

GRATUIT

L'Écho du lac

Le mensuel qui vous informe à Lac-Beauport

LE CNEAYL EST SAUVÉ



Le gouvernement provincial
verse **300 000 \$** de plus

Page 3

PLAIDOYER
POUR LA FÊTE
DES MÈRES

Page 14



**PASCALE
PICARD**
SANS
CONCESSION

Pages 8 et 9

BRISER LE MYTHE
Page 21



Pages 6-7

L'INSECTARIUM... OFFICIELLEMENT OUVERT!



Toujours premier à Lac-Beauport !

653.0488

www.andredussault.com

André Dussault
agent immobilier affilié



Voir autre publicité en page 5



ACTUALITÉS

SOUPER BÉNÉFICE AU PROFIT DU CNEAYL



FRANÇOIS MARCOTTE

francois@lechodulac.ca

Le triple souper-bénéfice au profit du CNEAYL, qui finalement fut un double souper car le restaurant Les Frères Toc s'est retiré, a connu un succès mitigé lors de sa deuxième édition. Ce n'est pas tant l'appui incontesté des gens à la cause que le nombre de participants qui a été moindre cette année. Du fait que l'événement fut remis au lendemain, en raison de la panne d'électricité le lundi 16 avril, la microbrasserie Archibald et Le Batifol étaient loin d'afficher complet le soir de l'événement — du côté du CNEAYL, on

note une trentaine de personnes de moins dans chaque établissement. Or, comme Marie Johanne Vien, directrice du Centre, a signifié à *L'Écho du Lac*, il est tout de même fort encourageant de constater que plusieurs personnes appuient la cause. Outre le souper, cette soirée aura été l'occasion d'entendre Yves Laroche faire l'historique du Centre. L'organisation a également profité de ce moment pour soutenir l'idée que le CNEAYL, c'est aussi pour le grand public!



Dominic Laroche a également profité de l'occasion pour prendre la parole.

L'ENVIRONNEMENT VOUS INTÉRESSE ? COMPOSTAGE, JOURNÉE DE L'ENVIRONNEMENT ET RENATURALISATION DES BERGES

Contrairement à ce qui est annoncé dans *La Chronique* du mois d'avril, la soirée de formation sur le compostage domestique aura lieu 14 juin et non le 14 mai. Profitez de l'occasion pour en apprendre davantage sur l'origine du compostage, son évolution, ses principes de base, les méthodes de démarrage d'un compost, les matériaux et outils nécessaires.

Par ailleurs, le 27 mai prochain, les Lac-Beauportois sont invités à la journée de l'environnement. L'activité se tiendra au centre communautaire de 10h à 15h. En

plus des nombreuses activités prévues lors de cette journée (distribution de plants d'arbres, tirage de prix de présence), sept organismes seront présents afin de vous informer sur une foule de sujets. De ce nombre, on note l'Association de protection de l'environnement du lac Saint-Charles et des marais du nord (APEL), le Comité de valorisation de la rivière Beauport (CVRB), le Conseil régional de l'environnement (CRE), la Maison des jeunes Le Cabanon de Lac-Beauport, le Groupe de simplicité volontaire de Québec (GSVQ),

Le Conseil de bassin du lac Beauport (CBLB), le Conseil de bassin de la rivière Saint-Charles (CBRS), le Conseil de bassin de la rivière Montmorency (CBRM) et enfin la Commission sur la qualité de l'environnement.

Aussi, à la suite de la caractérisation des rives du lac Beauport, réalisée au cours de l'été 2006, le Conseil de bassin de la rivière Saint-Charles et la Municipalité de Lac-Beauport annoncent la mise en place d'un programme de renaturation des berges. Selon les résultats de cette étude, la con-

dition écologique du milieu riverain serait pauvre en raison d'un nombre important d'infrastructures bordant le lac ainsi que de la présence marquée de sols mis à nu et de pelouses. Puisque le lac Beauport est presque exclusivement bordé de propriétés privées, le succès du projet sera tributaire du taux de participation des résidents riverains. Pour de plus amples informations, communiquez avec David Viens du Conseil de bassin de la rivière Saint-Charles au 522-0006 (poste 3032) ou par courriel à davidviens@rivierestcharles.org. (F.M.)

Coopérative de câblodistribution de l'arrière-pays

La vie
au bout
de vos doigts

www.ccapcable.com



Forfait téléphonie Internet



Forfait Internet haute-vitesse



Forfait télévision numérique et analogique



Forfait TTI

3 services

Téléphone, télévision, Internet

20 860, boul. Henri-Bourassa, Québec (Québec) G2N 1P7 Tél.: (418) 849.7125 Téléc.: (418) 849.7128

LE CNEAYL POURRA SOUFFLER... UN PEU !

Le ministre Jean-Marc Fournier était de passage, le 12 avril 2007, à la station de ski le Relais de Lac-Beauport pour annoncer un investissement de 300 000\$ au Centre national d'entraînement acrobatique Yves Laroche.

FRANÇOIS MARCOTTE
francois@lechodulac.ca

«Aujourd'hui, le ski acrobatique n'est pas sur une pente descendante mais sur la pente montante», a déclaré Yves Laroche, à la suite de l'annonce du ministre Fournier, qui était à ce moment responsable du ministère de l'Éducation, du Loisir et du Sports. Depuis, Michelle Courchesne a pris la relève au sein du gouvernement Charest.

L'aide annoncée par M. Fournier s'échelonne sur une période de quatre ans à raison de 75 000\$ par année. La première année d'attribution étant 2006-2007, le CNEAYL devrait donc recevoir incessamment un double chèque au montant de 150 000\$. Une somme qui servira à payer une partie de la dette que traîne tel un boulet le Centre depuis sa construction il y a trois ans. «Nous allons maintenant rembourser une grande partie des fonds que nous devons à nos créanciers, que je remercie pour leur grande patience», a souligné Nicolas Fontaine, avec un certain soulagement dans la voix.

Il faut dire qu'à l'aube d'une nouvelle saison et des Jeux olympiques de 2010, cette aide ne pouvait tomber mieux. «Cette annonce vient consolider et encourager les efforts faits autant par nos athlètes qui s'entraînent déjà et représenteront le Canada aux Jeux olympiques de Vancouver en 2010 que les athlètes du passé», a dit M. Fontaine. «On veut que le Centre se concentre sur ses activités et non sur le problème financier», a ajouté le ministre Fournier, tout en rappelant que le gouvernement du Québec a déjà versé la somme de 900 000\$ dans ce projet et que son homologue fédéral devrait également faire sa part.

Cela étant dit, selon la nouvelle directrice du Centre, Mme Marie Johanne Vien, les montants octroyés ne pourront couvrir l'entièreté de la dette. Et de fait, rappelons que la somme s'élève à plus de 200 000\$.

Or le ministre Fournier a laissé entendre qu'une aide supplémentaire devrait être annoncée prochainement. «Les Québécois constituent un fort pourcentage du contingent des athlètes canadiens

qui nous représenteront dans cette discipline aux jeux de 2010. Nous avons le devoir de les soutenir en leur fournissant des installations à la mesure de leur potentiel. D'autres partenaires partagent cette conviction, dont le Comité olympique et la Fédération canadienne de ski acrobatique qui reconnaissent l'importance du Centre. À cet égard, de bonnes nouvelles devraient être annoncées prochainement afin d'assurer la pérennité des installations du Centre.»

SAISON 2007

Acrobatx débutera ses activités le 25 mai prochain. Encore cette année, le Centre offrira une foule d'activités accessibles à tous, et ce, au cœur d'un site exceptionnel et tout simplement unique en son genre. Prenez note que le forfait initiation est toujours en vigueur, et cela comprend notamment l'accès au site et l'encadrement pour la somme de 45\$.

Aussi, des camps d'été pour les 7 à 12 ans se tiendront du 24 au 29 juin, 9 au 13 juillet et enfin du 6 au 10 août. Au menu : encadrement sécuritaire et selon les limites du jeune; enseignement de base en trampoline et en sauts, le tout dans un environnement calme et propice à la sensibilisation des manœuvres sécuritaires.

Il est à noter que les activités se tiendront du lundi au vendredi, de 7h30 à 17h, et que l'initiation (trampoline et descente sur la rampe d'eau) est d'une durée de trois heures. Les heures restantes seront utilisées à divers jeux amicaux tels que le soccer, volley-ball,

badminton, dessin, chasse aux trésors dans les sous-bois, excursions et pique-nique à la montagne. Pour les inscriptions, visitez le site Internet www.acrobatx.com.

Par ailleurs, le Mondial Acrobatx 2007 aura lieu le 4 août et la Coupe Acrobatx, elle, se tiendra le 1^{er} septembre. Notons que l'accès aux estrades est gratuit !



Le ministre Jean-Marc Fournier était de passage, le 12 avril 2007, à la station de ski le Relais de Lac-Beauport pour annoncer un investissement de 300 000\$ au Centre national d'entraînement acrobatique Yves Laroche.

NOUVEAU

GOLF ILLIMITÉ

POUR

440\$
Taxes en sus.

TOUS LES JOURS
dès 15 h00

* Abonnement de golf été 2007. Accès illimité au golf, tous les jours, dès 15h00.

BUFFET
FÊTES DES MÈRES

le dimanche 13 mai dès 17h

(Ajout de mets de style cabane à sucre)

Ambiance exceptionnelle

Musicien sur place

Enfants de moins de 5 ans GRATUIT.

Renseignez-vous :

Mont Tourbillon

849-4418

www.monttourbillon.com

À LIRE CE MOIS-CI

INSECTARIUM

Dossier préparé
par Carole Roy
Pages 6-7



ENTREVUE

Pascale Picard
sans concession

Pages 8-9

LE CNEAYL SAUVÉ

3

ARCHITECTURE

16-17

AFFAIRES

20

MIA COSSETTE

29

SPORTS



ESSAIS À OUBLIER

28

Le journal L'Écho du Lac est publié et édité par
Platine Communication,
177-A, Chemin tour du Lac, Lac-Beauport (Québec) G0A 2C0
Téléphone : (418) 845-5515 poste 6

ÉDITEUR : Michel Beaulieu
DIRECTEUR DE L'INFORMATION : François Marcotte
JOURNALISTE : Carole Roy
COLLABORATEURS : Marie Saint-Laurent, Réjean Sohier,
Marie-Claude Déry
PUBLICITÉ : Michel Beaulieu, Élisée Fortin, Stéphane Bélanger
PRODUCTION GRAPHIQUE :
Dominique Paquette, René Joyal, Mélissa Ouellet
Platine communication
IMPRESSION : Les Éditions Belcor
TIRAGE : 5000 copies
DISTRIBUTION : Poste Canada
DÉPÔT LÉGAL : Bibliothèque nationale du Québec

UNE BELLE RÉCOMPENSE À L'AUBE DE LA RETRAITE

PIERRE CORRIVEAU REMPORTE LE PRIX D'EXCELLENCE DE L'ADGSSSQ

FRANÇOIS MARCOTTE
francois@lechodulac.ca

Monsieur Pierre Corriveau, directeur général du Centre jeunesse de Québec et résidant de Lac-Beauport, s'est mérité le Prix d'excellence de l'Association des directeurs généraux des services de santé et des services sociaux du Québec (ADGSSSQ). L'Association a fait reconnu la qualité exceptionnelle de l'ensemble de la carrière de M. Corriveau, lors d'une cérémonie qui se tenait au Loews Le Concorde, le 5 avril dernier.

C'est sans équivoque que les différents acteurs du milieu des services de santé et des services sociaux ont appuyé et reconnu la candidature de M. Corriveau. Ces nombreux appuis traduisent une valeur fondamentale qu'il a cultivée au cours de ses 35 ans de carrière, c'est-à-dire celle de travailler conjointement avec les acteurs du milieu pour le bien des enfants.

« C'est une reconnaissance importante pour moi car elle provient de mes pairs. D'autant plus qu'habituellement, on n'a pas beaucoup de reconnaissance. On souligne plus souvent les mauvais

côtés que les bons », a fait remarquer le lauréat, soulignant également que c'est très valorisant et important d'œuvrer auprès des jeunes. « Lorsqu'on travaille avec ces jeunes, une simple décision de notre part peut déterminer son avenir. »

Outre la reconnaissance des qualités de gestionnaire de M. Corriveau, l'ADGSSSQ, en lui remettant ce prix, souligne également « celles du visionnaire, du bâtisseur, de l'innovateur et du mobilisateur. Les projets majeurs de réorganisation des services, à commencer par la création du Centre jeunesse de Québec, sa désignation à titre d'institut universitaire, la mise sur pied de la Fondation, l'obtention de l'agrément et son renouvellement, le virage vers le développement des pratiques, ses multiples engagements régionaux et provinciaux, le souci d'amener chaque membre de l'organisation à un niveau plus élevé de compétence, ou encore cette sensible préoccupation à la rigueur et à l'excellence du travail auprès des enfants sont quelques-uns des exemples



L'ADGSSSQ a reconnu les qualités exceptionnelles de Pierre Corriveau.

illustrant un bilan fort évocateur du récipiendaire de ce Prix d'excellence 2007 », a souligné le Centre jeunesse de Québec, par voie de communiqué.

« J'ai toujours été un entrepreneur dans ce domaine. Les projets m'ont toujours stimulé », a-t-il commenté, avant d'expliquer que ce prix vient également en raison de sa persévérance et de sa tenacité.

M. Corriveau est présentement en fin de carrière et dresse un bilan positif de toutes ces années qu'il aura passées auprès des jeunes. Il prendra sa retraite dans quelques mois et se consacrera aux terres qu'il détient à Lac-Beauport. Psychologue de formation, Pierre Corriveau est père de trois enfants et habite Lac-Beauport depuis 1973.

Les petites annonces

www.lacbeauport.com

Petites annonces...
grands résultats!

IMMOBILIER

Terre à bois de 87 arpents, secteur Lac-Poulin, zonage forestier, bois mixte, chemin sur le lot, ruisseaux. 99 000\$ Jean-Pierre Pelletier : 655-3636

Petite maison à louer. Secteur paisible de Lac-Beauport. Près d'une rivière. Libre immédiatement. 475\$/mois non chauffée, non éclairée. 418 841-3073 poste 4

SERVICE

Pré-retraité sérieux et fiable résidant à Lac-Beauport, offre ses services pour menus travaux d'entretien et de rénovation (peinture, moulures, céramique, plancher flottant et autres). Estimation gratuite. 558-1020

VOITURE

Golf CL 2003. Manuelle, noire, 4 portes, air climatisé, 75 000 km. Prix: 9 300\$ négociable. 265-7977

Nos services

- Blanchiment ZOOM2;
- SERVICE D'ORTHODONTIE;
- Traitement de gencives (parodontie);
- Traitement de canal (endodontie) rapide; et sans douleur;
- Dentisterie sans amalgame d'argent et de mercure;
- Reconstruction de sourire.



Clinique Dentaire
L A C - B E A U P O R T

Dr Serge-Alexandre Bellavance
Chirurgien-dentiste
Dentisterie esthétique

Service personnalisé par une
équipe jeune et dynamique!

1020, boul. du Lac, Lac-Beauport, Qc G3B 0W8

T (418) 849-2820
I www.ledentiste.net





ANDRÉ DUSSAULT

agent immobilier affilié

ENCORE CETTE ANNÉE
MEILLEUR VENDEUR
LAC-BEAUPORT 2006



653-0488

www.andredussault.com

LAC-BEAUPORT



94, de la Vallée; p.d. 249 000 \$

LAC-BEAUPORT



14, de la Vallée; p.d. 204 000 \$

LAC-BEAUPORT



85, de la Vallée; p.d. 279 000 \$

LAC-BEAUPORT



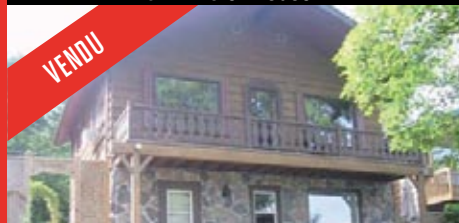
21, du Domaine; p.d. 230 000 \$

BOISCHÂTEL



297, du Cristal; p.d. 209 000 \$

BORD LAC ST-AUGUSTIN



2182, des Riverains; p.d. 199 000 \$

BEAUPORT



3263, Jean-Pinguet; p.d. 179 000 \$

LES SAULES



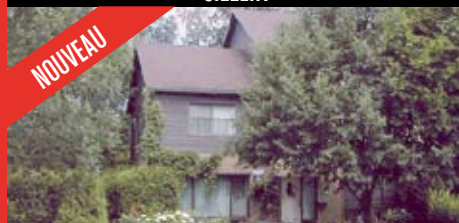
4640, Émile-Henriot; p.d. 174 000 \$

LAC-BEAUPORT



Remarquable. Un des plus beaux points de vue sur le lac.

SILLERY



Maison de ville de grand prestige au cœur de Sillery!

LAC-BEAUPORT



Intimité complète, piscine creusée, 22 000 p.c.

LAC-BEAUPORT



Haut de gamme, faite par designer.

LAC-BEAUPORT



Très actuelle, véranda 3 saisons.

LAC-BEAUPORT



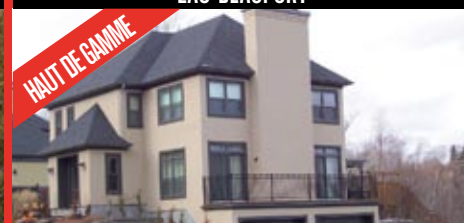
Rare à ce prix, impeccable, égouts municipaux.

LAC-BEAUPORT



Vue imprenable sur le lac, intimité complète.

LAC-BEAUPORT



Construction Rousseau, piscine creusée.

LAC-BEAUPORT



Plafond cathédrale, aires ouvertes, terrain plat.

LAC-BEAUPORT



Magnifique résidences à paliers, plage privée.

LAC DELAGE



Construction neuve, solarium. Accès au lac.

LAC-BEAUPORT



Magnifique, immenses pièces.

LAC-BEAUPORT



Terrain 43 000 p.c., petit étang privé, 219 000 \$

LAC-BEAUPORT



Accès au lac avec droit de bateau moteur, 489 000 \$

LAC-BEAUPORT



Riverain du bassin de la Rivière Jaune, 275 000 \$

LAC-BEAUPORT



Immense, 5 chambres à coucher.

Plusieurs de nos clients acheteurs sont à la recherche.

URGENT

Il y a un manque de propriété à vendre à Lac-Beauport.
FAITES-MOI ÉVALUER LA VÔTRE SANS ENGAGEMENT.

LAC-BEAUPORT



Prix réduit. Faites votre offre!

LAC-BEAUPORT

8 TERRAINS DISPONIBLES.
PRÊTS À CONSTRUIRE.
ENVIRON 40 000 P.C.
ADOSSÉS AU GOLF ET VUE SUR LE LAC.
125 000 \$ CHACUN

L'INSECTARIUM S'ATTAQUE AUX MYTHES

CE SONT LES PARENTS QUI INCULQUENT CRAINTE ET DÉGOÛT DES INSECTES À LEURS ENFANTS

Qui de nous ou des insectes sont les envahisseurs? Que de grincements de dents quand nous voyons araignées ou fourmis s'installer dans la maison. Elles ne nous veulent pourtant pas de mal ces petites bestioles. Si nous en savions un peu plus sur leur comportement, nous leur serions reconnaissants de s'être établis dans nos chaumières. Diurnes, nocturnes, carnivores, végétariens, gros ou petits, rampants, ailés, poilus, parfois comestibles, ils font partie de notre quotidien. Vous frissonnez au mot comestible? Et moi donc!



CAROLE ROY

carole@lechodulac.ca

Si l'on trouve une toile avec une araignée bien en forme dans la maison, c'est signe qu'elle se nourrit des acariens et fourmis qui y circulent. Un bien grand service qu'elle nous rend. Que faisons-nous pour la remercier? Nous l'écrasons avec un mouchoir. Ce que nous devrions faire serait de la libérer à l'extérieur afin qu'elle puisse se gaver d'autres petits insectes qui composent son alimentation. On a beau dire qu'elles nous débarrassent de multiples petits intrus, il n'en demeure pas moins que le face à face n'est pas toujours jojo.

UN PARRAIN D'HONNEUR PAS PIQUÉ DES VERS!

Lors d'un point de presse sur l'ouverture officielle de l'Insectarium de Québec, Monsieur Gaston Forgues, président du conseil d'administration de l'établissement, était fier d'annoncer que l'entomologiste Monsieur Georges Brossard avait accepté d'en être le parrain d'honneur. Avec la verve qu'on lui connaît, celui-ci s'est empressé de nous entretenir de son amour pour les insectes qu'il nous interdit de nommer «bibittes».



En plus des armoires vitrées, l'Insectarium est équipé de vivariums où résident divers insectes et arthropodes vivants.

Cet homme possède une spectaculaire collection d'insectes totalisant plus de 500 000 spécimens. S'il semble quelque peu marginal, Georges Brossard sait parfaitement vulgariser l'entomologie qui nous fait souvent perdre notre latin.

LE BUT DE L'INSECTARIUM DE QUÉBEC

Le but premier de la construction de l'Insectarium sur le site de Notre-Dame des Bois était d'ajouter un volet plus éducatif

L'Écho du Lac, c'est aussi un site Internet

www.lacbeauport.com

Si vous désirez...

- Nous proposer un sujet d'article
- Nous informer d'un événement à venir
- Nous partager vos préoccupations

Pour informations : (418) 580-0537 Publicité : (418) 569-0410

Toute l'actualité
de Lac-Beauport
...en un clic!



Membre de la CIQ et de l'ACAIQ
www.andreelennon.com
alennon@ccapcable.com

LE SEUL COURTIER IMMOBILIER AGRÉÉ,
ayant PIGNON SUR RUE
à Lac-Beauport

Depuis plus de 23 ans, JUSTE POUR VOUS,
Gens de Lac-Beauport.

Pour une opinion honnête et juste de la valeur de votre propriété, n'hésitez pas à communiquer avec moi, en toute confidentialité, car... VOUS ASSURER D'UN SERVICE PROFESSIONNEL ET PERSONNALISÉ...

c'est dans ma nature!

ANDRÉE
LENNON

♦ COURTIER IMMOBILIER AGRÉÉ ♦



(418) 849.2686

au centre de plein air. Si les jeunes sont la clientèle cible d'un tel établissement, les adultes ont tout à gagner en le visitant. Quel jeune n'est pas attiré par un papillon, une sauterelle, un ver, une chenille? Ce sont les parents qui leur inculquent crainte et dégoût. Peu importe l'insecte, il y a de fortes chances qu'il soit beaucoup plus propre que le chat ou le chien auquel nous donnons de gros bécots. Il est important de défaire les mythes et l'Insectarium de Québec, véritable musée, est là pour y remédier avec son exposition permanente. On y propose quelques milliers de spécimens vivants et naturalisés provenant des quatre coins du monde. Qu'ils soient ailés, poilus, millipèdes, tous ont leur utilité et c'est ce que l'équipe d'animation de l'Insectarium nous enseigne par différentes activités et thématiques.

COMMENT EN VIENT-ON À S'INTÉRESSER AUX INSECTES?

Pour Stéphanie Bilodeau, directrice de l'Insectarium, la piqure lui est venue dans ses cours de biologie où l'on traitait d'entomologie. Rien de tel qu'un binoculaire pour observer de très très près ces petits insectes qui à l'œil nu semblent bien peu différents les uns des autres. Pour la jeune directrice ce fut une révélation. Il était donc primordial de doter l'Insectarium d'un tel appareil. Vu de près, on réalise que ces petits êtres diffèrent par leur forme, leur couleur, leurs écailles, etc. Il n'y en a pas un d'identique. Par la suite tous ses voyages furent orientés vers la découverte d'insectes d'ici et d'ailleurs. Rappelons que les insectes occupent 95% de l'embranchement dit



Cœurs sensibles s'abstenir... Une image vaut mille mots!

«animal» sur la planète et que l'on n'en connaît à peine le quart. Tout est encore à découvrir.

PETIT TRUC POUR LE COLLECTIONNEUR D'INSECTES

Il n'est pas utile de capturer 15 spécimens d'une même espèce. Pour naturaliser l'insecte il suffit de le mettre dans un pot que l'on place au congélateur. On recrée ainsi l'état de dormance et l'insecte meurt tout doucement en restant intact. Il sera aisé par la suite de l'épingler correctement.

L'INSECTE DANS NOTRE ASSIETTE

L'entomophagie est la consommation d'insectes par les humains. Beurk, direz-vous! Cette pratique est pourtant considérée comme normale dans de nombreuses cultures. Sachez que sur le plan nutritionnel, les insectes sont très riches en protéines

animales, en vitamines variées, et en calories. Au Japon, on cuisine les guêpes et leurs larves avec du riz assaisonné de sucre et de sauce de soja; en Afrique, on préférera une variété de chenilles à la viande. Et ici? On se limite à la régurgitation de l'abeille, le miel, que tous trouvent délicieux! Si l'on juge cela juste et bon, pourquoi l'insecte lui-même n'aurait-il pas un goût agréable. La larve de cocotier aurait le goût de ce qui la nourrit: la noix de coco (miam!) Pour l'ouverture officielle de l'Insectarium, le chef montréalais Erik Ayala-Bribiesca d'El Suspiro Traiteur, avait cuisiné des beignets de grillons et fait rissoler des larves de ténébrions communément appelés vers de farine. Les plus courageux s'accordaient pour dire que ce n'était pas vilain comme goût et que la texture était intéressante. Nefaisant pas partie de ces fins gastronomes, je ne peux malheureusement vous faire de critique culinaire! Pour clore ce volet, l'élevage des insectes serait simple et rentable et pourrait donc jouer un rôle important dans l'économie alimentaire. Vivement un rayon «insectes» au IGA! À table, la soupe est servie!

UN LIEU À DÉCOUVRIR

N'ayez crainte, on ne tentera pas de faire de vous un adepte de l'entomophagie lors de votre visite à l'Insectarium de Québec. Les dégustations ne se font que de façon ponctuelle... Vous y ferez d'agréables et surprenantes découvertes dans un décor approprié. Un lieu tout désigné pour une belle activité seul ou en famille.



De gauche à droite: Stéphanie Bilodeau, directrice de l'Insectarium, M. Gaston Forgues président du conseil d'administration de l'Insectarium de Québec et M. Georges Brossard parrain d'honneur.

archibald
microbrasserie ★ restaurant

LES SOIRÉES D'ARCHIBALD

ENCORE PLUS CHAUDES AVEC SES 2 NOUVELLES
★★★★★ **RECRUES** ★★★★★

(LES 2 NOUVELLES BIÈRES D'ARCHIBALD À DÉCOUVRIR)

ARCHIBALDMICROBRASSERIE.CA ★ 841-2224

ENTREVUE DU MOIS

Le nom de Pascale Picard est présentement sur toutes les lèvres et les critiques dithyrambiques ne tarissent pas à l'endroit de son premier album intitulé *me, myself & us*. Plusieurs l'ont connue grâce à son passage remarqué à l'émission Les Pourris de talent diffusée sur les ondes de Musique Plus en 2004. Or pour les Lac-Beauportois, elle sera toujours cette jeune fille charismatique qui trouvait sa place plusieurs soirs par semaine sur le bar du restaurant Les Frères Toc. Accompagnée de son fidèle et talentueux guitariste, Mathieu Cantin, Pascale Picard a gentiment accepté de se livrer une fois de plus.

PASCALE PICARD EN

FRANÇOIS MARCOTTE

francois@lechodulac.ca

Depuis la sortie tant attendue de *me, myself & us*, Pascale Picard et ses acolytes (Mathieu Cantin à la guitare, Philippe Morissette à la basse et Stéphane Rancourt à la batterie) multiplient les entrevues et les spectacles. Pas surprenant, l'album est tout simplement excellent; c'est rock, folk, franc et bien produit. Un premier jet qui dévoile déjà la grande maturité et le talent de cette jeune auteure-compositrice-interprète à la voix enchanteresse.

En voilà enfin une qui a compris que l'expérience ne s'achète pas et, surtout, qu'il ne suffit pas d'un simple passage à l'Académie de PKP pour que notre musique soit reconnue... non, ici, il faudrait plutôt dire reconnaissable!

Il faut dire que Pascale Picard, malgré son jeune âge (24 ans), a déjà beaucoup de « millage » derrière elle. « Je compose des chansons depuis que j'ai 13 ans », avoue-t-elle, tout en signifiant que les nombreux spectacles qu'elle a faits dans les restaurants lui auront servis énormément. « Il n'y a rien qui arrive pour rien. À force de jouer ici [au restaurant Les Frères Toc], j'ai rencontré des personnes qui m'ont aidée à faire un démo, et ce démo s'est retrouvé à Musique Plus pour l'émission Les Pourris de talent. » C'est ainsi qu'à la suite de trois prestations sur le plateau de l'émission, deux de ses chansons (*A While* et *Thinking of it*) trouvent une place sur l'album Les Pourris de talent, un disque enregistré par nul autre que Serge Fiori (Harmonium).

Pour le quatuor de Québec, cet enregistrement fut une expérience déterminante; pour la première fois, ils goûtaient tous à l'effervescence qui entoure une « grosse » production (lancement, promotion, etc.). Un moment charnière dans leur jeune carrière car cet enregistrement contenait également une option pour un contrat de disque avec la même maison de production, c'est-à-dire Zone 3.

On est alors au printemps 2005 et Pascale Picard n'a que deux chansons à offrir. Or l'intérêt du public et des médias com-

mence déjà à se faire sentir. « C'était parfois gênant! », fait remarquer Mathieu Cantin, maintenant très heureux d'avoir « quelque chose à dire » à propos de cet opus qui contient 12 pièces originales en anglais.

LE BEAU RISQUE

Quiconque s'intéresse à l'industrie de la musique au Québec sait qu'il est fort difficile pour un artiste francophone de s'illustrer dans une autre langue que la sienne; la barrière linguistique est forte, le CRTC aussi. Cela étant dit, pour Pascale Picard, le choix de l'anglais n'a jamais été remis en question. « Quand j'ai rencontré les gars [ses musiciens], je composais déjà et je chantais en anglais. C'est d'ailleurs une question [le choix de chanter en anglais] très controversée au Québec. Moi, je considère que la musique est universelle, et peu importe la langue. C'est comme avec les autres domaines artistiques; on ne peut pas reprocher à un peintre de ne pas faire de la sculpture! Moi, personnellement, c'est plus facile de m'exprimer en anglais. On doit faire les choses comme on les sent », explique Pascale Picard.

Et, de toute évidence, l'auteure-compositrice-interprète respecte ce leitmotiv. À l'écoute de ce disque, on sent que la main qui signe les textes — en l'occurrence, Pascale Picard — ouvre son grand livre personnel et nous livre une partie de son âme. En ce sens, elle fait assurément les choses comme elle les sent, au risque de dévoiler quelques fissures de son existence. « Pour moi, une chanson qui n'a pas d'émotion, c'est impossible à faire. [...] J'aime bien que mes chansons soient comme des petites images, des photos d'un moment, d'un événement. » Et de fait, Pascale Picard nous livre cette prose parfaitement sentie et maîtrisée, et de surcroît très personnelle (*Sorry*), touffues (*Smilin'!!*) et, parfois, remplie d'une certaine amertume (*Annoying*) à l'endroit des expériences du passé.

Et disons-le, le choix de chanter dans la langue de Shakespeare ne pourrait susciter des reproches tellement l'accent est effacé et le rendu final naturel. Par ailleurs, comme le souligne Mathieu Cantin, « le rock, c'est anglophone! »

1964	BOUCHERIE VIC VERRET ET FILS à votre service depuis et nous sommes heureux de continuer à vous servir 1964				
Saviez-vous que... L'abondance du persillage du certifié Angus Beef accroît la qualité gustative de la viande, la rendant plus juteuse et plus savoureuse.					
	Viande de qualité : boeuf AA, boeuf Angus AAA, Chevaline, Gibier, fondue chinoise, grand choix de brochettes marinées. Plusieurs produits cuisinés ici-même : Plus de 25 variétés de saucisses etc.				
Face au Canac-Marquis rue Bernier	■ NOUVEAU JAMBON LE VERRET (Artisanal) ■ BROCHETTES MARINÉES BBQ <table style="width: 100%; border: none;"> <tr> <td style="width: 60%;">BOEUF</td> <td style="text-align: right;">3,79\$ ch.</td> </tr> <tr> <td>POULET</td> <td style="text-align: right;">4,29\$ ch.</td> </tr> </table> Tél.: (418) 849 4481 20659, boul. Henri-Bourassa (Qc)	BOEUF	3,79\$ ch.	POULET	4,29\$ ch.
BOEUF	3,79\$ ch.				
POULET	4,29\$ ch.				

L'assurance d'en avoir Plus au Lac Beauport



Gislaine Plamondon et Jean Croteau

Agents en assurance de dommages des particuliers

Les assurances Plamondon, Croteau inc.
Cabinet en assurance de dommages



- Un service professionnel et personnalisé
- **Jusqu'à 30 % de réduction** si votre résidence est munie d'un système de sécurité (feu/vol) relié à un central reconnu
- **CAP assistance juridique** offert gratuitement à tous nos clients

Tél. : 418 **841-1850**

www.gislaineplamondon.com

Affilié à :



La Capitale
assurances générales

TOUTE SINCÉRITÉ

DANS LA COUR DES GRANDS

Enregistré Au WildSky Studio des frères Grand (Bran Van 3000, Mélanie Renaud, Cirque du Soleil) et « masterisé » par Vlado Meller (Red Hot Chili Peppers, Metallica, Rage Against The Machine), *me, myself & us* est le résultat de quatre mois de travail acharné en studio — et de plusieurs années d'efforts et de concessions.

Au cours de cette période, les quatre musiciens ont su développer une complicité avec les frères Grand, surtout avec Dominique qui est « devenu le cinquième membre ». Cela dit, cet album est à leur image. Il flirte tantôt avec le rock, tantôt avec le folk — ce qui n'est pas sans rappeler une certaine Ani DiFranco —, et dégage cette agréable authenticité qui caractérise si bien Pascale Picard et Matieu Cantin. « On a surveillé toutes les étapes de la production; on voulait sortir la tête haute », souligne Pascale Picard, précisant aussi qu'ils avaient carte blanche lors de l'enregistrement.



À l'évidence, nous entendrons parler de plus en plus de cette talentueuse auteure-compositrice-interprète.

C'est réussi! Pascale Picard peut être fière de ce premier disque. Gageons que nos voisins du ROC ne tarderont pas à faire de cette talentueuse chanteuse leur prochaine icône du rock canadien.

AGENDA ARTS ET SPECTACLES

SPECTACLES

ARCHIBALD (418) 841-2224

2 mai : Frédérick Matte	17 mai : Jonathan Guérette (duo)
3 mai : Bloody César	18 mai : One Way
4 mai : The Fly	19 mai : One Way
5 mai : à déterminer	23 mai : Louis Dionne
9 mai : Louis Dionne	24 mai : Jonathan Guérette (duo)
10 mai : Jonathan Guérette (duo)	25 mai : 6 O'Clock Jam
11 mai : Crackers	26 mai : 6 O'Clock Jam
12 mai : Crackers	30 mai : Louis Dionne
16 mai : Moipioli	31 mai : Jonathan Guérette (duo)

LES FRÈRES TOC (418) 849-6211

Chansonnier tous les soirs

Prenez note que Pascale Picard chante pour vous en début de semaine... tant que son horaire lui permettra!

ACTIVITÉS DE LA GUILDE ARTISTIQUE DE LAC-BEAUPORT

CLUB NAUTIQUE DE LAC-BEAUPORT, (418) 849-6693

Info-Courriel: info@galb.ca

15 mai à partir de 9 h a.m.: ATELIER DE CHANTS « LES MATINS CHANTANTS »

Ambiance conviviale. Des cahiers de chants seront disponibles sur place.

Un jus santé de fruits frais vous sera servi.

Un atelier offert avec la collaboration de:

Louise Brunet, Christian Descoteaux et Sylvie Langevin.

ATELIERS LIBRES

Tous les mardis soir de 19 h à 22 h (sauf le 8 mai), ainsi que tous les jeudis de 9 h à 16 h, il y a atelier libre, et ce, jusqu'au mardi 19 juin. Les ateliers prennent fin après cette date. De retour dès l'automne.

INFO:

Au cours des mois de mai et juin, les artistes de la GALB tiendront des ateliers de création (photographie, arts visuels et écriture) en plein air avec les jeunes de l'École Montagnac. Sept professeurs participeront au projet. Les œuvres seront exposées au Club Nautique lors des journées de la culture les 28, 29 et 30 septembre.



10^E

ANNIVERSAIRE

**Pour célébrer
l'arrivée
du printemps
et votre fête,
obtenez une
table d'hôte
GRATUITE***

(table de 4 pers. et +)

*Voir restrictions
sur place.

Veuillez téléphoner
pour de plus
amples détails.



*Les Frères Toc
Différent...*

**FÊTES DES
MÈRES**

Déjeuner table d'hôte

14.95\$
par pers.

**DIMANCHE
SOIR DES
DAMES**

sur le menu à la carte
(à partir de 16h00)

50%
DE RABAIS

**LUNDI
FAJITAS**

(pour deux personnes)

18.95\$

**MARDI
SUSHIS**

(à partir de 17h00)

1\$
du
MORCEAU

**MERCREDI
AILES À**

(à partir de 16h00)

35¢

DÉJEUNER

Dimanche (de 8h00 à 14h00)

SPÉCIAL POUR DEUX
**OEUFS
BÉNÉDICTINES**

15.95\$

MENU MIDI

Du lundi au vendredi

849-6211

www.lesfrerestoc.com

20815, boul. Henri-Bourassa

DÉPART DE DEUX PILIERS DE L'ÉCOLE MONTAGNAC

La fin de la présente année scolaire sera marquée par le départ de deux figures importantes à l'École Montagnac. Le directeur René Dion partira à la retraite et Marie-France Gauthier, secrétaire de l'école depuis 10 ans, quittera pour un autre poste à la Commission Scolaire.

CAROLE DION

carole@lechodulac.ca

René Dion annonçait récemment qu'il tirerait sa révérence fin juin; après 36 ans dans le milieu de l'éducation, il avait envie de passer à autre chose. Mais attention, passer à autre chose, c'est un bien grand mot. Depuis quelque temps déjà, il est chargé de cours à l'Université Laval et c'est ce qu'il poursuivra à la prochaine rentrée. Drôle de retraite n'est-ce pas? Étant de la génération qui se valorise par le travail, il n'est pas rare que l'homme de 56 ans travaille le soir et les week-ends à Montagnac. Son nouvel horaire qu'il veut plus léger, un à deux cours par semaine, lui permettra certainement de se mettre à jour côté littérature, théâtre et voyage. Il espère bien avoir du temps à consacrer à l'exercice physique. C'est qu'il aura une retraite bien remplie cet homme que nous n'aurons connu que trois ans.

QUEL GENRE DE PROF ÉTAIT-IL?

Du temps où il était professeur, il était reconnu pour être quelqu'un de très chaleureux et ferme à la fois. Il aimait mettre beaucoup de créativité dans son enseignement. Parions qu'avec l'expérience acquise au fil des ans, tant à l'enseignement qu'à la direction, il saura transmettre aisément tout son savoir à ses étudiants du 2e cycle qui aspirent à devenir de futurs directeurs d'école. Quand on lui demande quelle a été sa plus grande réalisation dans le milieu de l'éducation, c'est avec émotion qu'il dit être fier d'avoir réussi à rejoindre certains jeunes aux comportements difficiles, de leur avoir redonné vie au point de vue académique. Sa plus grande déception est de constater qu'il est parfois difficile de convaincre les parents qu'il existe des moyens



Pour René Dion, il faut prêcher par l'exemple. Plus on s'implique, plus l'entourage s'investit.

pour assurer la réussite scolaire. Les grands perdants sont trop souvent les enfants. Le temps que m'a accordé René Dion pour cette entrevue m'a permis de découvrir un homme d'une grande compréhension, d'une grande écoute. La barre sera haute pour son successeur.

conservera certainement celui d'avoir suivi nos jeunes de la maternelle à la 6e année. «Les voir grandir, évoluer, s'assagir, c'est tout un privilège», dit-elle. C'est certain que toutes ces petites frimousses lui manqueront mais c'est avec joie qu'elle accepte cette promotion.

NOUVELLE EXPÉRIENCE POUR MARIE-FRANCE GAUTHIER

Secrétaire de l'École Montagnac depuis 1997, Marie-France quittera elle aussi à la fin juin. Elle ira relever de nouveaux défis au siège social nord (Notre-Dame-des-Laurentides) de la commission scolaire des Premières Seigneuries. Elle agira comme secrétaire de la directrice des services éducatifs. De nouveaux défis oui, mais c'est en quelque sorte un retour aux sources puisque Madame Gauthier avait débuté à ce même endroit il y a de cela 16 ans. Parmi ses plus beaux souvenirs à Montagnac, elle

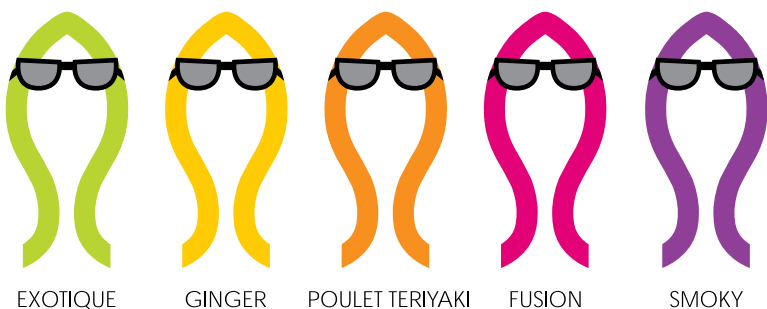
BEAUCOUP DE PAIN SUR LA PLANCHE POUR LES NOUVEAUX VENUS.

On est en droit de se demander à quoi ressemblera la rentrée scolaire 2007-2008 avec ces nouveaux venus. Ce n'est pas de remettre la compétence des gens en question, mais disons qu'ils devront mettre les bouchées doubles pour apprivoiser tous les rouages de cette école qui soit dit en passant est la plus grande école primaire de la commission scolaire avec ses quelques 600 élèves.



Marie-France Gauthier gardera de Montagnac d'excellents souvenirs. Elle en a soigné des petits genoux éraflés, mouché des p'tits nez qui coulent, séché de grosses larmes.

Découvrez nos vedettes de l'été



EXOTIQUE

GINGER

POULET TERIYAKI

FUSION

SMOKY

Du lundi au vendredi
Futomaki du jour
2⁹⁵\$

Une saveur différente chaque jour

Rouleau de 5 morceaux. Taxes en sus. Valable avec toute tranche d'achats de 10.00\$ avant taxes. Détails en magasin.



990, boul. du Lac, Lac-Beauport **849.9020** sushishop.com

« LA GANG ALLUMÉE » ATTIRE MUSIQUEPLUS AU SOMMET

ON FUME TROIS FOIS PLUS DANS LES FILMS QUE DANS LA VRAIE VIE

Le mercredi 2 mai dernier, l'École Le Sommet accueillait la tournée provinciale des VJs de MusiquePlus. L'heure était au « party » et cette visite était grandement méritée puisque le Commando Oxygène de l'école sort grand gagnant du concours Dis-le avec ta gang allumée, pour la grande région de Québec. Ce concours qui en est à sa 6e édition est organisé en collaboration avec MusiquePlus et les directions de la santé publique des 18 régions du Québec.

CAROLE ROY

carole@lechodulac.ca

Les gangs allumés de chacune des régions du Québec soumettaient leurs projets de lutte contre le tabagisme à leur agent régional. Celui-ci devait retenir les trois meilleurs projets de sa région et proposer ses choix à un jury formé de représentants provenant du ministère de la Santé et des Services sociaux et du Conseil québécois sur le tabac et la santé. Tournée avec des mouvements de caméra à la MusiquePlus, la vidéo du Sommet intitulée « 0-5-30 » traitait du défi que représente l'arrêt du tabagisme.

LA FIERTÉ DU COMITÉ SANTÉ

L'approche globale de la vidéo présentée par le Commando du Sommet a assurément retenu l'attention de tous d'autant plus

que celui-ci relève directement du comité santé de l'École. Justine Gagnard-Parent, représentante pour Québec du Réseau conseil de la gang allumée, a de quoi être fière de son équipe! Depuis deux ans, 110 équipes, composées de jeunes de 12 à 18 ans, ont réalisé plus de 650 interventions-chocs dans des lieux publics partout au Québec afin de sensibiliser la population aux méfaits de la fumée de tabac.

LE CINÉMA SERAIT PLUS EFFICACE QUE LA PUBLICITÉ POUR PROMOUVOIR LE TABAC

Près de 80% des films américains ont montré des images de fumeurs entre 1998 et 2002. Vous pensez que c'est mieux ici?

Détrompez-vous car nos productions québécoises n'ont guère fait mieux avec des films comme Les Boys, Gaz Bar Blues, CRAZY, L'audition, La Grande Séduction, pour ne nommer que ceux-ci.

RECHERCHE QUÉBÉCOISE AUPRÈS DES JEUNES

En juin 2006, une recherche a été menée au Québec auprès de jeunes du secondaire, sur leur perception de la fumée à l'écran. Il en ressort qu'acteurs et actrices fumant à l'écran ont un réel effet d'entraînement sur les fumeurs et les ex-fumeurs. Sans préconiser une interdiction stricte de montrer de la fumée à l'écran, les jeunes étaient d'avis qu'il fallait sensibiliser davantage

les scénaristes et producteurs à l'impact de la présence excessive de la cigarette à l'écran. J'ai bien hâte de voir les prochaines productions!

L'ULTIME RÉCOMPENSE

Le samedi 12 mai, de 15h00 à 17h00, en direct des studios de MusiquePlus, ne manquez pas l'émission spéciale qui clôturera la 6e édition du concours Dis-le avec ta gang allumée, où l'on présentera les vidéos des grands gagnants. Une centaine de jeunes des gangs allumés seront sur place dont le Commando Oxygène du Sommet. Une escapade à Montréal en compagnie de leurs VJs préférés, d'artistes connus et de la relève, il y a de quoi fêter. Encore une fois bravo à nos jeunes!



Micheline Lemay, infirmière et tout le Commando Oxygène : Vickie Boivin, Jérémie Lefrançois, Roxanne Savard, Gabriel Simard, Karie-Anne Rhéaume, Kimberly Reason, Justine Gagnard-Parent, Christina Fiset.

Batifol

DIVINEMENT INTERNATIONAL

MOULES | FRITES | BIÈRES | STEAKS | FAJITAS | METS ASIATIQUES | DÉJEUNERS | SOUPE-TÔT



MAINTENANT OUVERTE

NOTRE TERRASSE CHAUFFÉE ET INTIME

Venez profiter de la belle saison sur notre terrasse chauffée. Tout y est prêt pour vous accueillir dans une ambiance intime, chaleureuse et ensoleillée!

DEPUIS 17 ANS À LAC BEAUPORT (418) 841-0414 WWW.LEBATIFOL.COM

POURQUOI LÉGIFÉRER LA COUPE D'ARBRES ?

Au mois de juin 2005, la Municipalité de Lac-Beauport a adopté une réglementation portant sur l'abattage et la plantation d'arbres. Mars 2007, on procède à quelques modifications afin de bonifier la réglementation. Cela étant dit, l'objectif reste le même : conserver et améliorer le couvert forestier de la municipalité.

FRANÇOIS MARCOTTE
francois@lechodulac.ca

«Une petite ville dans une grande forêt», voilà ce qui résume bien la visée de la Municipalité quant à l'élaboration d'une politique de foresterie urbaine. Dans un contexte où il y a une forte demande au chapitre du développement résidentiel, il apparaît tout à fait légitime — si on considère l'énoncé de base, c'est-à-dire «une petite ville dans une grande forêt» —, de contrôler certaines actions qui auraient comme effet de déstabiliser l'équilibre forestier du territoire urbain.

Le maintien de la qualité du paysage et des boisés existants ; la préservation et l'amélioration du caractère naturel et boisé du périmètre urbain ; la protection des rives et la création d'une perspective visuelle «intéressante» le long des voies publiques sont autant d'éléments qui figurent au chapitre des objectifs à atteindre.

Différents moyens ont alors été identifiés afin d'atteindre les objectifs visés. Et de ce nombre, on retrouve, évidemment, la réglementation qui concerne l'abattage des arbres.

LES NOUVEAUTÉS

Avant que les membres du conseil municipal adoptent en mars 2007 un nouveau règlement visant à modifier l'ancien, un problème au chapitre de l'application de la loi persistait, car la réglementation permettait que l'on coupe des arbres, et ce, jusqu'à concurrence d'un certain nombre. Les propriétaires devaient en effet conserver un nombre minimal de tiges standardisées selon la superficie de leur lot. Et, malheureusement, une minorité de citoyens coupaient inutilement des arbres, tout en gardant le nombre minimal requis. Comme le fait remarquer Pascal Hudon, conseiller municipal responsable de l'urbanisme, l'objectif n'est pas d'avoir le minimum mais plutôt le maximum d'arbres !

Dans la perspective où l'objectif n'est pas de couper des arbres mais de conserver et d'améliorer le couvert forestier, la Municipalité devait donc remédier à cette lacune. C'est donc pour cette raison que la nouvelle réglementation interdit formellement la



C'est, entre autres, à la suite de ce triste constat que la Municipalité a décidé de légiférer la coupe d'arbres.

coupe. Les propriétaires qui désirent abattre un arbre doivent préalablement obtenir un permis. Une nouveauté qui, selon M. Hudon, satisfait les attentes de la majorité des citoyens, mais la procédure peut sembler «lourde» pour plusieurs. Car si le propriétaire d'un lot désire obtenir un certificat d'abattage, celui-ci doit transmettre à un inspecteur un certain nombre de données (localisation, diamètre et essence de l'arbre).

Si les règles en vigueur sont désormais plus rigides, les pénalités et amendes le sont également. De fait, à la suite d'une première offense, une amende de 500\$ est automatiquement émise. À cela il faudra ajouter un montant allant de 100\$ à 200\$ par arbre abattu. Le montant maximum est de 5000\$. Il est à noter que les montants seront doublés dans le cas d'une récidive.



Faites comme Dame Nature,
laissez Ferti-sol plus
prendre soin de votre environnement

Une histoire de famille depuis plus de 40 ans !

Une entreprise fiable et
responsable qui vous donne :



de service



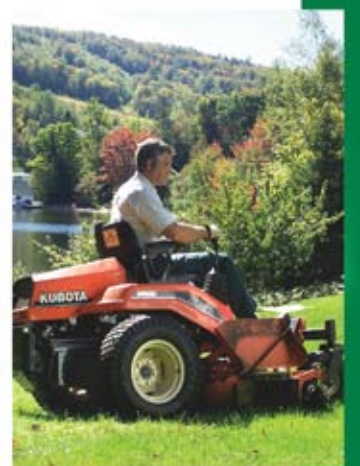
de qualité



de compétence

Contactez Ferti-sol plus
dès maintenant afin de profiter
d'avantages incomparables!

626-4107
www.fertisolplus.com



Nos fertilisants liquides à base organique

Ferti-sol plus innove en vous offrant une fertilisation équilibrée et très complète. Les engrais liquides que nous utilisons contiennent des algues marines organiques. Lorsque le sol n'est pas bien balancé ou que le pH est inadéquat, le gazon ne peut pas assimiler tous les éléments dont il a besoin. Les algues marines combleront ces lacunes en fournissant des hormones de croissance, ainsi que tous les oligo-éléments dont le gazon a besoin pour avoir une croissance saine et équilibrée.

Votre pelouse

- Déchaumage
- Aération
- Ensemencement
- Tonte commerciale et résidentielle
- Fertilisation
- Analyse du sol
- Terreautage
- Conditionneur de sol

Vos arbres et arbustes

- Dépistage de maladies et d'insectes
- Taille d'arbres et d'arbustes
- Traitement biologiques et systémiques
- Régénération de plates-bandes
- Fertilisation par injection
- Plantation d'arbres et d'arbustes
- Sarclage
- Protection hivernale
- Consultation d'arbres



EXPOSITION AU SOLEIL : CONFUSION ET SOLUTIONS

Si nous faisons un sondage sur les comportements à adopter pour diminuer les risques de cancer de la peau, vous seriez probablement en mesure de bien répondre à la majorité des questions, mais bien peu de gens mettent leurs connaissances en pratique. Voici quelques petites choses à ne pas oublier avant la belle saison.



MARIE-CLAUDE DÉRY

Chiropraticienne

UN PEU DE THÉORIE

Il existe 3 types de rayons UV : Les UVA qui pénètrent profondément dans notre épiderme et causent le vieillissement prématuré de la peau, les UVB qui se rendent sous la surface de la peau et causent les brûlures et les UVC qui n'atteignent pas notre peau puisqu'ils sont filtrés dans l'atmosphère. Saviez-vous que les rayons UVA traversent les fenêtres? Bien que les fenêtres de plusieurs voitures sont munies d'un filtre, sachez que les fenêtres de maison ou de bureau le sont rarement.

LA CONFUSION

Que vous soyez pour ou contre les crèmes solaires, sachez que vous avez besoin de vous protéger des effets néfastes des rayons UV. Certaines études démontrent que les écrans solaires diminuent le risque de cancer de la peau en bloquant les rayons et en diminuant les brûlures. D'autres études prouvent le contraire en démontrant que les risques de cancer de la peau sont directement liés au temps que nous passons sous le soleil. Selon eux, en appliquant de la crème, nous avons tendance à nous exposer plus longtemps aux rayons, ce qui augmenterait les risques de cancer de la peau. Comme toujours, il n'y a pas qu'une seule bonne réponse et je vous encourage à vous faire votre propre opinion sur le sujet.

DES SOLUTIONS

Voici 5 petits conseils indéniables à retenir :

-Vérifier l'heure : les rayons UV sont plus intenses entre 10 heures et 14 heures,

donc éviter les activités prolongées sous le soleil à cette période de la journée.

- Porter un chapeau : une récente étude démontre que vous abaissez de 10% les risques de cancer de la peau pour chaque 2 pouces de bordure que votre chapeau possède! Cela protégera votre visage, votre cou, vos oreilles et le cuir chevelu.

- Choisir ses vêtements : saviez-vous que les vêtements sont classés avec un indice SPF, tout comme les crèmes solaires? Plus le tissage sera serré, moins il laissera passer les rayons UV. Aussi, les vêtements foncés laissent pénétrer moins de rayons que les vêtements pâles, bien qu'ils attirent plus de chaleur. Il existe aussi des vêtements traités et indiquant un indice de protection solaire. Aussi, sachez que si vos vêtements sont mouillés, ils perdront la moitié de leur protection solaire.

- Achetez les bonnes lunettes solaires : votez pour une paire qui bloquera 90% des rayons UV, ce qui n'est pas le cas de tous les modèles. L'exposition aux rayons UV peuvent contribuer à la formation de cataractes et à la perte de vision.

- Prenez soin de votre santé : un bon système immunitaire aide à combattre les cellules cancéreuses, en plus de faciliter la régénération de la peau suite à un coup de soleil.

L'été est à nos portes, il ne faut pas qu'avoir peur du soleil, il faut savoir en profiter intelligemment. Alors sortez, marchez, courez, roulez, mais protégez-vous!



Avec le retour des beaux jours, pensez à vous protéger!

Physiothérapie

(Spécialiste du mouvement pour une condition pathologique)

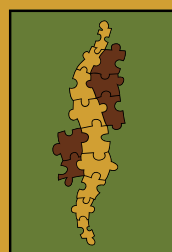
- *Professionalisme, dynamisme, écoute de vos besoins*
- *Traitements individuels, personnalisés*
- *Approche globale, posturale et préventive*
- *Exercices spécifiques appropriés*
- *Service d'orthèses plantaires*
- Physiothérapie générale et sportive
- Réadaptation des maux de cou, de dos, tendinite, entorse, post-chirurgie, post-fracture, syndrome fémoro-rotulien, arthrose, etc.
- En collaboration avec votre médecin traitant
- Nouvelles heures d'ouvertures pour plus de disponibilités
- Membre de l'Ordre de la Physiothérapie du Québec pour assurances privées



Services offerts :

Chiropratique • Physiothérapie • Massothérapie
Orthèses plantaires • Rééducation posturale
Acupuncture • Psychologie

Nous sommes accrédités
SAAQ et CSST



polyclinique
CHIROPRATIQUE
du Lac

1020, boul. du Lac, Lac-Beauport
Tél.: 849-9566



Josée Fournier

Agent immobilier affilié
ReMax Référence 2000



RE/MAX
RÉFÉRENCE 2000

courtier immobilier agréé
franchisé indépendant et autonome



Chaleureuse canadienne en pierre aménagée sur 3 étages, 2 foyers, armoires et plancher en pin, sous-sol aménagé, thermopompe, piscine, vue sur les pentes.



Attrayant cottage moderne, très éclairé, toit cathédral, foyer au salon, 4 chambres dont trois à l'étage, salle familiale, terrain boisé, vue sur les pentes.



Luxeux cottage suisse + garage double, 7 pièces lumineuses, 2 verrières, foyer au salon et chambre, superbe cuisine et salle de bains, terrain intime, vue pentes.

Pour vous, depuis 20 ans!

666-5050 ou 849-2354

j.fournier@ccapcable.com
www.joseefournier.com

ÉDITORIAL

MILLE EXCUSES CHÈRES MAMANS

J'entends déjà les hommes me traiter de «licheux», d'homme rose, de faible... je m'en fiche. J'ai décidé de m'exprimer. De dire le fond de ma pensée face à toutes les mamans du monde. Je suis de ceux qui ont toujours trouvé que la Fête des mères était une fête inutile, sans fondement, voire uniquement destinée à faire vendre des fleurs et des cadeaux aussi inutiles que ridicules. Bref, une fête qui ne sert à rien. Qui ne profite qu'aux commerçants. Mille excuses.



J'ai 43 ans, ma conjointe a accouché d'une fille extraordinaire en novembre dernier. C'est mon premier enfant — je sais que c'est un peu vieux pour un premier enfant, mais bon. Le destin en a décidé ainsi. Il n'en fallait pas plus pour réaliser à quel point les mamans sont importantes; à quel point la nature a bien fait les choses en ne permettant pas aux hommes d'accoucher et d'allaiter. Nous sommes bien trop «moumounes» pour ça. Les mères sont patientes, présentes, attentionnées, dévouées, chaleureuses, disponibles, amoureuses... En tout cas, c'est le cas pour la mère de ma fille et je suis d'avis que c'est le cas pour la grande majorité des mamans.

Milles excuses d'avoir pensé que tout était facile pour vous. Et n'en déplaise à certains hommes — ceux qui se pensent forts —, la nature a bien fait les choses.

Chaque jour je regarde tout ce que vous faites pour ces êtres si précieux; un emploi à temps plein; un travail 24 heures sur 24, 7 jours par semaine.

MICHEL BEAULIEU, éditeur
michel@lechodulac.ca

Merci à ceux qui ont travaillé à faire en sorte que les jeunes mamans puissent avoir une année avec leur poupon, et ce, tout en étant rémunérées par l'État. Certains diront qu'une année de congé de maternité, c'est trop, que trois mois ça suffirait. Ma fille a déjà cinq mois et je suis très heureux de savoir que sa mère sera présente à ses côtés pour encore sept mois. C'est fabuleux.

Alors maintenant croyez-moi, la Fête de mères ne sera plus jamais pareille à mes yeux. Je vais offrir un cadeau à ma conjointe en étant conscient de l'importance qu'elle a dans ma vie, dans la vie de ma fille.

Merci et bonne Fête des mères à toi et à toutes les mamans du monde!



Offrez une métamorphose à votre PROPRIÉTÉ!

Conception et service personnalisé
Architecte paysagiste
Installateur de SPA nature

** Lauréat de plusieurs prix provinciaux de l'APPO*



Une histoire de famille depuis maintenant 50 ans!



Charlesbourg **849-3405**
www.monpaysagiste.com



AUBERGE

QUATRE
TEMPS



Là où il fait bon prendre le temps...

161, chemin Tour du Lac • Lac-Beauport
(418) 849-4486 ou 1-800-363-0379
www.aubergequatretemps.qc.ca



CONSEIL MUNICIPAL

LA FIN DES PESTICIDES

FRANÇOIS MARCOTTE

francois@lechodulac.ca

Le conseil municipal a adopté, lors de la session ordinaire tenue le 7 mai dernier, un règlement portant le numéro 7-168 sur l'utilisation extérieure des pesticides et les matières fertilisantes. Dorénavant, les citoyens de Lac-Beauport et les entreprises d'horticulture ornementale devront se conformer à une réglementation plus rigide qui a pour objectif « de protéger de la contamination des pesticides et des matières fertilisantes les cours d'eau et plans d'eau ainsi que les nappes phréatiques de la municipalité. »

« Il ne faut attendre qu'il nous arrive ce qui est arrivé à Lac Saint-Joseph et Lac Saint-Charles. Depuis cinq ans, le lac Beauport s'est stabilisé dans son amélioration. Il faut donc agir », de souligner Michel Giroux, maire de Lac-Beauport, à propos de la légitimité du règlement.

INTERDICTIONS

De ce nouveau règlement, on retiendra entre autres choses les interdictions.

« L'utilisation extérieure de tout pesticide et de toute matière fertilisante est totalement interdite à moins de quinze mètres de la ligne des hautes eaux ». La ligne des hautes eaux se situe notamment « à l'endroit où l'on passe de la prédominance de plantes aquatiques à une prédominance de plantes terrestres, ou s'il n'y a pas de plantes aquatiques, à l'endroit où les plantes terrestres s'arrêtent en direction du plan d'eau. »

Aussi, « l'utilisation extérieures de tout pesticide est interdite à plus de quinze mètres de la ligne des hautes eaux [...], à l'exception des pesticides à faibles impacts — cela s'applique à l'ensemble du territoire de la municipalité —, [ainsi que] toute matière fertilisante [...], à l'exception des engrais naturels autres que ceux qui doivent être utilisés directement au sol sous forme liquide et des amendements autres que le fumier non composté — cela s'applique à l'ensemble du territoire du bassin versant ». Les pesticides à faible impact présentent plusieurs

caractéristiques et seulement certains sont autorisés. Renseignez-vous auprès de la Municipalité.

EXCEPTIONS

Cela dit, le règlement numéro 7-168 prévoit également des exceptions, notamment « dans le cas d'infestation ou pour contrôler ou enrayer la présence d'animaux qui constituent un danger pour les humains [...]; dans le cas de renaturalisation d'une rive où un compost commercial pourra être utilisé lors de la plantation, à l'exception d'un fumier composté. » De plus, l'entretien d'une piscine privée ou publique et les terrains de golf ne sont pas soumis aux interdictions mentionnées précédemment. Or l'exploitant d'un terrain de golf doit néanmoins respecter une réglementation spécifique. D'ailleurs, dès 2009 et à tous les trois ans par la suite, « l'exploitant d'un terrain de golf [devra] transmettre au bureau de la municipalité une copie du plan de réduction des pesticides ».

Pour de plus amples informations, communiquez avec la Municipalité.

PIERRE DESJARDINS REMPLACERA FRANÇOIS BILODEAU

À la suite du départ de François Bilodeau, la Municipalité a procédé à l'embauche de monsieur Pierre Desjardins au poste de directeur du service des loisirs. M. Desjardins habite Lac-Beauport depuis 30 ans et a déjà une certaine connaissance du poste. En effet, en 1993, M. Desjardins avait remplacé la personne qui était à l'époque en place. C'est donc pour cette raison que la Municipalité l'a contacté afin de connaître ses intentions.

Lors de la session du 7 mai, M. Desjardins s'est engagé à travailler pour l'amélioration de la vie à Lac-Beauport. Michel Giroux a quant à lui souligné le fait que M. Desjardins allait très certainement travailler selon une approche différente et, par le fait même, embrasser une vision nouvelle.

Les petites annonces

de L'Écho du lac

Petites annonces... grands résultats!

* Plus les taxes. Les inscriptions se font uniquement par Internet. Aucune inscription par téléphone ne sera acceptée.

SEULEMENT

10,00\$

/parution*

Rendez-vous dès maintenant au
www.lacbeauport.com
 dans la section Petites annonces



99, chemin Tour-du-Lac,
 Lac-Beauport
 (418) 841-4001
www.stcastin.com



10\$

de rabais

Soins du visage 1 heure
 ou
 Exfoliation corporelle
 aux sels de mer

Sur présentation de ce coupon. Valable les lundis,
 mardis et mercredis, jusqu'au 30 juin 2007.
 Pour réservation : 841-4001 ext. : 514



SUR LE CHEMIN DE NOS RUES

ELLE SE FAIT PLUTÔT RARE L'UNITÉ SUR NOTRE TERRITOIRE !

Vous me direz peut-être à court d'idée avec ce texte que vous vous apprêtez à lire mais je vous suggère de poursuivre votre lecture jusqu'au bout. Comme moi vous en apprendrez un peu plus sur le choix des noms de rues, sur l'unité ou le manque d'unité architecturale de notre municipalité. Nos cousins français qui ont choisi d'y vivre, l'ont fait parce que nos styles de maisons rappelaient celui des Alpes Françaises. Il fut un temps où l'on associait le style suisse à notre région mais quand on y regarde de plus près on voit bien que l'unité est plutôt défailante.

CAROLE ROY

carole@lechodulac.ca

Il faut se rappeler qu'au début des années 70 rares étaient les chemins ou rangs identifiés. Il y avait le boulevard du Lac Sud et Nord, le Rang du Brûlé devenu l'Avenue Montclair et renommé Chemin du Brûlé, le Chemin des Lacs, le Chemin du Moulin. De plus les maisons n'avaient pas encore de numéro de porte. À cette époque, la vente par catalogue allait bon train; on peut facilement imaginer les pires situations quand venait le temps de donner son adresse de livraison. Curieusement tout arrivait à bon port. Il suffisait

d'indiquer quelques caractéristiques de sa maison et le tour était joué. Le livreur pouvait toujours compter sur les voisins puisque tous se connaissaient. Aujourd'hui c'est à peine si l'on connaît le nom de son voisin immédiat...

Au fil du temps, les promoteurs commencèrent à développer différents secteurs, notamment le Mont Cervin et la Vallée Autrichienne. Les noms de rues s'improvisèrent petit à petit et l'on vit apparaître les premiers numéros de portes.



Le style autrichien tant prisé à une certaine époque.

L'ATTRIBUTION DES NOMS

Lorsque vint le temps de nommer les rues, le comité d'urbanisme statua que, pour conserver l'aspect campagnard de

l'endroit, on ne parlerait pas de rues mais bien de chemins et de montées quand il s'agit de monter dans la montagne. Pour attribuer les noms il était important de respecter des thèmes. Pour le secteur de l'Érablière, les noms qui y sont asso-

Peinture à vendre

ÉCOLOGIQUE



PeintureJazz.com

Économie de **35 %**

418.652.0876



ciés coulent de source: Chemin des Entailles, de la Sucrerie, du Chalumeau, de la Sève... Dans le Mont Cervin, nom véritable d'un des principaux sommets des Alpes, c'est le thème de la montagne que l'on a exploité. Le Chemin du Village quant à lui a été nommé ainsi car c'était l'un des plus anciens de la municipalité et que c'est celui-ci que l'on empruntait pour aller à l'école. Autrement, pour les nouveaux développements, on demande au promoteur s'il désire exploiter un thème et c'est à partir de celui-ci que l'on désigne les nouveaux noms. Bien entendu c'est le comité d'urbanisme qui aura le dernier mot afin de conserver une certaine unité sur le territoire.

DE QUEL STYLE SOMMES-NOUS?

Réunis récemment, certains membres du département d'urbanisme s'interrogeaient quant au type architectural qui nous définit. Conclusion, il n'y en a pas! Il est bien loin le temps du style autrichien! Ces magnifiques maisons qui ont attiré tant de gens à Lac-Beauport étaient le fruit des promoteurs et constructeurs Jean-Marie Rondeau et Jean-Guy Boilard. C'est à André Rousseau que l'on doit les majestueuses canadiennes que l'on trouve dans le secteur du Godendard, communément appelé le Dôme. Le regretté Louis Rouillard a quant à lui misé sur le style campagnard pour le Chemin de la Huche. Heureux homme qui a su conserver



Une belle canadienne dans le Godendard.

5.7.6.6 Normes d'architecture dans la zone HA-128.1

Dans la zone HA-128.1 (la Vallée), le parti architectural apparenté au bâti existant est le seul autorisé et le bâtiment doit répondre aux normes suivantes:

- La toiture doit être à deux versants, la ligne de faîte doit être horizontale et perpendiculaire à la rue en façade principale. La toiture doit excéder les murs d'au moins 90 cm sur chaque façade et seul le bardeau est autorisé comme recouvrement.
- L'excédent de toiture doit être supporté par des poutres ou des équerres de bois apparentes et la corniche de toit est à motif.
- Seul le soffite de bois est autorisé pour les excédents de toiture ou les galeries et dans un tel cas, on ne doit pas recouvrir les poutres de soutien de la toiture.
- Le revêtement extérieur permis est le bois et le crépis. La pierre naturelle peut être autorisée pour recouvrir la partie du sous-sol qui est hors terre.
- Au moins une galerie ou un balcon doit être construit sur la façade principale. Les barreaux et les gardes de galerie sont de bois.
- Il doit y avoir une porte sur la façade principale.
- Toutes les fenêtres doivent être munies de carrelage et de volets de bois.

l'écrin de verdure dans son développement. Malheureusement plusieurs arbres ont été sacrifiés pour satisfaire la créativité de certains promoteurs. Heureusement que la Municipalité a décidé d'y mettre un holà!

SEULE LA VALLÉE AUTRICHIENNE EST ASSUJETTIE À CERTAINES NORMES ARCHITECTURALES

Lorsqu'un promoteur développe un secteur, il impose souvent le style. Si plusieurs types de maisons se côtoient sur le

Chemin des Passereaux, les propriétaires ont pour consignes d'exclure le déclin de vinyle comme revêtement extérieur. Seule la Vallée Autrichienne est soumise à des normes architecturales selon le règlement de zonage de la Municipalité. Voir le tableau ci-dessus.

S'il n'y a pas de véritables exigences quant à l'unité architecturale, exception faite de la Vallée, peut-être que le prochain plan d'urbanisme tracera-t-il une certaine ligne de conduite à adopter pour les 10 à 15 années à venir.

Ristournes 2006
1 500 000 \$
 la cerise
 sur le ...



Desjardins
 Caisse populaire
 des Laurentides

Tél. : 418 849-4425

Ristournes versées dans la semaine du 14 mai 2007



L'ART D'HABILLER NOTRE TOPONYMIE

LA RÉUSSITE PASSE PAR LA CURIOSITÉ

S'il est une unité sur notre territoire, c'est bien l'affichage des noms de rues. Si les pancartes sont faites de bois, elles ne poussent tout de même pas dans les arbres! Alors, de qui sont-elles le labueur?

CAROLE ROY

carole@lechodulac.ca

À l'origine, c'était à l'artisan Philippe Cliche que revenait de tailler, travailler et sculpter les planches de pin qui servaient à désigner nos rues. En 1995, il a passé le relais à Pierre Verreault, alias Maudit Asphalte! Vous le remplacez mieux? Pendant de nombreuses années, il utilisait lui aussi le pin comme matière première, mais comme tout évolue, il a découvert il y a cinq ans un nouveau matériau beaucoup plus stable, c'est-à-dire le MDF. Quoi, me direz-vous? Mais oui, on l'utilise maintenant à toutes les sauces.

LE MDF, UN MATÉRIAU QUE L'ON PEUT DORÉNAVANT VOULOIR!

Pourquoi utiliser ce type de bois si l'on sait qu'il ne fera pas long feu sous notre climat? Il faut savoir que ce type de MDF

fait de fibres de pin et de colle est spécialement conçu pour l'extérieur. Beaucoup plus stable, il supportera nos intempéries plus longtemps que sa cousine la planche de pin. L'ébéniste ne lui trouve pratiquement que des avantages.

LA CURIOSITÉ DE L'ÉBÉNISTE

L'ébénisterie, qui était un passe-temps pour Pierre Verreault, est devenue un travail de tous les jours depuis sa retraite de Bell en 1995. Il en a confectionné des armoires, des buffets, des meubles d'appoint. L'autodidacte est toujours en quête de nouvelles méthodes pour perfectionner son art. Les cours en ce sens étant quasi inexistant, il n'est pas rare de le croiser chez les antiquaires ou dans les grands musées de par le monde. Vous ne le verrez pas regarder



Faire le gabarit des lettres est certainement l'étape la plus longue de la création.

à hauteur des yeux, non, c'est sous les meubles et à l'intérieur de ceux-ci que se porte son intérêt. Sa bibliothèque regorge d'une multitude de livres de référence.

DE L'ATELIER À L'ACCROCHAGE

Son atelier a de quoi rendre jaloux tout ébéniste ou bricoleur. Dépoussiéreur, sableuse, planeuse y trouvent parfaitement leur place. La conception de la pancarte de rue débute par la préparation du gabarit que l'on appose sur la planche de bois. La toupie, outil indispensable, entre alors en jeu pour graver les lettres qui composeront le nom de la rue. Par la suite c'est l'application de deux couches de teinture, deux de verni extérieur. Vient enfin les deux couches de peinture blanche nécessaires au lettrage. Il faut compter en moyenne six heures d'ouvrage par panneau et il est alors prêt à accrocher.

SES AUTRES RÉALISATIONS

Pierre Verreault a aussi réalisé de nombreux meubles pour la Municipalité. Il ne compte plus les meubles télé qu'il a fabri-

L'ÉBÉNISTERIE, QUI ÉTAIT UN PASSE-TEMPS POUR PIERRE VERREULT, EST DEVENUE UN TRAVAIL DE TOUS LES JOURS DEPUIS SA RETRAITE DE BELL EN 1995. IL EN A CONFECTIONNÉ DES ARMOIRES, DES BUFFETS, DES MEUBLES D'APPOINT. L'AUTODIDACTE EST TOUJOURS EN QUÊTE DE NOUVELLES MÉTHODES POUR PERFECTIONNER SON ART.

qués au fil des ans. S'il préfère le bois, il travaille aussi le stratifié, la mélamine, le MDF. Le bouche-à-oreille fait son oeuvre et vous êtes nombreux à posséder l'un de ses meubles. Il est important de souligner qu'il travaille souvent en équipe avec son épouse Sylvie. Comme quoi il y a toujours une femme derrière un grand homme.



La plus récente création de Pierre Verreault parmi plus de 250 autres.



Confort
sous contrôle

Cet été, offrez-vous un climatiseur mural

efficace • esthétique • silencieux



Prix compétitifs,
installation incluse.

Chauffage • Climatisation • Géothermie • Électricité • Domotique

Tél. : 418.848.1010 / courriel : info@confortsouscontrôle.com www.confortsouscontrôle.com

PERSONNE N'AIME L'AFFICHER

LA CELLULITE
on peut essayer de la cacher
mais pour la faire
DISPARAÎTRE
contactez-nous!

Informez-vous de nos promotions printanières « CURES CELLULITE »
au www.santerelaxe.com ou communiquez avec nous au 624-4400



AFFAIRES

CONJUGUER SÉCURITÉ ET PASSION

JEAN-SÉBASTIEN BELLEVILLE
À LA TÊTE DE L'ENTREPRISE ALARME SSB

En plus de son travail à temps complet comme pompier à la ville de Québec, Jean-Sébastien Belleville est à la tête de l'entreprise Alarme SSB. Pour ce fougueux trentenaire qui habite Lac-Beauport depuis 32 ans, la reprise de l'entreprise familiale en 2005 n'était que le prolongement logique des deux passions qui l'animent : la sécurité et les nouvelles technologies.

FRANÇOIS MARCOTTE

francois@lechodulac.ca

Une rencontre avec M. Belleville, c'est comme un plongeon au coeur d'un monde en constante évolution. Pour qui s'intéresse aux différents systèmes de sécurité, il est inutile de préciser que les moyens de surveillance ont beaucoup évolué en quelques années. En fait, M. Belleville remarque que depuis les événements du 11 septembre 2001, tout ce qui touche à la sécurité a pris de l'ampleur. Comme si les événements tragiques que nous connaissons tous avaient opéré tel un catalyseur afin d'accélérer les changements présentement en cours. Dans ce contexte, il faut constamment être à l'affût des nouvelles technologies offertes par les

LA GRANDE ÉVOLUTION

Disons-le d'entrée de jeu : l'avènement d'Internet a participé à l'éclosion des systèmes de sécurité, et plus particulièrement de la télésurveillance. Un grand nombre de commerçants se dotent maintenant d'un système de sécurité des plus performants. Il est maintenant possible d'enregistrer 16 caméras simultanément sur un disque dur, et ainsi garder constamment un œil attentif sur les activités des clients et des employés qui se déroulent dans son commerce. Comme l'accès au réseau Internet est plus efficace que jamais, la surveillance peut désormais s'effectuer en temps réel, et ce, même si on est à l'autre bout de la planète, couché sur une plage !

Avec la caméra de type dôme, qui est plus particulièrement utilisée dans le secteur commercial, les images sont enregistrées en couleurs le jour tandis que la nuit elles le sont en noir et blanc afin d'optimiser la vision dans l'obscurité. La télésurveillance est également en vogue dans le secteur résidentiel. « Des caméras, on en installe énormément dans le résidentiel. Auparavant, on ne posait pas beaucoup de ce type d'équipement, mais maintenant, cela représente environ 40% de mon chiffre d'affaires », fait remarquer M. Belleville. Mais comment peut-on justifier cet intérêt soudain ? « Les gens sont énormément intéressés à l'évolution technologique et l'accès rapide à Internet leur permet de garder un contact avec leur demeure même lorsqu'ils sont au bureau », explique le propriétaire d'Alarme SSB. On pourrait



Jean-Sébastien Belleville est à la fois pompier et propriétaire de l'entreprise Alarme SSB.

également ajouter que l'idée d'avoir un contrôle complet de son environnement peut nous sembler très intéressant.

DOMOTIQUE

La maison intelligente ou la gestion d'énergie, vous connaissez ? Il faut dire que la technologie a beaucoup évolué depuis l'apparition des premiers ordinateurs personnels.

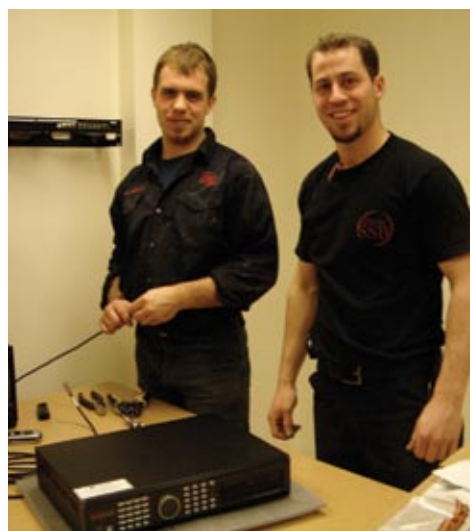
Aujourd'hui, grâce à la domotique, l'automatisation de plusieurs aspects de notre habitat est désormais possible.

« En collaboration avec une compagnie qui se spécialise dans le domaine de la domotique, on installe des câbles réseau sur des réfrigérateurs et des fours à micro-ondes », souligne M. Belleville. La domotique, c'est de la gestion d'énergie. Par téléphone, vous pouvez contrôler le chauffage et

la climatisation de votre maison; l'ouverture des portes et le désarmement de votre système d'alarme peut également s'effectuer à distance à l'aide d'une manette de contrôle. Et, de plus, pourquoi ne pas confier à un système central de gestion la musique et l'éclairage d'ambiance selon vos préférences ?!

« C'est complètement un autre monde, dit M. Belleville. En insérant une clé USB dans l'ordinateur de votre bureau, vous voyez automatiquement apparaître votre maison sur un tableau. Ainsi, si les lumières d'une pièce en particulier sont allumées, vous pouvez les éteindre. »

À l'évidence, le domaine a beaucoup évolué depuis 1977, moment où Jacques Belleville, le père de Jean-Sébastien, a fondé l'entreprise Système de sécurité Belleville.



différents fabricants. C'est pour cette raison que M. Belleville et sa petite équipe de passionnés diversifient au possible leurs activités. Entre les détecteurs de fumée et mouvements, la domotique et Internet deviennent donc des voies de plus en plus intéressantes à explorer.

PUR & SIMPLE
esthétique

840, boul. du Lac, Lac-Beauport 265-7878
Derrière Chez Boub (même bâtiment) / Ouvert sur rendez-vous
www.puretsimple.net

NOUVEAU
Ouverture le 15 mai

Épilation au laser
• Nouvelle technologie
• Très sécuritaire
• Excellent sur peau bronzée et foncée

• Épilation
• Soins du visage
• Soins du corps
• Manucure et pédicure
• Microdermabrasion
• Maquillage
• Cours de maquillage
• Produits haut de gamme disponibles sur place

PUR & SIMPLE
esthétique

Consultation au laser
GRATUITE*

*Rabais personnalisé

PUR & SIMPLE
esthétique

10\$ de rabais sur un
soin du visage

PUR & SIMPLE
esthétique

20\$ de rabais
sur une séance de
microdermabrasion

PUR & SIMPLE
esthétique

15% sur tout achat de
50\$ et plus en produits
(maquillage et soins)

Sur présentation de ce coupon. Valide jusqu'au 15 juin 2007.

Sur présentation de ce coupon. Valide jusqu'au 15 juin 2007.

Sur présentation de ce coupon. Valide jusqu'au 15 juin 2007.

Sur présentation de ce coupon. Valide jusqu'au 15 juin 2007.

UN MYTHE À BRISER

JEAN-FRANÇOIS LALANDEC VEUT DONNER UN NOUVEL ESSOR À L'AUBERGE QUATRE TEMPS

Il y a longtemps que Jean-François Lalandec a quitté son pays natal; attiré par l'ailleurs, le chef français atterrira dans un premier temps à Los-Angeles et plus tard au Canada. Riche de son expérience à Mont-Tremblant, où il releva le défi de lancer le Quintessence, il prendra enfin racine à l'Auberge Quatre Temps en novembre 2005. Ses ambitions pour cet établissement de choix? Briser le mythe qui entoure l'Auberge et exploiter toutes les ressources qu'offre ce lieu exceptionnel, et ce, tout en continuant d'offrir «une cuisine franche et honnête».

FRANÇOIS MARCOTTE

francois@lechodulac.ca

Lorsque Jean-François Lalandec s'est lancé dans l'aventure de Quintessence, l'objectif était de créer le premier hôtel-boutique de luxe dans la région. «Un endroit très luxueux tant du côté de l'hébergement que de la restauration», se souvient-il. Bref, un beau défi que le chef a relevé avec brio pendant deux années.

Mais pourquoi donc quitter un endroit qui apporte reconnaissance et gratification? Outre les choix inhérents à sa vie privée, M. Lalandec avait besoin d'un autre défi. Comme il y avait une volonté de rehausser l'image de l'Auberge Quatre Temps, il considéra le projet avec sérieux et décida finalement de plonger dans l'aventure; le chef Lalandec est un homme

passionné qui a besoin d'être stimulé. Les possibilités que l'établissement de Lac-Beauport lui offre n'ont d'égale que sa volonté de changer les choses.

BRISER LE MYTHE

Dès son arrivée, M. Lalandec devait composer avec l'ancienne mentalité. «C'est-à-dire que le restaurant servait exclusivement les clients de l'auberge. Si, par exemple, il y avait seulement deux clients, les cuisines fermaient et on envoyait ceux-ci manger ailleurs. On devait donc rebâtir une clientèle, et ce, surtout du côté des gens qui habitent Lac-Beauport, car personne venait manger ici; les gens viennent une fois dans un restaurant et



Jean-François Lalandec est responsable des cuisines et directeur adjoint de l'Auberge Quatre Temps.

s'il est fermé ils ne reviennent tout simplement pas. Il y avait donc quelque chose à créer», dit-il.

Évidemment, au départ, le challenge était bien présent et très stimulant: les changements d'horaires, chercher une clientèle et rehausser la cuisine pour qu'elle soit plus actuelle et qu'il y ait de la régularité. Et comme le souligne M. Lalandec, qui est responsable des cuisines et directeur adjoint de l'Auberge, «on voit que ça commence à porter fruit, surtout dans les commentaires des gens qui venaient auparavant.» Désormais, le restaurant Le Laké est ouvert sept jours sur sept et il est possible de choisir un menu à la carte. Autre nouveauté: Le Laké offre des produits maison (sauce bolognaise, sauce tomate, confiture, vinaigrette maison, etc.) que l'on peut se procurer sur place.

NOUVEAUX HORIZONS

Cela étant dit, plusieurs personnes ont toujours en tête que Le Laké n'est accessible qu'aux clients de l'Auberge, ou que les prix sont tout simplement trop élevés. C'est cette vision erronée que M. Lalandec veut faire sortir de l'esprit des gens. «Il faut donner une autre perception du restaurant», en créant notamment des 5 à 8 — à cette occasion l'accès à la plage sera gratuite — le week-end. «On veut par exemple offrir des petits snacks et faire un feu sur la plage. L'endroit nous offre ces possibilités, pourquoi ne pas en profiter», souligne le chef,

très enthousiaste à l'idée que l'Auberge devienne également un endroit où les gens pourraient se rencontrer et discuter. Il est à noter que les modalités concernant l'accès à la plage resteront inchangées. Or les forfaits excluront dorénavant l'accès au bain à remous ainsi qu'à la piscine.

Par ailleurs, Le Laké veut développer un nouveau service qui est offert dès maintenant à la population de Lac-Beauport et des environs: le service de traiteur. «Si les gens ne viennent pas nous voir, nous nous irons les voir. Je veux offrir un service de traiteur personnalisé aux gens du Lac qui ne veulent pas cuisiner en vue d'une réception. Cela peut même être plus sophistiqué avec des repas à réchauffer, voire même envoyer un chef sur place. [...] De plus, je veux être en contact avec les gens et créer des menus personnalisés, c'est un domaine que je connais en raison de mon expérience au Fairmont Le Reine Elizabeth.»

Aussi, Le Laké offre désormais des brunchs le dimanche. Une expérience qui fut tentée une première fois à l'occasion du dimanche de Pâques, et depuis la formule est réitérée chaque semaine.

NOUVELLE CONSTRUCTION À VENIR

L'Auberge Quatre Temps offre seulement 33 chambres, ce qui est peu si l'on compare aux autres établissements du secteur. Ainsi, avec cette capacité totale, il devient difficile d'accueillir des groupes. «C'est notre épine dans le pied», fait remarquer M. Lalandec.

Or rappelons-nous que le terrain qui est situé face à l'Auberge, celui qui abritait autrefois le Château Lac-Beauport, appartient aux mêmes propriétaires. «Le projet devait commencer cette année, souligne M. Lalandec à propos du terrain laissé vacant depuis la démolition du Château, mais c'est un peu sur la glace pour le moment. Il y aura assurément quelque chose qui servira à l'Auberge - des chambres et des salles de réunions - pour être capable d'accueillir un mariage de 250 personnes, par exemple.»

Mais d'ici la première pelletée de terre, Jean-François Lalandec compte bien continuer à insuffler le vent de changement qui souffle présentement sur l'établissement.



Cuisine d'un client satisfait à Lac-Beauport.

License RBQ 8114-5278-34



Spécialité
Armoires de cuisine
Vanités de salle de bain

849-2020

20350, BOUL. HENRI-BOURASSA, CHARLESBOURG



D'ici peu, l'Auberge augmentera sa capacité avec la création de nouvelles installations sur le terrain laissé vacant à la suite de la démolition du Château Lac-Beauport.

POUR LE PLAISIR DE MIEUX SE CONNAÎTRE

2^e ÉDITION DE LA FÊTE DES VOISINS

La municipalité de Lac-Beauport réitère son adhésion à la Fête des voisins qui aura lieu le 2 juin prochain dans le cadre de la Semaine de la municipalité. Une belle occasion de tisser des liens entre des voisins qui partagent un même bout de rue.

FRANÇOIS MARCOTTE
francois@lechodulac.ca

Stéphane Lochot

Agent Immobilier affilié

Sutton
L'immobilier
nous habite

657-6060



Majestueux. Vue imprenable.
Construction de 2004
aménagés sur trois étages.

LAC-BEAUPORT

Très fenêtré, 4 chambres,
2 salles de bains, bois franc,
foyer à combustion, climatisation,
chambre des maîtres avec balcon
et vue, terrasse, accès sentier
transcanadien depuis la propriété.

Une vie ouverte sur la nature.

657-6060



Construction de 2002, coucher
de soleil, vue, 2 chambres à
l'étage. Sous sol aménagé.

STONEHAM

Très fenêtré, gazebo, spa,
salon cinéma, rangements,
deux foyers au gaz.

stephane.lochot@ccapcable.com

Lors de la première édition, plus de 250 fêtes, dont six à Lac-Beauport, ont été organisées par des centaines de citoyens au cœur de 23 municipalités et arrondissements du Québec. L'objectif de la Fête des voisins est relativement simple : « Rapprocher les gens vivant dans un même milieu et leur insuffler un esprit de cordialité et de solidarité. Contribuer à une révolution sympathique du voisinage, voilà le but de la Fête des voisins. »

Cet original événement se distingue des fêtes municipales habituelles en ce sens que ce sont les citoyens qui organisent à leur façon, et selon leurs goûts, un rassemblement entre voisins. À titre d'exemple, lors de la première édition, différents événements tels 5 à 7, buffet et barbecue, ont été organisés de part et d'autre du Québec.



Pour que cette journée soit inoubliable, la Municipalité peut également s'impliquer. Il suffit de le demander.

En 2006, le Québec fut le premier à se joindre aux 6 millions d'Européens répartis dans 22 pays qui célèbrent cet événement. Une adhésion qui a été proposée par le Réseau québécois des Villes et Villages en santé (RQVVS). Le Réseau rappelle d'ailleurs ce commentaire d'une citoyenne de Lac-Beauport : « La fête que nous avons organisée dans ma rue [en 2006] a connu un énorme succès. Presque tous les voisins invités étaient au rendez-vous et tous



La Fête des voisins est, entre autres choses, l'occasion de planifier un barbecue.

étaient enthousiastes d'avoir cette occasion de mieux connaître leurs voisins. Plusieurs ont dit vouloir refaire une fête l'an prochain. Nous espérons que c'est le début d'une tradition annuelle», a témoigné Carole Labranche. Bien ses souhaits sont exaucés, la Municipalité est de fait officiellement inscrite à la Fête des voisins 2007.

Les personnes intéressées peuvent se procurer des cartons d'invitation directement sur le site Internet de la Fête des voisins (www.fetedesvoisins.qc.ca) ou en contactant Mélanie Morneau à la Municipalité au 849-7141 (poste 249).

Les citoyens qui inscrivent leur fête sur le site Internet avant le 15 mai courront la chance de gagner des « t-shirts » et des ballons pour leur activité.

L'ORIGINE

« La Fête des voisins a vu le jour en France en 1999 à la suite d'un triste événement.

Une dame âgée résidante d'un arrondissement de Paris est décédée et la découverte de la défunte ne s'est faite que plusieurs jours plus tard, malgré la présence de nombreux voisins à proximité. Constatant par cet incident, un élu municipal de cet arrondissement a suggéré la mise sur pied de la Fête des voisins afin de favoriser le rapprochement entre voisins et d'humaniser davantage les villes», précise le Réseau québécois des Villes et des Villages en santé, par voie de communiqué.

VOTRE CONSEILLER PROCHE DE VOUS À VOTRE ÉCOUTE

MA MISSION, MON DEVOIR

- Faire partager à mes clients mon expérience, mes connaissances.
- Leur rendre compréhensible les conseils financiers les plus judicieux.
- Répondre à leurs préoccupations les plus immédiates.
- Faire de mes clients des investisseurs avisés.
- Les aider à accomplir leurs rêves.

Les 6 volets de notre démarche de Planification

Planification des placements : IGM Financial Inc. (Groupe Investors), classée 1^{ère} au Top 10 joueurs de l'industrie des Fonds communs de placement au Canada en 2005 par actifs sous gestion, (Source : L'Institut des fonds d'investissement du Canada 2005) avec + de 100 milliards \$ en 2006.

Planification de la retraite

Planification Successorale

Planification de l'Assurance : Canada-Vie, Financière-Manuvie, Great-West, Sun-Life

Gestion des liquidités

Planification fiscale

PIONNIER DE LA PLANIFICATION FINANCIÈRE DEPUIS PRÈS DE 80 ANS !



Christian PRESSOUYRE, B.Sc., Eco

Conseiller
Représentant en Épargne Collective
Conseiller en Sécurité Financière

1063, boulevard du Lac
Lac-Beauport (Qc) G3B 0X6

Tél / Fax : **418 907-2595**

Cell. : **418 558-1363**

christian.pressouyre@groupeinvestors.com

Expert du Domaine Financier depuis + 20 ans

Groupe Investors
SERVICES FINANCIERS GROUPE INVESTORS INC.
CABINET DE SERVICES FINANCIERS
Des solutions à votre mesure
Les Services Investors Limitée
Cabinet de Services Financiers



CULTURE ET ART DE VIVRE

UNE MURALISTE QUI VOIT GRAND

SYLVIE VALLERAND PEINT DES UNIVERS SUR DEMANDE

Il y a sept ans, Sylvie Vallerand découvrit l'univers des faux-fins et des murales. Depuis, elle en a fait son métier. Pour une artiste peintre qui souhaite sortir de son atelier, ces deux champs représentent une foule de possibilités. Portrait de cette artiste de Lac-Beauport.

FRANÇOIS MARCOTTE
francois@lechodulac.ca

Une visite chez Sylvie Vallerand, c'est l'équivalent d'un voyage autour du monde; Venise d'un côté, la plage et les palmiers de l'autre; le ciel, la mer, etc. L'univers d'une muraliste se construit au gré des humeurs, des saisons et de la volonté de changer son environnement immédiat. Vous désirez manger dans une ambiance qui vous rappelle les petits cafés de Paris, bien sachez que rien ne freine l'artiste Sylvie Vallerand; les limites de Mme Vallerand n'ont d'égale que l'ambition de vos rêves les plus fous.

Peintre et muraliste autodidacte, Mme Vallerand se lance dans l'univers des faux-fins et du trompe-l'œil à la suite des recommandations de ses proches. «Les amis trouvaient que c'était très intéressant», dit-elle, tout sourire. Depuis, cette chaleureuse Lac-Beauportoise accumule les contrats et les demandes. De Lac-Beauport jusqu'à Montréal, Sylvie Vallerand peint des univers sur demande.

Ainsi, il n'est pas surprenant que les décorateurs recommandent les services de Mme Vallerand afin d'ornementer certaines demeures. D'autant plus que le travail d'une muraliste est beaucoup moins dispendieux que l'achat et la pose de papier peint, par exemple.



Les œuvres murales sont parfois tellement réalistes qu'un mur peut facilement nous apparaître ouvert sur l'extérieur au risque de s'y frapper le nez.

De toute évidence, pour une artiste muraliste, chaque demande représente un défi. Il n'y a pas deux contrats semblables. «C'est ça que j'aime, dit-elle. Car c'est toujours différent d'un contrat à l'autre.» Et de fait, on lui demande autant de peindre des chambres d'enfants — ce qui est fort populaire — que des salles de bains. D'ailleurs, Mme Vallerand souligne que la forte présence des condominiums dans le paysage urbain lui procure beaucoup de travail. «Souvent il n'y a pas de fenêtre dans les salles de bains des condominiums, explique-t-elle. Les gens me demandent donc de peindre un trompe-l'œil.»

Il faut dire que ce type de création — le trompe-l'œil — peut augmenter la perspective de vos pièces, surtout celles aux dimensions réduites. Les œuvres murales sont parfois tellement réalistes qu'un mur peut facilement nous apparaître ouvert sur l'extérieur au risque de s'y frapper le nez.

Le premier regard ne trompe pas: la matière se transforme lorsque Mme Vallerand fait glisser son pinceau et son éponge. «Ça met de la vie dans une maison!», fait-elle remarquer, tout en prenant soin de préciser qu'«il faut faire attention de ne pas trop en mettre.»

Que vous vouliez du bois ou du marbre, rien n'est impossible pour cette artiste. Vous devez simplement préparer la surface en appliquant un apprêt, et elle se charge du reste. En moins d'une journée, Sylvie Vallerand peut peindre une plage sur le mur de la chambre de votre fillette. Et si fiston préfère Spiderman, bien pourquoi pas? Elle commence d'ailleurs à maîtriser parfaitement ce personnage compte tenu de sa grande popularité auprès des jeunes garçons.

Je vous invite à visiter son site Internet: www.sylvievallerand.com.



Ciboulette
& compagnie

Notre
dans VOTRE

La bonne cuisine maison à un clic
Commandez. Réchauffez. Savourez !

saveur
assiette !



Du nouveau chez Ciboulette et compagnie pour l'été !

Marinades maison et tous vos accompagnements pour le BBQ, papillotes de légumes et salades.

À partir du 19 mai 2007, Ciboulette et compagnie inclura dans son menu hebdomadaire une cuisine estivale santé pour le BBQ. Visitez notre site Internet pour en savoir plus!

www.cibouletteetcompagnie.com



Pour plus de renseignements et pour commander écrivez-nous à :
info@cibouletteetcompagnie.com ou téléphonez au :

(418) 948-3646

DANS L'IMAGINAIRE FANTASTIQUE DE JESSYCA ET BIANCA BILODEAU-CHAVANEL

Jessyca et Bianca Bilodeau-Chavanel ont une foule de points communs... évidemment, elles sont jumelles. De ce nombre, une passion commune pour la littérature fantastique. La visite chez les humains est le premier tome des Merveilleuses histoires de Ralph, un premier roman façonné par le père des fillettes, Stéphane Bilodeau, et créé à partir de l'imaginaire foisonnant des sœurs.

FRANÇOIS MARCOTTE

francois@lechodulac.ca

L'histoire commence ainsi: «Si vous me promettez que vous allez participer rigoureusement avec moi [Stéphane Bilodeau] au projet, je vais, avec vous, écrire un petit conte fantastique.» Il n'en fallait pas plus pour que les jumelles Bilodeau-Chavanel se lancent dans cette merveilleuse aventure littéraire.

Il y a déjà une année que Jessyca et Bianca s'intéressent à la littérature fantastique. «Elles doivent lire un livre à toutes les deux semaines, souligne M. Bilodeau au sujet de la nouvelle passion de ses filles. [...] L'une d'entre elles caresse le rêve de devenir un jour écrivain. Un jour étant un peu dépassé par toutes les questions concernant l'édition d'un livre, je décidai de leur proposer un projet.» C'est ainsi que commença à prendre forme Les merveilleuses histoires de Ralph, dont le premier jet, La visite chez les humains, vient d'être publié aux éditions ADA.

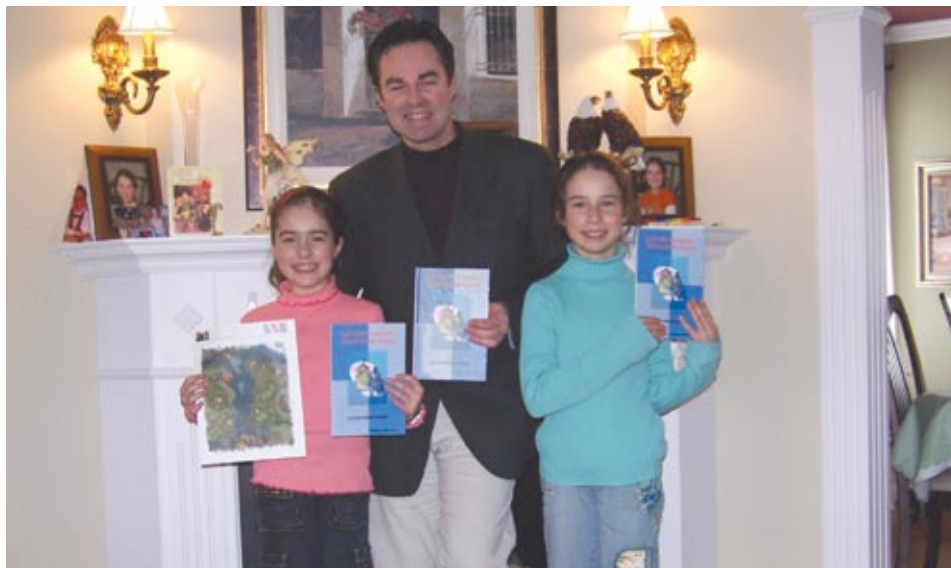
LA GRANDE AVENTURE

C'est l'histoire d'un elfe nommé Ralph et de ses compagnons Thim l'archer, Shania la druide et Édouard le prince.

Entouré de ses amis, Ralph décide de quitter son village natal et d'explorer le monde qui l'entoure. «Pour faire un bon conte fantastique, explique M. Bilodeau, ça prend un héros avec des facultés spéciales. Vous lui faites vivre des aventures incroyables. Vous y ajoutez un peu de magie et des amis extraordinaires. Dans notre livre, on y retrouve tout cel[a].»

Ce premier tome fut rédigé à six mains et en un temps record. De fait, «la création dura environ deux mois. Des mois sensationnels [...] à nous raconter une belle histoire. Une expérience que je souhaite à tous d'ailleurs», dit le papa et auteur.

À la suite des bons commentaires des gens de leur entourage, M. Bilodeau décida de soumettre le livre à un comité d'«experts»: les élèves de la classe de ses filles. «À ma grande surprise, toute la classe était vraiment captivée par ce petit conte fantastique et sollicitait une suite. C'est après cet événement que nous avons décidé de le bonifier un peu et de le faire parvenir à une [maison] d'édition», mentionne M. Bilodeau.



La visite chez les humains est le premier tome des Merveilleuses histoires de Ralph, un premier roman façonné par le père des fillettes, Stéphane Bilodeau, et créé à partir de l'imaginaire foisonnant des sœurs.

CE N'EST QUE LE DÉBUT

Visiblement, ce père de famille a visé juste lorsqu'il a suggéré à Jessyca et Bianca de plonger dans l'univers de la littérature fantastique. En effet, le premier livre venait tout juste de paraître que l'équipe se remettait au travail. «Nous venons de terminer le quatrième livre et laissez-moi vous dire qu'ils sont aussi fantastiques les uns comme les autres. Notre premier livre est disponible dès maintenant dans toutes

les librairies pour seulement 4,95\$ et le second le sera au début du mois de mai, et au même bas prix. Nous tenions à ce que le livre soit abordable. Notre but n'est pas de devenir riche, renchérit M. Bilodeau, mais bien de vous faire passer un bon moment.»

Pour de plus amples informations ou commander un roman, visitez leur site Internet à l'adresse suivante: www.ralphlemagicien.com.

Financement
Desjardins

Automobiles DESJARDINS

2^e chance
au crédit

www.autodesjardins.com

Plus de 100 véhicules



SIERRA 2004

58000 km 8 cylindres garantie GM
13,450\$



RANGER 2003

Manuel 3,0 litres King cab garantie
9,850\$



RAV-4 2004

4X4 manuel A/C tout équipé
13 850\$



PATHFINDER SE 2001

4X4 146000 km Toit mag garantie
12,850\$



MAZDA 6 2004

Manuel 85000 km A/C CD tout équipé garantie
13,850\$



ECHO 2004

Manuel mag 96164 km CD garantie
9,450\$



LEGACY GT 2002

Intégrale automatic tout équipé
9450\$



INTÉGRALE 1.6 EL

1998 manuel 140000 km A/C tout équipé
6,450\$

20315, boul. Henri-Bourassa

(418) 849-6262

VIN

BORDEAUX ET SA RIVE GAUCHE

Passion est le mot clé associé au Bordelais. Blanc, rouge et somptueux liquoreux, le Bordelais est la plus importante source de vins fins du monde.



PAR RÉJEAN SOHIER

La ville de Bordeaux est située au centre du plus vaste vignoble d'AOC en France, avec 57 appellations entièrement localisées sur le département de la Gironde. D'une superficie de 145000 hectares de vignes réparties sur 21800 exploitations viticoles, Bordeaux compte environ 7000 châteaux. Le Bordelais produit environ 850 millions de bouteilles.

La répartition des cépages des superficies plantées est de 89% en rouge et 11% en blanc. Pour élaborer les vins rouges, les cépages principaux sont : Cabernet Franc, Cabernet Sauvignon, Merlot et, en plus petite quantité, Carménère, Malbec et Petit Verdot. Le Merlot est le cépage le plus planté à Bordeaux. En blanc, les vins sont composés de Muscadelle, Sauvignon ou Sémillon.

LE MÉDOC

Le Médoc possède quelques-uns des crus les plus prestigieux de vin rouge. Mais, sur cette terre de tradition viticole, on dénombre 8 Appellations d'Origine Contrôlée, soit : Médoc, Haut-Médoc, Saint-Estèphe, Pauillac, Saint-Julien, Moulis-en-Médoc, Listrac-Médoc et Margaux. L'appellation compte 60 grands crus classés en 1855 dans 5 appellations du Médoc; celles-ci produisent 20% de la production du Médoc.

Deux classements officiels existent pour les vins du Médoc : d'une part, le classement historique établi en 1855 et qui regroupe les vins rouges et les moelleux de Sauternes et Barsac; d'autre part, un

classement plus récent, datant initialement de 1932 mais révisé ponctuellement, des crus bourgeois du Médoc consacré aux vins rouges uniquement. Il consacre 247 crus : 9 crus bourgeois exceptionnels, 87 crus bourgeois supérieurs et 151 crus bourgeois.

GRAVES

Les vins rouges de Graves bénéficient d'un encépagement équilibré. Le Cabernet apporte arôme et structure et le Merlot, parfum et souplesse. Lorsqu'ils sont jeunes, ils développent des arômes de fruits rouges accompagnés de notes épicées et grillées. Selon les millésimes et les propriétés, l'apogée est atteinte entre 5 et 10 ans.

Les vins blancs secs de l'appellation Graves sont élégants et charnus. Elaborés avec du Sémillon, ils développent des notes de cire et de miel ainsi qu'un gras naturel qui n'exclut pas la fraîcheur. Assemblé au Sauvignon, dont on connaît la qualité de vivacité et d'expression, les vins blancs de Graves font ressortir des arômes d'agrumes accompagnés parfois de notes exotiques. La région des Graves possède 16 crus : 3 crus en blanc, 7 crus en rouge et 6 crus en rouge et blanc.

SAUTERNES

Les vins produits ici sont exceptionnels. Ils développent en jeunesse des parfums de fleurs et de fruits. Avec l'âge, les vins



Château Margaux, premier grand cru classé.

se déploient sur des arômes de miel et de fruits confits. Leur robe évolue : du jaune doré en jeunesse, elle prend une teinte orangée à l'époque de leur maturité avant de virer au brun ambré dans leur vieillesse. Leur potentiel de garde est impressionnant. Les bons liquoreux peuvent se conserver de 8 à 50 ans; pour les plus grands, ils sont pour

ainsi dire indestructibles. Château d'Yquem est l'archétype même du vin liquoreux, si fabuleux que ses meilleurs millésimes durent plus d'un siècle. Dans cette région, il existe 26 crus de Sauternes; 1 Premier cru supérieur (Yquem), 11 Premiers crus et 14 Seconds crus.



www.saq.com

SUGGESTION DU MOIS

ENTRE DEUX-MERS

Château Sainte-Marie 2005

SAQ # 10269151

15.85 \$

Un bon Bordeaux blanc sec. Il est produit avec un assemblage de sauvignon blanc, de sémillon et de muscadelle. Un nez aromatique sur des notes de pamplemousse. Belle fraîcheur en bouche, ce vin est un excellent achat.**

COTES DE CASTILLON

Vieux Château Champs de Mars 2001

SAQ # 10264860

22.55 \$

Le vin est produit dans les Côtes de Castillon, à l'ouest de Saint-Émilion. Un assemblage de 80% merlot et 10% chacun de cabernet sauvignon et de cabernet franc. Un nez de fruit avec des notes de pain grillé. Bouche encore dense et robuste, évoluant lentement dans le verre. Oxygéner en carafe 1 heure. ***

Château Cailleteau Bergeron Premières-côtes-de-Blaye 2005

SAQ # 00919373

19.05 \$

Parfum puissant marqué par les fruits noirs tels que le cassis. La structure est ronde, veloutée, marquée par les tanins d'un fruit très mûr. Ce vin offre un équilibre entre acidité et tannins au boisé bien fondu. 85% Merlot, 15% Cabernet-Sauvignon.***

SAINTE-CROIX DU MONT

Château la Caussade 2002

SAQ # 00862623

21.55 \$

Pour ne pas payer un prix élevé pour un vin liquoreux, ce vin vous remplira de bonheur avec ses arômes d'agrumes et de fruits exotiques. Il est produit à partir de 75% de sémillon et 25% de sauvignon. Une belle texture moelleuse en bouche. Parfait pour le foie gras et les desserts aux fruits ce vin pourra se conserver encore une bonne dizaine d'années.****

SAQ CLASSIQUE

SOCIÉTÉ
DES ALCOOLS
DU QUÉBEC

Tél.: (418) 849-2931

Téléc.: (418) 849-8139

Galeries du Lac

795 boul. du Lac, C.P. 9, Charlesbourg, Qc G1H 7B1

DVD

DEJA VU

Action, Romance et Science-Fiction.
Réalisé par Tony Scott.
Mettant en vedette Denzel Washington,
Paula Patton, James Caviezel et Val Kilmer
2h08

PAR MARIE SAINT-LAURENT

Deja Vu est un mélange d'histoire d'amour, d'enquête criminelle et de voyage dans le temps. On nous plonge dans un univers où il est possible de retourner dans le passé grâce à un appareil qui ramène quatre jours, six heures et quelques minutes auparavant. Employé par une nouvelle cellule du FBI, l'agent Doug Carlin (Denzel Washington) va mettre cette technologie

à rude épreuve pour élucider et contrecarrer l'explosion d'une bombe sur un traversier. À vous de choisir d'accorder ou non une dimension réaliste à cette histoire. Soulignons que le film a été tourné à la Nouvelle-Orléans, dans une région sinistrée par l'ouragan Katrina, et que le réalisateur Tony Scott a acquis sa réputation avec Top Gun, Beverly Hills Cop II, Days of Thunder, The Last Boy Scout et Enemy of the State.



COUP FUMANT

V.O.A. : SMOKIN' ACES

Gangsters.
Réalisé par Joe Carnahan.
Mettant en vedette Andy Garcia, Jeremy Piven, Ben Affleck, Alicia Keys, Ray Liotta et bien d'autres...
1h48

PAR MARIE SAINT-LAURENT

Joe Carnahan est à la fois le réalisateur et le scénariste de Smokin'Aces. Émule de Quentin Tarantino et Guy Richie, il nous offre ici un produit dilué de Snatch et de Reservoir Dogs. La bande-annonce laissait présager un film prometteur avec une brochette d'acteurs des plus intéressants dont Ray Liotta, Andy Garcia, Ben Affleck, Jeremy Piven et même Alicia Keys dans son premier rôle au cinéma. Tous offrent une prestation correcte mais relativement brève. Vous en apprendrez peu de leur personnage et resterez assez indifférent à leur disparition au bout du compte. Une touche de profondeur et quelques gouttes d'humour noir auraient facilement pu en

faire un classique du genre. La caméra est très belle, le rythme est énergique et le scénario est à la fois cruel et ultra-violent. Buddy « Aces » Israel est un magicien réputé de Las Vegas qui s'est tiré un rang au sein de la mafia. Devenu délateur, le parrain décide d'offrir un million \$ à celui ou celle qui lui rapportera son cœur. Tous les tueurs à gages du pays convergent rapidement vers le penthouse où il se cache, à Lake Tahoe. Protégé par son armée personnelle et obnubilé par la drogue et les putes, Israel aura peine à comprendre dans quel merdier il se trouve. La finale vous laissera perplexe, mais les amateurs d'armes automatiques, de lance-roquettes et de chainsaws vont quand même y trouver leur compte. Pour les autres, vous avez déjà compris que ce n'est pas pour vous!

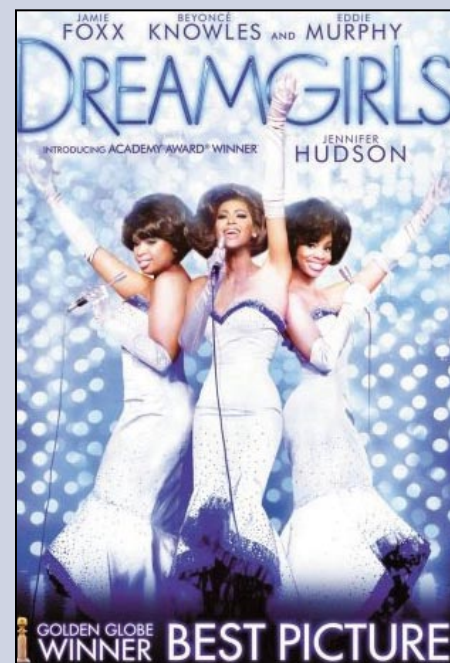


DREAMGIRLS

Comédie musicale
Réalisée par Bill Condon.
Mettant en vedette Jennifer Hudson,
Beyoncé Knowles, Jamie Foxx,
Eddie Murphy et Danny Glover
2h11

PAR MARIE SAINT-LAURENT

Comme la plupart d'entre-vous, je n'ai jamais vu une pièce sur Broadway. Je connais peu de comédies musicales, sinon celles qu'on a portées sur grand écran. Un exercice qui me demande à chaque fois un minimum d'adaptation car, avouons-le, il n'est pas courant de côtoyer des gens qui chantent et qui dansent pour exprimer leurs gestes et paroles. Ce serait bien pourtant, à l'occasion, d'avoir une chorégraphie au poste à gaz ou à l'épicerie! Dreamgirls est apparu sur les planches il y a 25 ans maintenant pour 1522 représentations. Bill Condon, le scénariste de Chicago, rêvait de lui donner vie au cinéma. Basé en partie sur l'histoire de Diana Ross et des Supremes, on avait déjà tenté de le faire dans les années '80 avec Whitney Houston et plus tard avec Lauren Hill mais sans succès. Ça se passe à Détroit, au beau milieu des sixties. Le trio «The Dreamettes» se présente à un concours de talent et est recruté par Curtis Taylor Jr. (Jamie Foxx), un gérant et vendeur de voitures, qui cherche des choristes pour un chanteur pour le moins flamboyant (Eddie Murphy). Effie, Deena et Lorrell, d'origine modeste, sont sur le point de connaître un succès phénoménal à une époque où la musique noire n'a pas encore fait sa place dans l'univers des blancs et de la pop. Pour y arriver, elles doivent larguer Effie (Jennifer Hudson) - une chanteuse de tête et de caractère à la voix exceptionnelle - pour Deena (Beyoncé Knowles), plus svelte et à la voix plus commune.



Leurs parcours seront désormais bien distincts... Gagnant de deux Oscars (meilleur son et meilleure actrice de soutien pour Hudson), Dreamgirls a aussi en poche trois Golden Globes cette année (meilleure comédie, meilleur acteur de soutien pour Murphy et actrice de soutien pour Hudson). Eddy Murphy est tout à fait remarquable dans cet hybride R&B de Little Richard et de James Brown; on retrouve enfin l'acteur que nous avons jadis tant aimé. Jennifer Hudson, évincée d'American Idol, avec une performance à couper le souffle, prend définitivement sa revanche sur les juges de l'émission. Et Beyoncé, quant à elle, réussit à s'effacer complètement derrière les traits d'une chanteuse soul. Show Time!

NOTRE SOLUTION, VOTRE PROTECTION!



VOTRE AVERTISSEUR DE FUMÉE EST-IL FONCTIONNEL ?

Spécialiste de la sécurité :

Vol, incendie, caméra, accès,
domotique, réseautique, intercom.

Tél. : (418) 849-2675
www.alarmessb.ca

LES ÉCHOS DE L'ÉCHO



MICHEL BEAULIEU

michel@lechodulac.ca

Aujourd'hui, une nouvelle chronique voit le jour... ma chronique de potins. C'est évidemment autour de vous et grâce à vous que cette chronique — sans prétention — prendra forme graduellement; votre aide est donc très précieuse! Car à moi seul, je ne peux prétendre être les yeux et la voix du plus grand nombre. Les échos de L'Écho, c'est une rencontre entre vous, moi et votre voisin. À vous donc d'alimenter au fil des mois cette chronique, pour que mes connaissances des potins du Lac soient encore plus diversifiées. D'ailleurs, je vous en remercie à l'avance.

Le dernier numéro de L'Écho a fait beaucoup parler. L'histoire de GUY LAFRANCE en a touché plusieurs. Soit dit en passant, toutes mes excuses à LOUIS GEORGES JALBERT qui a versé une petite larme à la suite de la lecture de mon éditorial!



Depuis le 20 avril, des maniaques de pêche ont envahi le lac Beauport pour tenter de prendre, semble-t-il, de la truite. Imaginez, ces maniaques avaient environ 20 pieds de rive avec de l'eau et ils ont trouvé de quoi s'amuser. Selon nos sources, la plus grosse truite de l'histoire de Lac-Beauport aurait été pêchée au cours du week-end dernier. Je n'ai pas plus de détails pour l'instant... faudrait vérifier auprès des pêcheurs sur la pointe de l'Auberge Quatre Temps. Merci de me fournir plus de détails, mais n'oubliez pas que les histoires de pêche...

Félicitations à MANON FALARDEAU! Elle vient de faire l'acquisition du centre Santé Relaxe situé à Charlesbourg. Vraiment impressionnant comme endroit. Elle qui a longtemps travaillé dans le monde des communications (CHIK FM, CHRC etc.) se lance maintenant dans une toute nouvelle aventure. Bonne chance Manon. En passant, Manon a accueilli ses ami(e)s lors de son premier BBQ vendredi dernier. Et oui, les festivités sont commencées!

ALAIN TÊTU ET PIERRE DIONNE ont débuté une carrière comme développeurs immobilier. Ils ont déjà fait l'acquisition de quelques maisons et terrains commerciaux sur le boulevard du Lac. Et les possibilités sont grandes pour l'arrivée d'un nouveau bâtiment commercial. Bonne chance à vous deux.



Dans le but de financer des activités pour les enfants de l'école Montagnac, l'organisme de participation des parents (O.P.P.) et la direction de l'école ont organisé pour une deuxième année consécutive un grand marché aux puces communautaire le 29 avril dernier. 50 participants ont profité de cette occasion pour donner une seconde vie à leurs petits trésors et plusieurs donateurs généreux ont rempli les tables de vente de l'O.P.P. L'école a récolté 1400\$ pour les projets des élèves et la vie sociale de la municipalité de Lac-Beauport a été animée.



MICHEL NOËL, qui a nécessité d'entreprendre de nouveaux projets, me mentionne que ses terrains avec vue sur le lac et adossés à son terrain de golf sont disponibles dès maintenant! Ces terrains uniques (7 au total) devraient trouver preneurs très rapidement. La vente des lots a été confiée à nul autre que ANDRÉ DUSSAULT, agent Royal LePage. Selon mes espions, il semblerait que André Dussault aurait un certain talent pour vendre des maisons!

Il semblerait que l'après souper bénéfice du Centre National d'entraînement acrobatique Yves Laroche (CNEAYL) a été très animé au Batifol. Selon mes informations, même le propriétaire, DANIEL GAUVIN, était sur le « party ».

DOMINIC LAROCHE a animé cette soirée qui fût très agréable malgré le manque de participants comparativement à l'an passé. Félicitations et merci aux nombreux bénévoles qui ont contribué à venir en aide au CNEAYL.

Je croise régulièrement LINDA ARSENAULT chez Archibald le midi et je me demande bien ce qui lui procure ce splendide sourire. Si vous avez des infos à ce sujet, bien vouloir me le laisser savoir, s.v.p!

Enfin, les membres sociétaires de la CCAP peuvent depuis mercredi dernier conserver leur numéro de téléphone Bell en adhérant à la téléphonie Internet. On parle des résidents de Lac-Beauport, NDL et Lac Saint-Charles. À quand la télé à la carte... on nous l'annonce depuis au moins deux ans.

Le marchand spécialisé de la côte

Henri Leclerc Caméra

1927 **80** 2007

www.hlcamera.com

Boul. Ste-Anne
661-6983
Rue Bouvier
621-0142

Inscriptions et réservations
Le coût de chaque
conférence est de \$30
ou
2 conférences et plus
pour \$25 chaque.
Réservation et inscription
obligatoire. Faites vite, les
places sont limitées.
Visitez notre site ou
appelez-nous

HENRI LECLERC CAMÉRA ET SON ÉQUIPE TIENNENT À REMERCIER SA FIDÈLE CLIENTÈLE EN ORGANISANT À QUÉBEC

UN SALON DU NUMÉRIQUE

Nikon, Canon, Pentax, Fuji, Proflash, Nadel, Lowepro, Booth, AmplisFoto, Samsung, Photo Sélection, Kangaroo album et Innovart Groupe,

se joignent à nous pour inviter les passionné(e)s de la photo à venir nous rencontrer les

VENDREDI 25 MAI : 11h00 à 21h00 et SAMEDI 26 MAI : 9h00 à 16h00

à l'Hôtel Ambassadeur, 321 Boul. Ste-Anne, Québec

Conférenciers et représentants sur place, prix de présence, prix spéciaux

***** ENTRÉE ET STATIONNEMENT GRATUIT, OUVERT À TOUS *****

SPORTS

UN WEEK-END À OUBLIER POUR LE CCKLB

FRANÇOIS MARCOTTE

francois@lechodulac.ca

Plusieurs membres du CCKLB s'étaient déplacés pour l'occasion. Faut dire qu'à la suite d'un hiver à se préparer, le week-end à Atlanta en Georgie, les 14 et 15 avril, était une belle occasion pour eux de mesurer les efforts des derniers mois. Cela dit, pour les canoteurs et kayakistes de Lac-Beauport, il faudra attendre jusqu'à la mi-mai, plus précisément les 12 et 13 au Bassin olympique de Montréal, pour avoir l'heure juste. D'ailleurs, la deuxième tranche des Essais nationaux devrait, cette fois, être un bon indicateur en vue des derniers Essais nationaux qui se tiendront en Nouvelle-Écosse les 16 et 17 juin.

Au retour de Georgie, Mathieu Drolet, entraîneur du CCKLB, n'était ni déçu, ni enthousiaste. « Il y avait de la vague de quatre pieds, dit-il. Les temps ne sont tout simplement pas représentatifs, et ce, pour personne. » M. Drolet mentionnait à *L'Écho*

que les compétiteurs qui figurent au haut des classements finaux n'ont pas obtenu, eux non plus, les résultats prévus.

Du côté de nos athlètes de Lac-Beauport, soulignons tout de même quelques performances. Chez les hommes en K-1 sur une

distance de 1000m, Steven Jorens s'est hissé au troisième rang de la finale A, tandis que Guillaume Lavallée-Guay et Nicolas Beaudoin ont respectivement décroché le troisième et le cinquième rang de la finale B, lors de la première journée. Aussi, notons la quatrième place, toujours lors

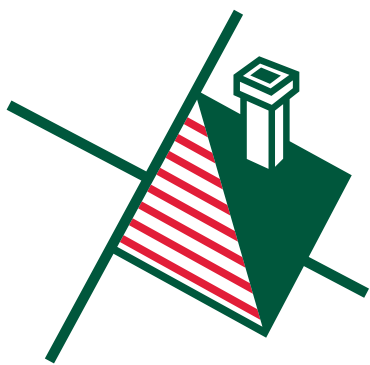
des essais du 14 avril, du canoteur Antoine Meunier au 1000m, et la cinquième place, lors de la finale B, de Marie-Pier Langlois en K-1 sur 500m.

Pour ce qui est de la journée du 15 avril, nous ne pouvons passer sous silence la première place de Camille Tessier-Bussiére lors de la finale B en K-1 sur 500m. Cette dernière a conséquemment devancé sa compatriote, Marie-Pier Langlois, qui, elle, occupait le quatrième rang à l'issue de la finale. Chez les hommes, Antoine Meunier a décroché le troisième rang de la finale B en C-1 sur 500m, et Guillaume Lavallée-Guay est de son côté reparti avec une quatrième position en k-1 sur 500m, toujours lors de la finale B.

De toute évidence, l'issue de ce week-end n'a rien de dramatique; il reste encore à nos athlètes les Essais II et III pour s'assurer une place pour le Championnat du monde junior. Cette importante compétition aura lieu du 27 au 29 juillet à Racine en République Tchèque.



Les athlètes du CCKLB se préparent présentement pour la deuxième tranche des Essais nationaux.



LES CONSTRUCTIONS PRO-TEC-TOIT

27, Chemin de la Sapinière, Lac-Beauport

www.protectoit.com

Entrepreneur général spécialisé en toiture
Résidentiel et commercial

Estimation gratuite – Garantie de 10 ans sur la main-d'œuvre

- Bardeaux d'asphalte et de cèdre
- Ventilation de toiture
- Soffite – Fascia
- Revêtement extérieur



Licence RBQ : 3089-6849-12



L'équipe pour toi !

849-5777

OUVERT À L'ANNÉE

Sans frais :

1 877 849-5777

MIA AMORCERA LA PROCHAINE SAISON AVEC DE BEAUX SOUVENIRS EN TÊTE

C'est avec une foule de souvenirs en tête que Mia Cossette est revenue à Lac-Beauport le 16 avril dernier, à la suite d'une expérience extraordinaire au cœur d'un pays où le soccer est ancré solidement dans la culture locale.

FRANÇOIS MARCOTTE
francois@lechodulac.ca

« C'était vraiment bien », dit-elle d'entrée de jeu, lors d'un entretien téléphonique. De toute évidence ravie du déroulement de son séjour en Angleterre, Mia Cossette ne cache pas qu'elle aimerait bien réitérer l'expérience l'an prochain. Or, pour l'instant, le temps est au rattrapage scolaire, car cette étudiante du programme sport-études aura manqué l'équivalent d'une semaine de cours.

Pour cette jeune joueuse de soccer de 13 ans, l'expérience du Profoot England Tour 2007 fut à la fois l'occasion de disputer cinq parties et de voir quatre matchs d'équipes professionnelles. Entre autres, Mia Cossette a eu la chance d'assister à un match qui opposait l'AS Roma et Manchester United, son préféré de tous car le cœur de Mia penche pour cette dernière équipe. Elle fut également impressionnée devant l'ampleur des installations du Manchester United, « le stade contenait 77 000 personnes », précise-t-elle.

Du côté des parties que les joueuses du Québec ont disputées lors de leur séjour, mentionnons que les blanchissages étaient à l'honneur. En effet, pour un total de cinq matchs, nos joueuses ont remporté quatre parties sans concéder un seul but à l'adversaire. Elles se sont finalement inclinées lors de la finale, et ce, en deuxième prolongation.



Le Profoot England Tour 2007 aura été de plus l'occasion de visiter Londres et Manchester.

Interrogée à propos des différences qui séparent les joueuses du Québec et celles de l'Europe, Mia Cossette souligne ceci : « Par exemple, le U-13 Manchester United est plus technique que nous, mais nous on joue plus en équipe. » Elles ont d'ailleurs gagné contre cette équipe de l'Angleterre.

UNE PIERRE DEUX COUPS

Évidemment, on ne peut se rendre en Angleterre sans visiter quelques villes incontournables. Ce voyage lui aura donc donné la chance de voir Manchester et Londres. « C'était vraiment bien, dit-elle. L'architecture était magnifique, les paysages étaient beaux et Londres est une ville très propre ». Elle souligne également que, contrairement au Québec, le soccer fait partie de la culture. Une observation qu'elle explique par la présence des équipes professionnelles.

Une telle expérience ne peut se concrétiser sans l'aide de plusieurs personnes, Mia Cossette tient donc à remercier ses précieux commanditaires : La Cage aux sports, André Dussault (Royal LePage), Les Entretiens du Lac et le Salon coup de tête.



Outre les cinq matchs qu'elle aura disputés lors de son séjour, Mia Cossette se souviendra aussi du match qui opposait l'AS Roma et Manchester United.



14^e ÉDITION DU TRIATHLON LAC-BEAUPORT

Le 16 juin prochain, SporTriple présentera la 14^e édition du Triathlon - Duathlon Station Touristique Lac-Beauport. La popularité de cet événement augmente d'année en année avec une participation l'an dernier de plus de 300 athlètes. Le Triathlon de Lac-Beauport consiste en trois épreuves soit 1 km de nage, 23 km de vélo (trois tours du lac) et 7,7 km de course à pied (un tour du lac). Le Duathlon emprunte les

mêmes parcours et distances sans la natation. Les départs se feront simultanément à 9 h 00. Les concurrents peuvent participer individuellement ou en équipe. Il est à noter que le champion de l'édition 2006, François Piuze, est un citoyen de Lac-Beauport et il tentera certainement d'améliorer son chrono de l'an passé (1:21.17). Pour de plus amples renseignements, visitez le www.sporttriple.com. (F.M.)

UN COUP DE POUCE À LA RELÈVE

Dans le cadre de la troisième édition du programme de bourses Cascades au sein de la Fondation de l'athlète d'excellence du Québec, le cycliste de Lac-Beauport, Raphaël Gagné, a reçu une bourse de 4000\$. C'est le mercredi 2 mai dernier que les noms des 17 boursiers 2007 ont été dévoilés. Outre Raphaël Gagné, deux autres athlètes de la région se méritent une partie du montant total, c'est-à-dire 66 000\$. Ces derniers sont Alex Harvey (5000\$) et Jean-Philippe Le Guellec (5000\$). (F.M.)



LANCEMENT DE L'ABC DU WAKEBOARD

Thomas Rinfret, Phil Larose et Phil Bélanger invitent tous les mordus de wakeboard au lancement de la toute dernière production de Pléhouse Films, L'ABC du Wakeboard, au Pub Ozone de Sainte-Foy le 31 mai prochain dès 18 h. Pour l'occasion, de nombreux prix de présence seront offerts et vous aurez le plaisir d'entendre plusieurs Dj's.

L'ABC du Wakeboard est le premier film en son genre qui est entièrement produit en français et disponible en format DVD. Tourné au cours de la précédente saison, L'ABC nous présente, entre autres choses, les prouesses des meilleurs « wakeboarders » du pays, et ce, sur différents plans d'eau du Québec. S'adressant à la fois au néophyte et à l'initié, ce DVD à visée

pédagogique offre une foule de conseils pratiques, de la sortie de l'eau jusqu'aux manoeuvres plus techniques. Par ailleurs, des sujets comme l'entretien du bateau et la sécurité nautique sauront satisfaire tous les amateurs de ce sport qui est de plus en plus populaire. L'ABC du Wakeboard est présentement disponible, notamment chez Sport Radical. (F.M.)

LA MAIN DU CYCLISME: SYMBIOSE ENTRE L'HOMME ET LE VÉLO

À l'âge de cinq ans, Yannick Normand démontait des vélos dans la grange familiale. En 1993, il fabriqua son premier prototype. À l'évidence, l'artisan cadreur qu'il est devenu aujourd'hui procède d'une vie active dans le vaste univers du cyclisme. La Main du cyclisme, sa petite entreprise qui offre une foule de services aux gens soucieux d'avoir une monture adaptée à leurs besoins, place le contact avec le client au premier plan; pour que la symbiose opère entre l'homme et le vélo.

FRANÇOIS MARCOTTE

francois@lechodulac.ca

Pour réussir sa vie dans le monde du vélo, il faut être à la fois passionné et polyvalent — on peut dire également très courageux et patient. Disons-le d'entrée de jeu, Yannick Normand, résidant de Lac-Beauport et principal acteur de La Main du cyclisme, une entreprise qui entre autres choses fabrique des vélos personnalisés, a assuré-ment en lui toutes les qualités requises.

D'aussi loin qu'il peut se souvenir, le vélo a toujours été placé au cœur de son quotidien. Comme plusieurs garçons en âge d'explorer les différentes facettes de la vie, M. Normand a tenté très jeune de s'improviser mécanicien. Puis, lorsqu'il fit son entrée au cégep, il découvrit la compétition sur route et enfin le vélo de montagne. Et afin de financer ses études — Il est détenteur d'une maîtrise en philoso-

phie et poursuit présentement sa formation pour pratiquer la psychanalyse —, il travailla comme «mécano» dans différentes boutiques de vélos. C'est ce parcours, dans une certaine mesure, qui fait en sorte que Yannick Normand offre plusieurs services rattachés au cyclisme; évidemment, il fabrique des vélos selon vos besoins et votre morphologie. Cela dit, il propose également l'anodisation (traitement de surface visant à colorer et protéger des petites pièces d'aluminium), la recherche et développement — par exemple pour des manufacturiers —, ainsi que la modification et réparation de cadres. Par ailleurs, M. Normand offre des cours de mécanique au personnel des magasins de vélos et le service de positionnement, une étape assurément très importante qui, plus souvent qu'autrement, est négligée des cyclistes.



Yannick Normand fabrique de tout... ou presque : vélo de route, cyclocross, vélo de cyclotourisme, vélo de montagne (XC, descente), BMX et, même, des vélos adaptés aux personnes ayant un handicap.

UN VÉLO SUR MESURE

Lorsqu'on entend «fait à la main», le premier réflexe est de penser aux coûts rattachés au produit. Un vélo personnalisé fabriqué par La Main du cyclisme vous coûtera au minimum 2000\$ — ce qui est relativement abordable lorsque le prix des vélos haut de gamme est considéré — et demandera en moyenne 40 heures à l'artisan pour la fabrication du cadre. Il reste ensuite la peinture et l'assemblage. À ce rythme, on comprendra que Yannick Normand est très loin de la fabrication

manufacturière.

À preuve, sa production est de l'ordre de 25 vélos en moyenne par année. Or, pour M. Normand, c'est une question de choix. «Je préfère en fabriquer moins et avoir un contact direct avec le client. Souvent je rencontre les clients directement à leur domicile... ils aiment ça», souligne-t-il, faisant néanmoins remarquer que «le problème des artisans est qu'ils doivent avoir des clients pour créer des vélos, c'est un problème pour le développement.»

Mais pourquoi prioriser un vélo fait par un artisan? La réponse est simple : pour le service, l'expertise, le contact et l'assurance d'avoir un vélo à sa mesure et selon ses goûts. M. Normand fabrique de tout... ou presque : vélo de route, cyclocross, vélo de cyclotourisme, vélo de montagne (XC, descente), BMX et, même, des vélos adaptés aux personnes ayant un handicap.

Comme les artisans doivent souvent travailler à temps partiel à l'extérieur, le temps de livraison est inévitablement plus long que si vous achetiez un vélo dans une boutique spécialisée. Il faudra prévoir environ six semaines avant que la livraison soit effectuée. Il est donc important de prévoir son achat à l'avance. Vous pouvez rejoindre La Main du cyclisme au 576-9704.

À compter de la fin du mois de mai, **Laurentides Sports** entre dans la famille **d'Adrenaline Sports Xtremes**.

Dorénavant le concessionnaire BRP, Ski-Doo, Sea-Doo et Can-Am à Québec.

LAURENTIDES SPORTS SERVICE INC.

le complexe des sports motorisés
ADRENALINE
sports **Xtremes**

Dès lors la vente et le service s'effectueront au :
1841 boul. Hamel à Québec
à l'est de Robert-Bourassa
687-0383

Le service de location
demeure opérationnel au **849-2824**.



Adrenaline Sports Xtremes
Le magasin de jouet pour adultes à Québec

Venez découvrir toutes nos lignes de produits,
Il nous fera plaisir de continuer de vous servir.

CYCLISTES, À VOS MARQUES

L'hiver étant maintenant terminé, les rayons de soleil commencent à réchauffer nos jambes de cyclistes. Nous ne rêvons que d'enfourcher nos montures et de parcourir les kilomètres à force de coups de pédales. Mais, malgré notre hâte, il est important de commencer la saison du bon pied.

D^{RE} JULIE LEMAIRE
chiropraticienne et cycliste

LA CARROSSERIE

Premièrement, vous devez vous assurer que votre vélo soit en bon état. En effet, après avoir hiverné pendant plusieurs mois, votre bécane pourrait avoir besoin de quelques ajustements. Il est donc important de prendre rendez-vous avec votre mécano préféré afin qu'il puisse vérifier l'état de la mécanique de votre vélo. Ce dernier examinera, entre autres choses, l'usure des pneus, l'usure des freins, les câbles, le pédalier, la direction ainsi que le bon fonctionnement et la lubrification de la chaîne et du groupe de transmission. Ces vérifications sont primordiales pour ne pas avoir de mauvaises surprises lors de votre première sortie.

LE MOTEUR

Une fois la monture en ordre, il faut s'assurer que le moteur n'aura pas de ratés. Il est donc très important de commencer sa saison « intelligemment ». Voici quelques principes de base qui vous permettront de bien progresser.

Au départ, il est primordial de tenir compte de votre entraînement hivernal afin de déterminer l'intensité de votre début de saison. La condition physique d'une personne s'améliore grâce à la capacité d'adaptation de son corps aux entraînements. Il est donc important de respecter cette capacité d'adaptation en effectuant une progression adéquate lors de la saison de vélo.

Afin d'éviter les blessures, vous devez effectuer vos premières sorties comme de simples balades d'intensité facile. Par la suite, vous pourrez augmenter le niveau d'intensité en faisant varier les paramètres suivants : la distance, la vitesse moyenne, la fréquence cardiaque et la difficulté du parcours. La difficulté pourra être progressivement augmentée à chaque semaine.

Finalement, il ne faut surtout pas oublier les périodes de repos qui sont primordiales afin d'éviter le surentraînement. Pour les gens qui désirent s'entraîner de façon plus sérieuse, je vous conseille de consulter un

kinésiologue afin d'avoir un programme d'entraînement et un suivi adaptés.

L'ESSENCE

Afin que le moteur puisse fonctionner à plein régime, il faut lui donner le carburant adéquat. Ce que l'on ingurgite peut influencer grandement nos performances. Avant de commencer, il faut s'assurer de boire en quantité suffisante afin d'éviter la déshydratation. De plus, il est conseillé de manger un goûter riche en glucides, modéré en protéines et faible en gras environ deux heures avant le départ. Pendant l'exercice, il faut maintenir le niveau d'hydratation en buvant de l'eau additionnée d'électrolytes. Pour les entraînements de plus longues durées, des collations riches en glucides seront nécessaires afin de maintenir le niveau d'énergie. Enfin, pour une récupération optimale, vous devez continuer à boire et vous nourrir d'aliments riches en glucides et en protéines tout de suite après votre exercice.



Julie Lemaire vous offre ses précieux conseils afin que votre prochaine saison de vélo commence du bon pied.

En conclusion, il ne faut négliger aucun des aspects de la préparation qui rendront vos sorties en vélo beaucoup plus agréables. Je termine avec un plaidoyer aux automobilistes : lorsque vous croisez des cyclistes, soyez courtois et laissez un espace d'au moins deux mètres entre vous et le vélo. Et s'il n'y a pas assez d'espace, patientez quelques secondes jusqu'à ce que l'espace se libère. Si chacun respecte l'autre, la circulation ne s'en portera que mieux et les risques d'accidents seront diminués. Bonne saison à tous !



www.andredrolet.com

André Drolet

653-0488

ROYAL LEPAGE
Inter-Québec

Appelez-moi pour une évaluation gratuite

LAC-BEAUPORT



211, Tour du Lac
P. D. 1 190 000\$

LAC-BEAUPORT



Vue montagne, 34, ch. du Godendard
P. D. 615 000\$

LAC-BEAUPORT



Adossé au Relais
2, ch. du Godendard

LAC-BEAUPORT



Exceptionnelle, bord du Lac Morin.
37 ch. du Bord de l'eau

LAC-BEAUPORT



Vue, accès au lac, 60, de la Savane
P.D. 329 000\$

LAC-BEAUPORT



Intimité, 133 ch. des Mélèzes

LAC-BEAUPORT



Adossé au golf, 143, ch. des Granites
P. D. 398 000\$

LAC-BEAUPORT



Terrain boisé (terrain de 35 000 p.c.)
11, ch. du Village, P. D. 299 000\$

LAC-BEAUPORT



Proès d'université, 2001, René-Lévesque 0.
P. D. 324 900\$

STE-FOY



St-Louis-de-France, 2980 de Montréal
P. D. 259 000\$

LAC-BEAUPORT



Secteur familial, 36, ch. des Buis
P. D. 259 900\$

ST-GABRIEL-VALCARTIER



Grand terrain intime, 16, 5^e Avenue
P. D. 219 000\$

STONEHAM



Vermont-sur-le-Lac, 180, du Lac Est
P. D. 324 000\$

STONEHAM



Terrain de 185 000 p.c., 108 du Geai Bleu,
P. D. 314 900\$

STONEHAM



Terrain de 79 000 p.c.
Ch. du Geai Bleu, P. D. 86 000\$

Les Galeries du Lac

Découvrez
votre nouveau

IGA



Découvrez nos tous nouveaux comptoirs de fruits et légumes coupés toujours frais et prêts à servir.



Nouveau : section complète
de produits biologiques.



Notre poissonnerie vous offre plusieurs
variétés et spécialités de poissons frais.



Notre vaste sélection de vins vous
offre un choix de plusieurs pays.



Notre comptoir de boulangerie et pâtisserie
vous permet de réserver votre gâteau de
fête avec photo. Informez-vous!



Notre maître boucher est disponible
pour répondre à vos demandes de
coupes spéciales.

**Toute l'équipe du
IGA des Galeries
du Lac vous
souhaite une
joyeuse fête
des mères.**



Heures d'ouverture

Lundi au vendredi
9 h 00 à 21 h 00
Samedi
9 h 00 à 18 h 00
Dimanche
10 h 00 à 18 h 00

Normand Laroche
PHARMACIEN



Galleries du Lac
Lac Beauport (Québec) G0A 2C0

LIVRAISON GRATUITE

418 849-2836

Voyages D-Tours
849-9219



*Depuis 20 ans
à votre service!*

ENFIN DANS NOTRE
NOUVEAU LOCAL!

info@dtours.net
Permis du Québec

www.dtours.net



Entrée côté
boul. du Lac | **849-7677**

**VENEZ DÉCOUVRIR NOTRE
TOUT NOUVEAU LOCAL...
BEAUCOUP PLUS GRAND ET
PLUS GRAND CHOIX DE FILMS!**

- ✓ SPÉCIAUX
- ✓ REVUES SPÉCIALISÉES
- ✓ COFFRETS-CADEAUX
- ✓ FILMS
pré-visionnés
- ✓ DVD **9.99\$**
- ✓ VHS **1.99\$**
- ✓ SPÉCIAL SÉRIE TÉLÉ



841.4030

15 ans à votre service!

**SERVICE DE NETTOYEUR
CORDONNERIE
COUTURIÈRE**