécialement conçu pour vous procurer la confiance et la protection dont vous avez besoin pour affronter vos adversaires sur la glace.

EXCLUSIF
PRODUIT GATORADE (LNH)
BIENTÔT DISPONIBLE

CAMÉRA HD

Modèle Helmet Hero



349,99$

BOTTES DE PLANCHE K2

Modèle PULSE pour hommes



Rég.: 149,99 $
SPÉCIAL: 79,99$
* Photo peut différer

ENSEMBLE PLANCHE JR 2010

• Planche • Bottes • Fixations
Rég.: 329,99 $
SPÉCIAL:



*Photo à titre indicatif
FIREFLY

249,99$

Ou planche seulement

99,99$

GRANDE SÉLECTION DE SKIS DE FOND 2010



Rég.: 149,99 $
SUPER SPÉCIAL

19,99$

LUNETTES DE SKI SMITH

Modèle Staner 2 lentilles
Détail: 119,99 $



SPÉCIAL: 59,99$
* Photo à titre indicatif.

ENSEMBLE POUR ADULTES

•Planche • Fixations
•Bottes

RÉG.: 479,97$
SPÉCIAL:

399,99$



Super spécial

Raquettes à neige
TUBBS SNOWSHOES
«Venture 2010» (25-30)
SPÉCIAL SEULEMENT

149,99$



60$

Rég.: 209,99 $

CASQUE DE SPORTS D'HIVER GIRO BEVEL



Pour adultes et jr.
Noir ou blanc.
Rég.: 79,99 $
GIRO
Quantité limitée

49,99$

RABAIS DE 30 $

FISCHER

Modèle Mystique White incluant fixations
MODÈLE 2010
pour femmes
Rég.: 449,99 $
SPÉCIAL:

299,99$



* Photo à titre indicatif

150$ de rabais

FISCHER

Modèle Viron 2.0 incluant fixations
MODÈLE 2010
pour hommes
Rég.: 449,99 $
SPÉCIAL:

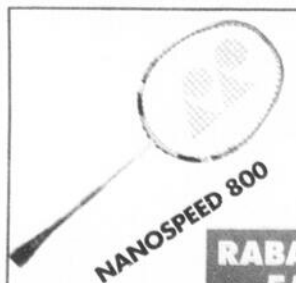
299,99$



* Photo à titre indicatif

150$ de rabais

YONEX. RAQUETTE DE BADMINTON



Rég.: 144,99 $
SPÉCIAL:

RABAIS DE 55 $

89,99$

MONTRE POLAR

POUR HOMMES/FEMMES
POLAR.
Noir.



Modèle FT-4 **SPÉCIAL:** **99,99$**
Modèle FT-7 **SPÉCIAL:** **109,99$**

sports experts

Spéciaux valides jusqu'à épuisement des stocks

Place du Royaume
Chicoutimi / 418-545-4945

2748139