



Au profit de Cité Joie
Les Homardises, opus 25

Page 10



À l'agenda du député
Sylvain Lévesque, député de Chauveau

Page 5



Page 2

Exposition à la
Bibliothèque l'Écrin
Blanc, rose, bleu
d'Adeline Germain



Le Journal d'information | www.journal-local.ca

MARCBONENFANT
ÉQUIPE DE VENTE
2013 à 2021 - ROYAL LEPAGE
Inter-Québec
418 912-8787
Venez voir nos inscriptions
au couvert arrière
marcbonenfant.com



ENTENTE AGRICOLE & AGROALIMENTAIRE
Ô Champignon
Le projet fabuleux
d'Iris Chabout

Page 11



La traditionnelle
vente d'Agro est de retour
Des végétaux à petits prix

Page 6



Soirée reconnaissance des bénévoles
Remise des prix aux bénévoles
de l'année

Page 3



Troisième édition
Le 5,km route
La Clinique Du Coureur

Page 16



Première édition
du FestiForêt
Célébrer et découvrir
notre forêt au Saiso!

Page 17



21^e édition du Défi Alpin
500 skieurs
sur les pentes du Relais

Page 18

2022! SERA PROSPÈRE EN IMMOBILIER



André Dussault
Courtier immobilier
résidentiel et commercial

Sotheby's | Québec
INTERNATIONAL REALTY
418 849-0555 andredussault.com

URGENT
NOUS SOMMES EN MANQUE D'INVENTAIRE

Un mois d'avril des plus actifs

Défi Santé TOUGO 2022

(CR) C'est en avril que se tenait le Défi Santé TOUGO, un mouvement collectif encourageant les saines habitudes de vie à travers tout le Québec. Bien sûr que nos Lac-Beauportois ont participé!

En effet, les citoyens ont répondu présents aux nombreuses activités proposées par la Municipalité de Lac-Beauport tout au long du mois de mai:

- Un projet de semences à la Bibliothèque l'Écrin et une conférence sur le jardinage avec Nathalie Souchet, horticultrice
- Une cani-rando au parc du Brûlé

- Un « gymnase ouvert » à l'école Montagnac avec la participation de l'organisme Espace Familles Lac-Beauport
- La conférence « Introduction au mode de vie minimaliste » avec Marie-SO La minimaliste
- Un après-midi d'activités sportives extérieures pour clore le mois de la santé

Continuez vos saines habitudes en vous inspirant sur <https://montougo.ca/> ■



La cani-rando avec l'organisme Sports Canins Atteles Québec. Remerciements à La Belle Bête Nutrition Animale.



De belles activités au terrain de soccer pour clore le mois de la santé.

Exposition à la
Bibliothèque l'Écrin

Blanc, rose, bleu d'Adéline Germain

CAROLE ROY

caroleroy@journal-local.ca

La Bibliothèque l'Écrin de Lac-Beauport présente en ses murs l'exposition *Blanc, rose, bleu* de l'artiste Adéline Germain.



Adéline Germain.

« Depuis 2020, plusieurs repères sont faussés. Une question me hante, à quoi ça sert de créer, de dessiner, de faire de l'art quand le monde dans lequel on vit tombe dans le chaos. Quand l'urgence sanitaire nous coupe de précieux rapports humains, quand des guerres absurdes sévissent... Quelle est la place, l'importance de l'art dans ce monde », questionne l'artiste?



Blanc, rose, bleu... une exposition de nuances et de lumière.

« L'art n'est pas essentiel pour notre survie, mais à quoi bon survivre si on élimine la beauté, la capacité de s'émouvoir? Lorsqu'on crée, on s'ouvre à un univers de possibles, à une réflexion sur notre rapport à l'autre, au sensible. Une façon de communiquer moins frontale, tout en nuances. », explique-t-elle.

Avec *Blanc, rose, bleu*, Adéline Germain nous convie à une incursion dans son univers coloré, parsemé de moments de lumière qui surgissent au creux des ombres. *Blanc, rose, bleu* c'est le blanc de la neige, le rose des joues, le bleu du ciel...

Une exposition à voir jusqu'au 5 juin à la Bibliothèque l'Écrin. ■

Ristourne

Partager 5 657 174 \$*, c'est dans nos valeurs.

Nous sommes fiers de partager ce montant avec nos membres et notre communauté : c'est ça, la force de la coopération.

Détails et conditions à desjardins.com/ristourne

 **Desjardins**
Caisse de Charlesbourg

* Le montant de la ristourne individuelle et de la ristourne à la communauté provient des excédents de l'année financière 2021 et est déterminé sur décision de l'assemblée générale de chacune des caisses. Pour tous les détails, consultez desjardins.com/ristourne ou adressez-vous à votre caisse.

Soirée reconnaissance des bénévoles

Remise des prix aux bénévoles de l'année

(CR) C'est à Entourage sur-le-Lac, le 28 avril dernier, que la Municipalité de Lac-Beauport tenait sa traditionnelle soirée de reconnaissance afin de remercier ses bénévoles.



Les membres du Comité organisateur de la Coupe du monde Sauts Le Relais Lac-Beauport 2022: Marie-Andrée Savard, Caroline Dubreuil, Martine Delagrave et Patricia Harvey, accompagnées des conseillères Lucie LaRoche et Marie Gagnon.

Le maire, M. Charles Brochu, a fait l'éloge des nombreux organismes et bénévoles qui font de cette municipalité un milieu de vie dynamique et vivant en les remerciant chaleureusement pour leur engagement.

Les lauréats:

- Volet Culture et vie communautaire: M. Jean-Yves Sanschagrin pour son implication au Potager Carottes et parlottes.
- Volet Sportif: M. Pol Reny, maître d'œuvre du nouveau sentier La Passerelle aux Sentiers du Moulin.
- Prix distinction: représenté par M^{me} Caroline Dubreuil, le Comité organisateur de la Coupe du monde Sauts acrobatiques en janvier dernier au centre de ski Le Relais.

En tout, 126 personnes, représentant 29 organismes et groupes de bénévoles locaux, ont participé à l'événement qui avait des airs de retrouvailles.

Félicitations aux récipiendaires et sincères remerciements à tous les bénévoles! ■



Jean-Yves Sanschagrin entouré des conseillères municipales Lucie LaRoche et Marie Gagnon.



Pol Reny en compagnie des conseillères municipales Marie Gagnon et Lucie LaRoche.

Crédit photo: Courtoisie

Activités nautiques estivales

(CR) La saison 2022 du Club nautique de Lac-Beauport est en cours de préparation. Coup d'œil sur l'offre proposée.

Les activités suivantes seront de nouveau disponibles:

- Corridor de nage
 - Gratuit pour les résidents avec preuve de résidence
 - Au coût de 80 \$ taxes incluses pour les non-résidents pour la saison

- Club de nage municipal
- Cours de planche à pagaie avec *La Plage Québec*: <https://laplagequebec.com/>

Surveillez le site Web de la Municipalité au <https://lac-beauport.quebec/> pour plus d'informations concernant les inscriptions et les horaires.

L'accès à la plage du Club nautique sera réservé aux résidents uniquement pour la saison 2022, sauf sur inscription à l'une des activités citées ci-haut. ■

Journée de l'environnement
Les activités environnementales au centre communautaire

(CR) C'est le dimanche 29 mai que la Municipalité de Lac-Beauport tiendra sa journée de l'environnement. Y serez-vous?

Lors de cette journée, c'est l'occasion idéale pour se procurer arbres et compost qui sont distribués par la Municipalité entre 9 h 30 et midi.

Profitez-en aussi entre 9 h 30 à 16 h pour vous départir sécuritairement de vos résidus domestiques dangereux (RDD) et des technologies de l'information et des communications (TIC).

Pour voir la liste des matières acceptées et refusées pour les RDD et les TIC, consultez le <http://lac-beauport.quebec/environnement/matieres-residuelles/rdd-et-tic/>. Pour information: 418 849-7141, poste 243. ■



Les activités ont lieu dans le stationnement du centre communautaire au 46, chemin du Village.

Crédit photo: Courtoisie

Fête des voisins 2022

C'est le temps de planifier la vôtre

(CR) Pour souligner la 15^e édition de la Fête des voisins, la Municipalité de Lac-Beauport invite ses citoyens à organiser une fête dans leurs quartiers respectifs. On réserve son samedi 4 juin!

Au fil des ans, c'est plus d'une centaine de fêtes qui se sont organisées sur le territoire. La Fête des voisins c'est une occasion parfaite pour apprendre à mieux connaître son entourage et célébrer le plaisir du bon voisinage.

Inscrivez votre fête auprès de la Municipalité

Planifiez votre activité et contactez la Municipalité. Des cartons d'invitation et des affiches sont à votre disposition au Service des loisirs et il sera possible d'emprunter des tréteaux si votre fête requiert une fermeture de rue temporaire. Après une pause de deux ans, que cette fête soit le point de départ d'une nouvelle manière de vivre ensemble! Informations auprès d'Isabelle Provencher à iprouvencher@lacbeauport.net ou au 418 849-7141, poste 249. ■



Demande de rendez-vous EN LIGNE

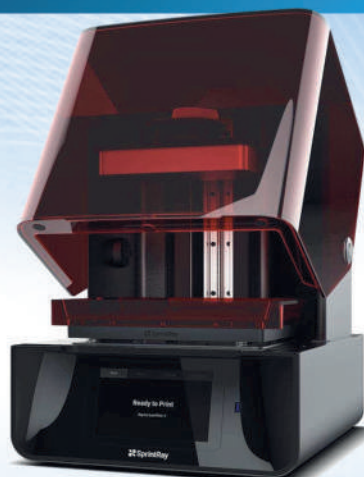


Clinique dentaire
Stoneham

Dr Stéphane Coulombe, DMD

418 848-8000

www.cliniquedentairestoneham.ca



NOTRE NOUVELLE IMPRIMANTE 3D SPRINT RAY!

Pour des plaques occlusales parfaites en un temps record!



Et ce, sans frais supplémentaire!

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

Des pissenlits à Stoneham-et-Tewkesbury pour la bonne cause! En mai, on relève le Défi pissenlits

CAROLE ROY

carolero@journal-local.ca

La Municipalité des cantons unis de Stoneham-et-Tewkesbury est fière de participer à la 2^e édition du Défi pissenlits, une initiative de Miel & Co.

Tout comme plusieurs de ses consœurs et MRC, Stoneham-et-Tewkesbury a entendu le cri du cœur du couple d'apiculteurs à l'origine du défi « le plus simple du printemps ». Pour participer, il suffit de

retarder la tonte de votre gazon durant tout le mois de mai, pour laisser le temps aux pissenlits de fleurir. Ainsi, vous donnez la chance insectes pollinisateurs, comme les abeilles, de se refaire des forces grâce aux grandes quantités de pollen et nectar qu'offrent les pissenlits.

La mobilisation

Il est important de se mobiliser, car malheureusement les pollinisateurs ont un taux d'extinction estimé de 100 à 1 000 fois plus élevé que la normale. Si cette tendance se poursuit, la composition de nos assiettes risque de changer drastiquement: au revoir fruits, noix et autres légumes qui seront remplacés par du riz, maïs et pommes de terre, causant ainsi des régimes alimentaires déséquilibrés.

On compte sur vous! Un « congé de tondeuse » synonyme d'engagement et de fierté: profitez-en! Retrouvez tous les détails du défi sur villestoneham.com ■



Environ 35 % des pollinisateurs invertébrés, en particulier les abeilles et les papillons, sont aujourd'hui menacés d'extinction.

Crédit photo: Courtoisie

Économisez en moyenne 520 \$ en regroupant vos assurances¹

Profitez des conseils personnalisés d'une agente de votre région!



Appelez-moi, je vous conseillerai avec plaisir!

Joannie Sauvageau
Agente en assurance de dommages
Nordik Assurances inc.*
Agence en assurance de dommages

418 915-6295 | 1 844 7-NORDIK
nordikassurances.com

1. Économie moyenne basée sur un sondage SOM mené entre mai 2020 et mai 2021 et calculée à partir des montants déclarés par les répondants ayant réalisé une économie en regroupant au moins deux produits d'assurance. Ce montant est présenté à titre indicatif et n'est pas une garantie d'économie. | * Partenaire autorisé de Beneva inc., agence en assurance de dommages, distributeur autorisé de La Capitale assurances générales inc. | © 2022 Beneva. Tous droits réservés. ^{MD} Le nom et le logo Beneva sont des marques de commerce déposées et utilisées sous licence.

Partenaire
autorisé

beneva



Défi « Mise en forme Canac » sur le terrain de soccer Festival de soccer les 21 et 22 mai

(CR) Les 21 et 22 mai prochain, Stoneham sera l'hôte d'un événement orchestré par l'Association de soccer de Lac-Beauport (ASLB) pour l'inauguration de son nouveau terrain de soccer synthétique.

Tous les citoyens sont conviés à l'ouverture officielle du terrain, qui se déroulera le samedi 21 mai, heure à déterminer, en

présence des élus, des députés locaux et des membres des associations sportives du territoire.

Des matchs se tiendront tous la fin de semaine. Retrouvez toute la programmation des activités de la fin de semaine sur villestoneham.com ou aslb.ca. ■



Tout au long du festival, vous aurez l'occasion d'encourager des joueurs de la grande région de Québec qui testeront leurs crampons sur la nouvelle surface synthétique.

Encourageons les cyclistes

Le grand défi Pierre Lavoie s'arrête à Stoneham

(CR) La population est invitée à aller encourager les centaines de cyclistes qui s'arrêteront à la station touristique Stoneham, le 9 juin vers 23 h, dans le cadre du Grand Défi Pierre Lavoie (GDPL) de 1000 km, de Saguenay jusqu'à Montréal.

Question de vous faire patienter en les attendant, des spectacles musicaux auront lieu en soirée, de 20 h à 23 h. Assistez à des démonstrations athlétiques et acrobatiques et informez-vous en déambulant de kiosque en kiosque, animés par des entreprises ou organismes axés sur le sport et le bien-être.

En plus de nos acclamations, pour accueillir et motiver les cyclistes, la Municipalité a prévu des animations, des surprises et un feu d'artifice. Si d'aventure vous souhaitez être bénévole pour

l'événement, faites connaître votre intérêt à dcoulombes@villestoneham.com ou par téléphone au 418 848-2381, poste 327. Tous les détails sur villestoneham.com ou sur Facebook/villestoneham

Participons au 1 000 000 de km ensemble

Dans le cadre de la 3^e édition du 1 000 000 de km ensemble du GDPL, vous serez invité à parcourir du 9 au 12 juin, le plus de kilomètres possible à pied, à la course, en vélo ou en patin à roulettes. Rejoignez l'Équipe Stoneham-et-Tewkesbury, afin de cumuler tous ces kilomètres et ainsi devenir la municipalité qui aura parcouru la plus grande distance. Inscription sur 1000000ensemble.com. Chaque pas compte! ■



Les encouragements de la foule sont un véritable carburant pour les cyclistes.

Crédit photo: Courtoisie

À l'agenda du député

Sylvain Lévesque, député de Chauveau

(CR) En avril, le député Sylvain Lévesque a multiplié les rencontres avec les citoyennes et citoyens de Chauveau. En voici quelques-unes.

C'est le 29 avril qu'avait lieu la 4^e édition de la Soirée Reconnaissance des Bénévoles 2022 de la circonscription de Chauveau à la salle des Chevaliers de Colomb de Lac-Saint-Charles. Si les deux dernières années ont été particulièrement difficiles, tous les bénévoles ont continué à faire un travail exceptionnel et cette soirée était une manière de leur dire merci.

C'est M^{me} Line Létourneau, bénévole engagée à la résidence pour personnes âgées Logis Confort, à qui l'on a décerné

le Prix du bénévole de l'année ainsi que la médaille de l'Assemblée nationale.

Les bénévoles en nomination :

- Cindy Scott: Soccer de la Haute-Saint-Charles
- Line Létourneau: Logis-Confort
- Steeve Boucher: Les Sentiers-du-Moulin
- Denis Paul: Chevaliers de Colomb de Neufchâtel
- Lucie Lajeunesse: Nos Choses ont une deuxième vie
- Robert Girard, Jacques Girard et Jacques Rousseau: Ressourcerie Lac-Saint-Charles

- Diane « Andicha Sondakwa » Picard: Rendez-Vous des Artisans et Artistes de Wendake
- Sandra Cinq-Mars: Chambre de commerce de Stoneham

Le 19 avril, c'est du côté du Manoir du Lac Delage qu'on a pu le croiser. Le prétexte d'un bon repas avec son équipe lui a permis d'échanger avec Paul Gauthier, le propriétaire des lieux, un homme au parcours inspirant.

Le 13 avril, c'est avec un immense plaisir qu'il a participé au déjeuner-causerie avec les dix stagiaires du Programme



Ce dîner au Manoir du Lac Delage a permis une belle rencontre avec le propriétaire M. Paul Gauthier.

de stage parlementaire du Parlement canadien. Cette rencontre a donné lieu à de riches échanges tant sur la politique provinciale que fédérale. « Nous avons discuté de mon expérience à titre de député ainsi que de politique québécoise », a commenté M. Lévesque.

Et enfin, le 11 avril dernier, il a assisté à la soirée reconnaissance qui soulignait les 40 années de bénévolat et le départ à la retraite de M^{me} Diane Laberge, qui fondait en 1995 la Ressourcerie Lac St-Charles. Il a salué l'engagement durable et le dévouement de la nouvelle retraitée envers notre communauté. ■



Sylvain Lévesque en compagnie de M^{me} Diane Laberge, fondatrice de la Ressourcerie Lac St-Charles.

C crédit photo : Courtoisie



M^{me} Valérie Savard, attachée politique et directrice de bureau de la circonscription de Chauveau, remettant la médaille de l'Assemblée nationale à la bénévole de l'année, M^{me} Line Létourneau.



Les bénévoles en nomination ainsi que le comité bénévole 2022.



Cette soirée a permis de retrouver ces si sympathiques personnes qui forment le tissu social de notre société.

À l'achat de 4 pneus neufs,

OBTENEZ GRATUITEMENT

LA VÉRIFICATION DE L'ALIGNEMENT DES 4 ROUES





VITRXPART
vitres d'autos
remplacement • réparation

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



VENTE ET INSTALLATION DE PNEUS • ALIGNEMENT



CENTRE TECHNIQUE GILCO
979, boul. du Lac, Lac-Beauport (QC) G3B 0W4
418 841-6391

86% DES LECTRICES ET LECTEURS
L'APPRECIENT

Merci!

JOURNAL.CA INC.
1405, av. Saint-Jean-Baptiste, bureau 104
Québec (Québec) G2E 5K2
Tél.: 418 780-0999
Télécopieur: 418 780-0800
info@journal-local.ca
www.journal-local.ca

DIRECTION
Éditeur-directeur général:
Pierre Cassivi

RÉDACTION
Journaliste: **Carole Roy**
carolero@journal-local.ca
Réviseur/Correcteur: **Traduction M**

Collaborateurs:
Marie-Michèle Doyon,
Danielle Gauthier De Varennes
Raphaëlle Tremblay et
Marc-André Perron.

Photographes: **Sébastien Dion,**
Gilles Fréchette, Frédéric Lavoie,

PUBLICITÉ
Ghislain Gaudreau
Développement des affaires, responsable
secteurs gouvernementaux et
éducationnels
Cell.: 418 998-0970
ventes@journal-local.ca

Carole Roy
Développement des affaires
Cell.: 418 580-0537
carolero@journal-local.ca

Sylvie Charest
Développement des affaires
Cell.: 418 254-4367
scharest@journal-local.ca

Ginette Demers
Développement des affaires
Cell.: 418 871-1274
gdemers@journal-local.ca

ÉVÈNEMENTS
David Cassivi
Coordonnateur aux événements

ADMINISTRATION
Suzie Lemay

IMPRESSION
Québecor Média
Dépôt légal:
Bibliothèque nationale du Québec
Convention de la Poste-publications
Postes Canada: N° 41870516

WEBMESTRE
Viva Design

PRODUCTION
Viva Design
production@journal-local.ca

PROCHAINE PARUTION:
JUN 2022
DATE DE TOMBÉE:
25 mai 2022

La traditionnelle vente d'Agro est de retour

Des végétaux à petits prix

(CR) Cette vente, qui a lieu en juin et en août, permet de se procurer une grande variété de végétaux tels que des arbres, des arbustes, ainsi que des herbacées.

La plantation de végétaux contribue à améliorer la qualité de l'eau, puisqu'elle augmente l'infiltration et la filtration des eaux pluviales. Elle permet également d'améliorer la biodiversité et de créer des habitats pour la faune. La végétation est aussi un bon moyen pour lutter efficacement contre les îlots de chaleur en milieu urbain.

Pour commander

Vous avez jusqu'au 25 mai 16 h pour commander vos végétaux via le agiro.org. Faites vite, car les quantités sont limitées! Il sera ensuite possible d'aller chercher votre commande le 2 ou le 3 juin, selon la date de distribution qui aura été déterminée lors de l'achat, au bureau d'Agro au 433, rue Delage, Québec.

Pour toute question, écrivez à: renat@agiro.org

Journée de l'environnement

Pour souligner la Journée mondiale de l'environnement, l'équipe d'Agro vous invite le 4 juin prochain de 10 h à 15 h à en apprendre davantage sur les lacs, la protection de l'eau et des écosystèmes naturels.

Au programme: exposants, jeux et animations, dégustations, conférences et visites guidées en canot rabaska.

Cet événement gratuit et ouvert à tous aura lieu au 433, rue Delage. La programmation complète se trouve sur le site Internet d'Agro. ■



La vente d'Agro permet de se procurer une grande variété de végétaux.



Lors de la Journée de l'environnement, différents ateliers sont présentés.

Crédit photo: Mélanie Jean

Crédit photo: Agiro

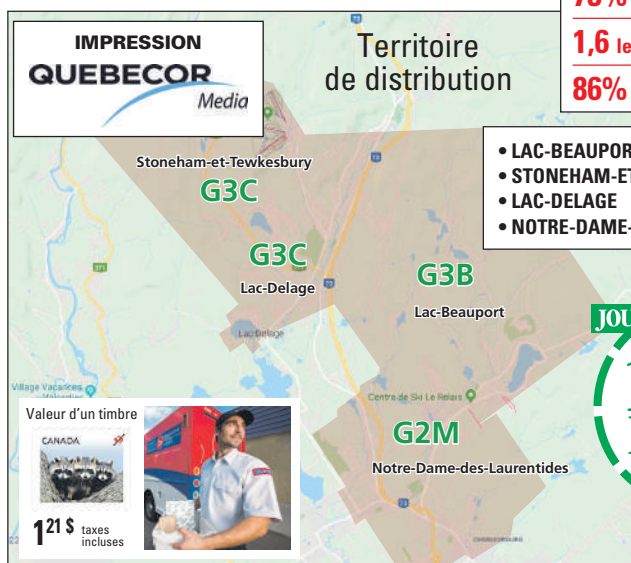
ACHAT DE PUBLICITÉ: ventes@journal-local.ca

TIRAGE:
11 500 exemplaires

DISTRIBUTION
RÉSIDENTIELLE
POSTES CANADA
10 913 exemplaires

DISTRIBUTION
COMMERCIALE
POSTES CANADA
370 exemplaires

PRÉSENTOIRS
217 exemplaires



73% de lecteurs assidus
1,6 lecteur par foyer
86% l'apprécie

- LAC-BEAUPORT
- STONEHAM-ET-TEWKESBURY
- LAC-DELAGE
- NOTRE-DAME-DES-LAURENTIDES

PROFIL DU LECTEUR

Sexe:	Femmes 55 % Hommes 45 %
Âge moyen:	49 ans
Revenu moyen:	Revenu familial annuel brut de 60 500 \$
Scolarité:	Diplôme d'études collégiales et universitaires

Étude réalisée par Léger Marketing sur un échantillon de 458 répondants portant sur l'Écho du Lac et qui comporte une marge d'erreur de +/- 4,58 %, et ce, dans un intervalle de confiance de 95 %.

source **Léger** www.legermarketing.com

VENEZ CÉLÉBRER ET DÉCOUVRIR NOTRE FORÊT AU FESTIFORÊT !

DIMANCHE 5 JUIN • 10 H À 16 H > ENTRÉE GRATUITE < OÙ? : AU SAISO • LAC-BEAUPORT

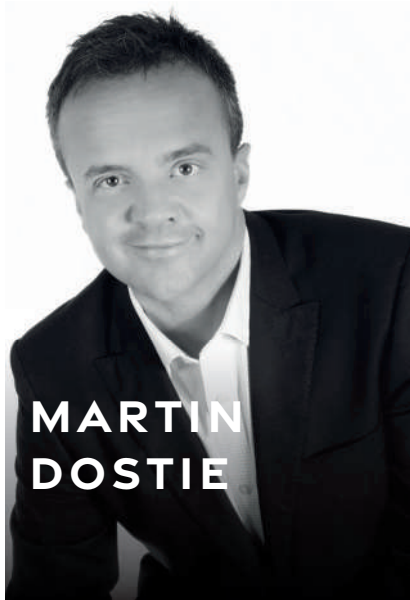
KIOSQUES
CONFÉRENCES
ANIMATIONS FAMILIALES
ATELIERS EN FORÊT
CASSE-CROÛTE
ARBRES GRATUITS
ET PLUS ENCORE...

PROGRAMMATION COMPLÈTE:
FESTIFORET.COM



GROUPE MARTIN DOSTIE | EXPERTISE LOCALE. RELATIONS INTERNATIONALES.

PARMI LES ÉQUIPES LES PLUS PERFORMANTES DE LA CAPITALE-NATIONALE



**MARTIN
DOSTIE**

COURTIER IMMOBILIER

418.956.8687



**AMINA
DURAND**

COURTIER IMMOBILIER
RÉSIDENTIEL

418.932.2228



**SAMUEL
LABRECQUE**

COURTIER IMMOBILIER
RÉSIDENTIEL

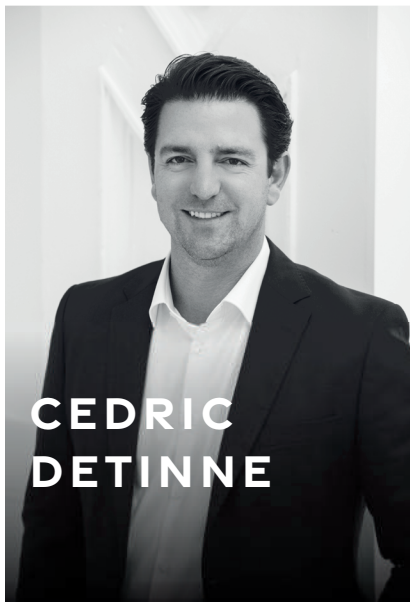
418.572.3034



**NADINE
MALTAIS**

COURTIER IMMOBILIER
RÉSIDENTIEL / COMMERCIAL

418.580.8217



**CEDRIC
DETINNE**

COURTIER IMMOBILIER
RÉSIDENTIEL

418.575.6022



**JAM
AFIRI**

COURTIER IMMOBILIER
RÉSIDENTIEL

819.580.0125



**CHANTAL
BEAUREGARD**

ADJOINTE ET LOCATION

418.933.5510



**ARIANE
COUTURE**

STAGIAIRE

MARTIN DOSTIE
Courtier immobilier
418.956.8687

Bureau Privé
Place Ste-Foy
2450, boul. Laurier
Québec, QC G1V 2L1

Sotheby's | Québec
INTERNATIONAL REALTY

Sous la plume de Raphaëlle

Lectures printanières

RAPHAËLLE TREMBLAY

Collaboration spéciale

Mai est un de mes mois préférés, car la chaleur et le beau temps arrivent pour de bon. Pour cette période de renouveau, je vais vous proposer quelques livres que vous allez pouvoir lire à l'extérieur sous le soleil redevenu chaud. Je trouve ces bouquins parfaits pour la fin du printemps et le début de l'été. J'espère que cet article vous donnera des idées de lecture!



Raphaëlle Tremblay

L'été de tous les possibles

Ce livre est à la fois lourd et léger. Au début, je n'étais pas certaine de l'aimer, mais plus ma lecture avançait et plus j'adorais l'histoire. En gros, les événements tournent autour de Claude, une jeune femme qui s'appête à finir le lycée. Moins d'une semaine avant la remise des diplômes, ses parents lui annoncent qu'ils se séparent.



L'été de tous les possibles: de Jennifer Niven, aux éditions Gallimard-Jeunesse.

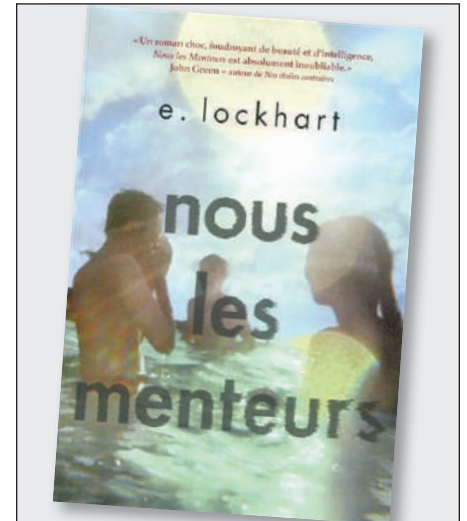
Le plancher se dérobe alors sous les pieds de Claude. Elle perd soudainement tous ses repères et ses parents lui interdisent d'en parler à qui que ce soit, même à sa meilleure amie. Son *road trip* avec elle se transforme alors en séjour sur une île près d'Atlanta, dans la demeure de sa grand-tante décédée. N'ayant pas du tout envie d'y aller, Claude passe les premiers jours du voyage enfermée dans la maison. Puis elle rencontre Jeremiah Crew, un jeune homme qui saura la comprendre et l'épauler dans ce moment difficile. Ils se rapprocheront tout en se faisant la promesse de ne pas tomber amoureux l'un de l'autre, sachant qu'ils n'ont qu'une trentaine de jours ensemble.

Nous les menteurs

Je n'ai pas encore lu ce livre, mais toutes les personnes qui l'ont lu m'ont dit que ce livre était parfait pour l'été. De plus, j'ai lu beaucoup de critiques positives à son sujet, donc j'ai très hâte de le lire! C'est l'histoire d'une famille aisée qui se retrouve chaque été sur leur île privée. L'histoire se concentre beaucoup sur Cadence, qui ne se rappelle plus l'été précédent. Mais attention, plus elle se souvient des événements, plus le livre devient addictif,

semble-t-il. J'ai vraiment hâte de voir s'il est aussi bon que les commentaires que j'ai reçus!

J'espère vous avoir donné de lire! Je vous ferai d'autres suggestions le mois prochain, afin que vous ayez une piste de livres à acheter pour l'été! ■



Nous les menteurs de E. Lockhart, aux éditions Gallimard-Jeunesse.

WILLIAMSON
notaire

Testaments & mandats | Succession | Immobilier
Corporatif | Procédures non contentieuses

Service de rendez-vous et de signature à distance

271, chemin St-Peter's, suite 201
Stoneham-et-Tewkesbury
Québec G3C 1X6

1030, boulevard du Lac, suite 4
Lac-Beauport
Québec G3B 0X2

418 264-8131
jwilliamson@notarius.net
notairewilliamson.com



Conférences à l'école Le Sommet Expédition Akor, au-delà de soi

(CR) C'est le 11 mai que l'école secondaire Le Sommet présente la conférence *Expédition Akor, au-delà de soi*. Une soirée organisée au profit des concentrations sportives de l'école.

En 2021, c'est avec succès que Nicolas Roux et Guillaume Moreau accomplissent ce que personne n'avait jamais tenté auparavant : traverser le Canada dans l'axe nord-sud, strictement à force humaine. Partis de l'île la plus nordique du pays (Ellesmere), ils ont avancé en ski, canot et vélo durant 234 jours pour franchir les 7 600 km les séparant de leur objectif, de leur rêve, à l'extrême Sud du Canada. Ce périple unique et professionnel, ponctué de blizzards, d'ours polaires, d'attaques animales, de bris d'équipement, de blessures sérieuses, de peur et de doutes se situe parmi les plus longues expéditions en milieu sauvage de l'histoire du Canada. Un voyage rafraîchissant et audacieux selon plusieurs, loin des parcours traditionnels et bien connus que sont les pôles géographiques et l'Everest. Profondément transformatrice, l'expédition s'avéra plus ardue que ce que le duo avait anticipé.



Nicolas Roux

« Ils ne savaient pas que c'était impossible, alors ils l'ont fait » - Mark Twain

D'une durée de 75 minutes, la conférence riche en images spectaculaires sera suivie d'un échange avec l'auditoire.

On vous attend en grand nombre le 11 mai 19 h 30. Notez qu'il y aura une autre présentation le 18 mai, 19 h au profit cette fois de *Pura Vida*, un projet de persévérance scolaire. Les billets au cout de 20 \$ seront en vente à la porte. ■

Babillard Jeunesse | Pleins feux sur nos jeunes

(CR) Bienheureux sont les élèves de M. Marc-André d'avoir chaque mois cette mise en lumière que leur fait leur enseignant préféré. Qu'on allume les projecteurs!



Xavier-Alexandre Déry

Doté d'un charisme naturel, d'une prestance qui transperce, Xavier-Alexandre est sans contredit un élève d'exception qui séduit. Fier, curieux et allumé, il a un discours frais, expressif et spontané, une envie palpable d'être là, de ne rien manquer. Sur scène, il s'articule, se transforme, grandit et s'abandonne; il a l'étoffe d'un grand orateur. Il a une curiosité intellectuelle surprenante, une logique déroutante et une méthodologie du travail déconcertante. D'ailleurs, il tient à ce que ses travaux soient propres, clairs et structurés. Qu'on se le dise, c'est un rigoureux, un perfectionniste, un ordonné. Il est si motivant et motivé que son énergie positive transcende les murs de la classe. C'est un rassembleur, un leader engagé, un individu sensible à la bonté infinie qui sait encourager. Il a ce don de faire le bien, de briller tout en ne faisant pas ombre à ses coéquipiers. Il embrasse la vie avec tant de vigueur et d'authenticité qu'on n'a pas le choix de le suivre, de l'apprécier. Jovial, poli et reconnaissant, c'est instinctif, on l'adopte sur-le-champ. Avec lui, tout est léger, simple et merveilleux. Il est sans contredit un magnifique humain aux valeurs du cœur, un être lumineux, une véritable source de bonheur! Mon préféré, continue d'être totalement toi... d'être un acteur de changement tellement beau, vrai et attachant.



Louise Rio

Attentionnée, respectueuse et sensible, Louise est une force tranquille douce et timide. Cependant, quand elle décide de prendre sa place et d'aller au bout de ce qu'elle a en tête: tassez-vous! C'est une fille déterminée, une élève généreuse et à l'écoute qui ne veut pas décevoir et qui aime faire partie de la mêlée. Persévérante, elle ne baisse jamais les bras, ne compte pas son investissement. C'est une combattante qui s'investit avec intensité et acharnement. Malgré les défis, elle veut s'améliorer et réussir. Rien n'est plus merveilleux que de voir ses yeux briller... de comprendre qu'elle est fière, qu'elle a assuré! Son large sourire, toujours au rendez-vous, la rend accessible et ouverte... Expressive, dégourdie et pétillante, elle a cette facilité à attirer l'œil, à captiver... à prendre possession de la scène, du plancher. Honnête et transparente, elle n'a pas peur de faire part de ses impressions, de donner l'heure juste sur ce qu'elle ressent. Ma préférée, on a tous à apprendre de ta candeur, de ta grande volonté, mais surtout de ta façon de croquer dans la vie à pleines dents. Ne laisse personne te dire que tu n'y arriveras pas! Crois en toi et reste tenace, la vie te récompensera!



Charlotte Pépin

Ricaneuse à ses heures, entêtée de d'autres, avec Charlotte, il n'y a rien de compliqué. C'est une bonne vivante: une personne qui aime la vie et qui sait en profiter. Griffonner, peindre, dessiner et même acter, elle sait comment plonger dans son univers artistique et oublier... Aussitôt, son esprit créatif et inventif s'anime et nous permet de découvrir une autre facette de sa merveilleuse personnalité. Quand elle réussit à nous donner accès à ce volet caché, elle est divertissante,



drôle et réussit à nous toucher. Et, elle ne se laisse pas marcher sur les pieds. Sa force de caractère et son aplomb lui permettent de tenir son bout en assumant ses convictions, de foncer avec audace et détermination. Douce, réconfortante, gentille et attentionnée, c'est si facile pour elle de tendre la main, d'aider. Les p'tits l'adorent. Passer du temps avec eux, les accompagner dans leur apprentissage et leur cheminement, cela embellit ses journées. Des animaux, elle en est littéralement passionnée. Chanceuses les bêtes qui croisent son chemin. Elle les cajole, les estime, les affectionne... elle pourrait ouvrir un refuge tellement l'amour qu'elle leur porte est grand. Ma préférée, continue d'être remplie d'empathie, de donner au suivant, de sauter à pieds joints dans tes rêveries! Tu as le pouvoir de ton attitude, de ta destinée. Avec de la persévérance et de l'assurance, ton chemin, tu sauras merveilleusement le tracer! ■

La Maison des jeunes de Stoneham à la rescousse Les déchets, ces nouvelles plantes envahissantes

(CR) Si l'arrivée du printemps voit le retour des parterres verts, force est de constater que les déchets se pointent plus rapidement que les pissenlits! Héros à la rescousse!



Les jeunes de la MDJ ont décidé de s'impliquer dans ce grand nettoyage du printemps.

Même s'il est tentant de pointer du doigt « les méchants », nous sommes tous collectivement responsables des détritus qui poussent comme des champignons. Heureusement pour la communauté, nous avons de jeunes héros en formation. De façon spontanée et volontaire, les jeunes de la MDJ ont décidé de s'impliquer dans ce grand nettoyage du printemps. En peu de temps, ils ont rempli cinq sacs dans trois zones distinctes. Chapeau à nos jeunes, nos éveilleurs de conscience! ■

ccap.tv/babillard

Les activités de quartier sont de retour cet été

À la télé huit fois par jour

Faites la promotion de votre événement gratuitement

Votre TV locale

Au profit de Cité Joie

Les Homardises, opus 25

(CR) C'est le 6 juin prochain sur la scène du Grand Théâtre de Québec qu'aura lieu la 25^e édition des Homardises, événement phare organisé au profit de la Fondation Cité Joie.

L'année 2022 compte deux anniversaires significatifs pour Cité Joie! En effet, en plus de présenter la 25^e édition des Homardises, l'organisme fête cette année ses 60 ans. Et l'on entend bien fêter ça en grand avec le retour du banquet homard en présentiel.

Un peu d'histoire

C'est au printemps 1998 que le comité *Les Amis de la Fondation Cité Joie*, un regroupement de gens d'affaires de la région, organisait la première édition des *Homardises*, sur la scène du Grand Théâtre de Québec. À ce jour, cette activité prestige, tant en présentiel qu'en mode virtuel,

a intéressé plus de 8800 personnes et a permis de recueillir plus de 1 700 000 \$ afin d'assurer la pérennité de Cité Joie pour le plus grand bénéfice des usagers et des parents.

Pour célébrer le 25^e anniversaire de cette activité philanthropique, la Fondation peut compter sur deux présidents d'honneur: M. Claude Savard, vice-président Services financiers commerciaux, RBC Banque Royale et M. William Trudel, président fondateur et chef de la direction, Trudel Corporation

Pour obtenir plus d'information sur cette activité-bénéfice et pour réserver vos sièges ou votre table, consultez le site Web de la Fondation Cité Joie à : fondationcitejoie.com. Il est aussi possible de participer en faisant un don en ligne. ■



Claude Savard



William Trudel

Crédit photo: Courtoisie



Les Homardises sur la scène du Grand Théâtre de Québec.

Espace familles Lac-Beauport 2^e édition de la Fête de la famille

(CR) Espace familles Lac-Beauport convie les familles de la municipalité à participer à la 2^e édition de la Fête de la famille.

C'est le 11 juin prochain de 10 h à 13 h que les familles lac-beauportaises sont invitées à cette fête familiale sur le site du Saiso sur le chemin du Brûlé. Parmi les animations, le spectacle du clown Jimmy Stratosphère! Plus de détails suivront sur la page Facebook de l'organisme et sur son site Internet à espacefamilieslacbeauport.com ■



LE SAISO RECRUTE!

ANIMATEURS – AIDE-ANIMATEURS – ACCOMPAGNATEURS – SAUVETEURS – SPÉCIALISTES D'ACTIVITÉS

Pour plus d'informations consultez notre page Facebook ou communiquez avec Moïra Lepage, directrice des programmes au : directionprogrammes@lesaisonnier.net

[FB.COM/LESAISONNIER](https://www.facebook.com/lesaisonnier)

[LESAISONNIER.NET/CARRIERE](https://www.lesaisonnier.net/carriere)

Photos: Christyna Mérette



ANDRÉ DUSSAULT

Sotheby's
INTERNATIONAL REALTY

Québec

POUR VOUS SERVIR AUX 4 COINS DE LA RÉGION

andredussault.com

418 **849-0555**

418 **956-8605**

DE L'INTERMÉDIAIRE À LA MAISON DE LUXE

VENDU



DOMAINE TEWKESBURY. 3915, route de Tewkesbury
P.D. 1 050 000 \$

CONDO



VIEUX-QUÉBEC.
Charmant condo dans le petit Champlain, vue sur le fleuve à deux pas du Château Frontenac. Unité à paliers multiples, 1 chambre, foyer au bois, cuisine et salon avec mur de pierre donnant beaucoup de cachet, très grande terrasse. **258 000 \$**

VENDU



Lac-Beauport. 30, Ch. des Grillons
P.D. 1 550 000 \$

DOMAINE



LÉVIS. Domaine exceptionnel (2 résidences) 425 pi en bordure du Fleuve, descente à bateau, 23 pièces, garage sur 2 niveaux. Terrain intime 89 000 pc.

2 975 000 \$

NOUVEAU



QUÉBEC. VERT MEZZANINE Luxueuse villa urbaine sur 2 étages avec terrasse privée et intime orientée à l'ouest et sur la cour intérieure. Généreuse fenestration. 2 chambres à l'étage.

465 000 \$




Sotheby's

INTERNATIONAL REALTY

Québec

NOUVEAU



LAC-BEAUPORT. À deux pas des Sentiers du Moulin. Terrain plat intime de 53 000pi². Deux suites des maîtres hors pair, 3 chambres, 3 salles de bain, plafond cathédrale, sous-sol aménagé en logement d'appoint ou bi-génération. Garage excavé, piscine creusée, grande terrasse couverte. Maison impeccable!

895 000 \$




VENDU



LAC-BEAUPORT. 407, Boul. Tour du Lac

P.D. 575 000 \$

VENDU



SILLERY. 1132, rue Bonin

P.D. 740 000 \$

VENDU



QUÉBEC. 4130, rue Morand

P.D. 369 000 \$

D'EXCEPTION




SAINT-LOUIS. Résidence d'exception offrant 5 chambres, foyers, plafonds de bois ainsi qu'une imposante fenestration vous permettant d'admirer fleuve et nature luxuriante.

1 950 000 \$

VENDU



BEAUPORT. 378, rue de la CHARMOTTE

P.D. 449 000 \$

NOUVEAU



LAC-BEAUPORT. Quartier Exalt, très rare, 5 chambres, carré de 36x30. Aménagé sur 3 niveaux, terrasse orientation sud. 695 000 \$

VENDU



SAINTE-FOY. 800-501, Rue Alain
P.D. 279 000 \$

GRANDIOSE



LAC BEAUPORT. Prestigieuse & grandiose! Vastes pièces, plafonds 9 à 20 pieds. Terrain intime de 33 000 pc..2 475 000 \$

VUE



SAINTE-FOY. CONDO Prestigieux et lumineux avec vue panoramique sur la ville et le fleuve. Unité de coin NORD/EST, 1646 pi ca situé au 25e étage. 2 chambres, 2 sdb, aires ouvertes avec foyer, grande cuisine entièrement équipée avec comptoirs de Dekton, balcon privé, 2 stationnements intérieurs avec rangement, piscine, gym, lounge, 3 terrasses avec BBQ. 1 100 000 \$



AUBERGE



VALCARTIER. Belle auberge de style petit hôtel avec resto-pub achalandé et rentable, située seulement à 400 mètres du célèbre village vacances VALCARTIER (qui attire 1,8 millions de visiteurs annuellement). L'auberge compte 12 chambres rénovées avec salles de bains privées. Bâtiment adjacent avec un 4½ et un 3½. 1 200 000 \$



L'ÉQUIPE

André Dussault
Courtier immobilier
Résidentiel et commercial

Sotheby's
INTERNATIONAL REALTY

Québec



Sabrina Martinez
Courtier immobilier | Résidentiel



Noël Gingras
Courtier immobilier | Résidentiel et commercial

LUXE



SILLERY. Architecture sublime et de haut niveau, ce qu'il y a de plus haut de gamme en matériaux. Tri génération (un appartement à chaque extrémité), 6 chambres et 4 salles de bains. Cuisine à faire rêver les plus épicuriens, salon + boudoir, foyers, immense salle des maîtres avec balcon, système radiant sur tous les niveaux. Garage pouvant accueillir 4 véhicules. **4 200 000 \$**

COIN DE PARADIS



STE-BRIGITTE-DE-LAVAL. Directement sur le bord de la Rivière Montmorency. Magnifique propriété sise dans un endroit féérique pour amant de la nature, pistes de motoneige, ski de fond, et randonnée pédestre! **697 000 \$**

VUE SUR LE FLEUVE



ST-FRANÇOIS. ÎLE D'ORLÉANS...Superbe résidence pour la location touristique. Vue imprenable sur le Fleuve. Immense RDC à aire ouverte avec salle de jeux. 6 CC, 4 SDB, suite des maîtres unique au dernier étage. **1 400 000 \$**



NOUVEAU



LÉVIS. Commercial, rue achalandée, revenu potentiel de 42 000 \$. 3 logements plus local commercial. **750 000 \$**

NOUVEAU



CHARLESBOURG. EN CONSTRUCTION Maison de ville de qualité hors pair avec garage intégré, 3 chambres, 2 sdb + 1 se. **396 000 \$**

VENDU



Lac-Beauport. 13, Ch. de la source
P.D. 775 000 \$

Ô Champignon Le projet fabuleux d'Iris Chabout

CAROLE ROY

caroleroy@journal-local.ca

Québec n'a plus rien à envier à la grande métropole en matière de boutique de champignons. La Lac-Beauportoise Iris Chabout vient d'ouvrir Ô Champignon, une adresse qui deviendra un lieu culte pour les fins gourmets et les bien gourmands.

Parler champignons, il y en a pour des heures et Iris sait de quoi elle parle. Elle aime découvrir ce que la nature a à offrir: les fleurs, le jardin, la forêt... Son enthousiasme est contagieux. Ah, au fait, son nom et son visage ne vous sont pas inconnus? C'est elle qui s'occupe si admirablement bien des ruches que l'on retrouve au Potager Carottes et parlottes.



Crédit photo: Courtoisie

Chez Ô Champignon, on a fait le choix de produire sans engrais ni pesticide, car l'on souhaite faire déguster le champignon comme s'il venait de la forêt.

Si son souhait premier était de produire ses champignons, ici à Lac-Beauport, la rareté des locaux dans la région l'a toutefois obligée à élargir son champ de recherche et c'est dans le quartier Saint-Sauveur qu'elle a installé sa champignonnière. « J'ai donc amené la forêt en ville avec Ô Champignon », lance-t-elle en souriant.

Les champignons ont toujours fait partie de la vie d'Iris: plats familiaux, randonnées en forêt. Et même des secrets de famille nous confie-t-elle, car on le sait, rares sont ceux qui partagent les lieux sacrés en forêt où poussent les champignons. « Mon cousin ne divulguera jamais le lieu où il cueille ses 1000 morilles par année », confie Iris!

Mais encore...

Il y a trois ans, elle a eu envie de les faire pousser et après des essais, des tests et beaucoup d'expérimentations, le projet était né. Aujourd'hui, Ô Champignon est installé dans le cœur de la ville et l'objectif est d'y produire plus de 10 variétés différentes, ce qui pourrait représenter plus de 100 kg de champignons par semaine!

Pour les commercialiser il y a évidemment des restaurants, traiteurs, épiceries et maraîchers, mais aussi, et surtout des particuliers. « Les clients peuvent être abonnés à un de nos paniers ou commander directement en ligne nos

champignons frais ou déshydratés. Nous avons déjà huit points de chutes à Québec et un à Lac-Beauport », nous apprend M^{me} Chabout.

Ô Champignon, c'est une adresse, une passion, un désir de partage. D'ailleurs, en consultant le site Internet, on y découvre de nombreuses rubriques toutes plus intéressantes les unes que les autres, des recettes, des astuces de conservation, des trousse de culture... C'est aussi via le site que l'on peut prendre un abonnement pour

se faire livrer tout ce qu'il faut pour faire pousser chez soi de nombreuses variétés.

Découvrez dans quelle tale se cache Ô Champignon en consultant le ochampignon.com.

Ah et si vous souhaitez soutenir cette jeune entreprise, sachez qu'il y a une campagne de sociofinancement avec La Ruche sur laruchequebec.com/fr/projet/champignonniere-urbaine. ■



Crédit photo: Carole Roy

Iris Chabout remportait le 22 avril dernier le premier prix du concours en entrepreneuriat agricole Sur les traces de Louis-Hébert.

FORFAIT

FAMILLE COMBLÉE!



DUO

Internet illimité
et télévision91,09 \$
/mois*

PROMO DE BIENVENUE**

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

CCAP

418.849.7125
ccapcable.com | f

*Le forfait comprend: Internet Gamma, la consommation illimitée, le Wifi 360, l'application Parents+, la Base numérique et la location d'un terminal G10.

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

Les ateliers à l'agenda Au Précieux Temps mobile

(CR) Les ateliers créatifs mobiles d'Au Précieux Temps sont devenus un incontournable dans la région. D'inspirants ateliers sont au programme à Lac-Beauport et à Stoneham. À vos agendas!

Lac-Beauport au Chalet des loisirs

16 mai - 17 h 30 à 19 h : Empreinte artistique

30 mai - 17 h 30 à 19 h : Création de glues

13 juin - 18 h à 20 h 30 : Pinço Apéro

Stoneham au Complexe municipal

17 mai - 17 h 30 à 19 h : Empreinte artistique

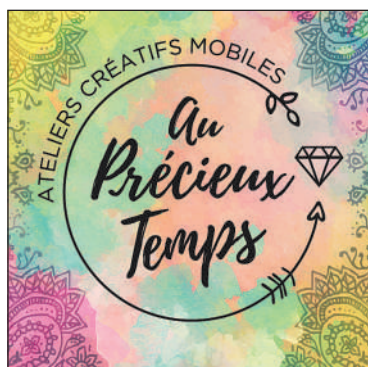
19 mai - 18 h 30 à 21 h : Pinço Apéro

31 mai - 17 h 30 à 19 h : Bombe de bain

14 juin - 17 h 30 à 19 h : Création de glues

16 juin - 18 h 30 à 20 h : Exploration au médium de coulage

Informations et inscriptions auprès de Catherine Hamel à auprecieuxtemps.com ou au 418 806-8695. ■



Au menu de l'atelier de glues, deux recettes de glue, matériel inclus. Plaisir assuré pour les 6 ans et plus.

Un nouveau visage à la CCAP Hugo Ouellet, nouveau directeur technique

(CR) La CCAP annonçait récemment l'arrivée d'un nouveau directeur technique dans son équipe. Bienvenue à Hugo Ouellet.

Fort de ses 19 années d'expérience dans diverses entreprises de technologie, dont 9 à titre de directeur technique, Hugo Ouellet possède une formation en génie électrique, en instrumentation et automatisé ainsi qu'en électrodynamique.

« Nous sommes heureux et confiants (sic) que Hugo sera un atout important à notre croissance et à la pérennité de la Coopérative. Il possède l'expérience et les qualités indispensables à la concrétisation de la vision à moyen et long terme de la Coopérative, a commenté avec enthousiasme Stéphane Arseneau, directeur général de la CCAP.

Attiré par la perspective de carrière à la CCAP en raison du modèle d'affaires de l'entreprise, de son esprit familial, de sa proximité avec les clients et œuvrant dans une région qu'il affectionne



Crédit photo : Courtoisie

Hugo Ouellet, nouveau directeur technique à la CCAP.

particulièrement puisqu'il est un fier résident de Stoneham-et-Tewkesbury, M. Ouellet se dit prêt à relever les prochains défis la Coopérative. Il vise à poursuivre les développements des produits dont l'implantation de la fibre à la maison et la solidification de la sécurité informatique. Tout ceci dans le but de consolider les acquis de la CCAP dans un marché des plus compétitifs. ■

Voix du conseil

Municipalité des cantons unis de Stoneham-et-Tewkesbury

LE CONSEIL MUNICIPAL DES CANTONS UNIS DE STONEHAM-ET-TEWKESBURY SE PENCHE SUR LA SÉCURITÉ DES QUARTIERS DE SON TERRITOIRE

Préoccupés par la sécurité des quartiers résidentiels et interpellés régulièrement sur des enjeux liés à la vitesse, à la cohabitation des différents usages de la route et aux particularités de notre réseau routier, les conseillers préconisent un déploiement rapide d'actions concrètes.

Inspirés par des initiatives déployées dans d'autres municipalités, autant au Québec qu'à l'international, nous souhaitons oser des solutions créatives et innovantes. Nous devons être proactifs, agir dès cet été, évaluer nos actions et les améliorer jusqu'à ce que nos citoyens voient une réelle amélioration de la sécurité dans leurs quartiers.

Dans les prochains mois, un premier projet pilote d'aménagement de rue visant à réduire la vitesse sera déployé dans le secteur Vertmont-sur-le-Lac.

Les citoyens du quartier concerné seront consultés en amont, une campagne de sensibilisation sera déployée pour informer les usagers qui emprunteront cette voie et une évaluation du projet pilote sera faite à l'automne.

Si le projet est concluant, il sera ensuite déployé à plus grande échelle dans la Municipalité.



LES ÉLUS SOUHAITENT VOUS PARLER, MAIS DÉSIRENT PLUS QUE TOUT VOUS ENTENDRE ET ÉCHANGER SUR NOS ENJEUX

Une de nos grandes convictions est que la communication municipale doit se faire « dans les deux sens ». Les citoyens doivent être bien informés des travaux du conseil municipal, de l'avancement des différents projets et de ce qui se passe à Stoneham-et-Tewkesbury. Les citoyens doivent aussi être en mesure d'échanger avec leurs élus et de se faire entendre, autant par l'administration municipale que par leurs pairs.

C'est dans cette optique que nous travaillons activement à offrir une accessibilité plus grande à la vie démocratique municipale à nos citoyens.

De façon très concrète, cette volonté s'exprimera en continu dans les prochains mois par :

- Une amélioration des outils de communication et de consultation
- La mise en place d'un module d'alertes et de gestion des requêtes
- Une possibilité d'interaction bonifiée lors des séances du conseil municipal
- Les travaux avec le comité citoyen créé pour lancer l'appel d'offres pour la construction d'un parc de planches à roulettes (skatepark) et d'une nouvelle pumptrack
- Le lancement de notre tout premier budget participatif visant l'amélioration des parcs de secteur



Naturellement différent !



Suivez les séances du conseil municipal sur villestoneham.com

Action transition

L'importance des semences

MARIE-MICHÈLE DOYON
Chargée de projet pour
ACTION TRANSITION

Collaboration spéciale

En achetant des semences pour la première fois il y a quelques années, j'étais étonnée de découvrir les variétés de tomates, fèves, carottes, concombres. Et que dire de l'épinard-fraise!



Variétés de courges d'hiver: Blue Hubbard, Buttercup (poivrée), Butternut (musquée) et potimarron.

Je vous mets au défi: combien de variétés de carottes pouvez-vous nommer? Avant de jardiner, j'aurais eu du mal à en nommer deux. Pourtant, en parcourant quelques boutiques en ligne de semenciers québécois, on peut facilement en trouver une quinzaine, dont des carottes blanches (la Blanche de Küttingen) ou mauves (la Dragon).

Pourquoi sont-elles méconnues?

L'industrie alimentaire a favorisé les variétés de fruits et légumes qui se conservent le plus longtemps, et résistent le mieux à la manutention, notamment, afin qu'ils soient toujours attirants une fois arrivés sur les étagères. N'oublions pas qu'actuellement, les aliments consommés au Québec parcourent en moyenne quelques milliers de kilomètres!

Cela a mis de côté toute une diversité de variétés, parfois mieux adaptées à notre climat, ou plus résistantes face aux insectes ravageurs par exemple, et qu'on gagne à préserver.

« La biodiversité alimentaire, c'est-à-dire les différences d'une variété de culture à l'autre, est la principale ressource qui permet à notre système alimentaire de s'adapter au changement. [...] Il y a un siècle, des millions de jardiniers et d'agriculteurs conservaient les variétés végétales vivantes en récoltant leurs semences. Ils ont reproduit des milliers de « variétés patrimoniales » ou « variétés

ancestrales » année après année dans le cadre de la pratique agricole traditionnelle. Mais à l'époque moderne, les gens ont cessé de conserver leurs propres semences, laissant le travail à des semenciers et à des banques de gènes. » - Semences du patrimoine (semences.ca)

75 % de la biodiversité alimentaire mondiale a ainsi disparu au cours des 100 dernières années.

Comment contribuer à leur conservation?

Bien que la date pour semer soit passée pour certaines cultures, il est encore temps de vous approvisionner en semences pour plusieurs aliments. Si vous prévoyez jardiner cet été, pourquoi ne pas tenter le coup avec ces variétés méconnues? On les appelle parfois les semences ancestrales, patrimoniales ou héritage (heirloom en anglais).

En vous renseignant auprès de votre centre jardin ou de semenciers, vous trouverez assurément des variétés étonnantes, adaptées aux conditions de votre jardin (ensoleillement, en pleine terre ou en pot, date du dernier et premier gel, etc.)

Le jardinage ne vous interpelle pas? Vous pouvez aussi contribuer au maintien de ces variétés en vous approvisionnant auprès de maraîchers locaux. Ils sont de plus en plus nombreux à faire redécouvrir des variétés délicieuses et colorées à leur clientèle!



Marie-Michèle Doyon

Crédit photo: Courtoisie

La suggestion de documentaire du mois:

La guerre des graines, réalisé en 2014. On y apprend, entre autres, comment quelques multinationales contrôlant plus de la moitié du marché des semences se sont imposées par le biais de brevets et de redevances, et leurs impacts sur les agriculteurs à travers le monde. Il est disponible gratuitement à cette adresse: blog.francetvinfo.fr/la-guerre-des-graines/

Liens pertinents:

La biodiversité alimentaire par Semences du patrimoine: semences.ca/sw8/web/diversite

Liste de semenciers québécois: forum.lepeuplier.ca/t/semences-ancestrales-adaptees-au-quebec

Reportage sur le contrôle des semences: ici.tou.tv/la-semaine-verte/S48E11

VISION SANTÉ

Clinique d'optométrie

Nous vous invitons à venir célébrer le 7^e anniversaire de la clinique avec nous les 15, 16 et 17 juin prochain.

Des représentants de compagnies de montures de lunettes seront sur place.

Mercredi, le 15 juin :
Maui Jim et Westgroup



Jeudi, le 16 juin :
Lancôt



Vendredi, le 17 juin :
Mood Eyewear



Sur rendez-vous

*Chers clients,
merci de nous faire confiance
depuis 7 ans!*

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

www.cliniquevision.ca

418 825-0044

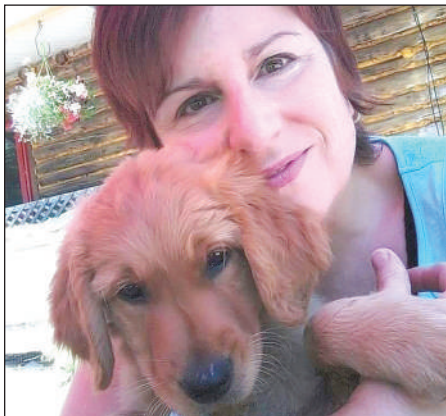


La chronique canine

Le chien de petite taille

DANIELLE GAUTHIER DE VARENNES
Éducateur comportementaliste
canin et félin

Collaboration spéciale



Danielle Gauthier De Varennes

Le chien de petite taille a un statut particulier auprès des humains: il est tout simplement traité comme un bijou, une poupée, un être fragile. Est-ce une bonne chose?

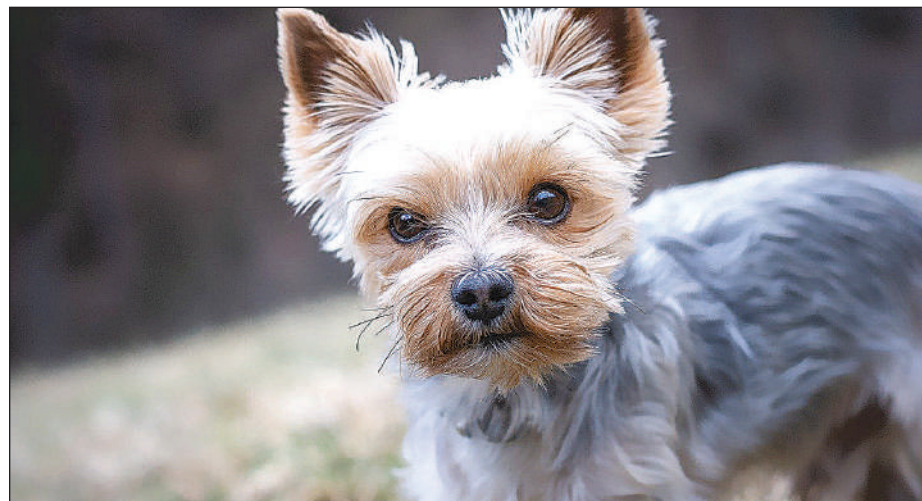
Il monte sur le divan, il couche dans le grand lit, il est toujours dans les bras des humains, il est chouchouté, bichonné, cajolé, embrassé jusqu'à plus soif... est-ce une bonne chose? Généralement... non!

Qu'il soit Yorkshire, Bichon, Carn Terrier, Westie, Schnauzer ou Teckel (ou un croisement de chiens de petite taille), il est l'un des plus intelligents, travailleurs et efficaces de son espèce. Beaucoup d'entre eux furent utilisés par le passé pour chasser les rats dans des terriers et pour le travail en plein air. Il est souvent robuste de constitution, poilu pour affronter les froids, jappeur pour signaler sa position ou avertir son humain.

Il faut dire que les lignées de chiens de petite taille ont été, avec le temps, modifiées pour en faire par sélection volontaire, des chiens de maison, souvent destinés aux enfants et aux personnes âgées. Toilettés à outrance: lavés continuellement, habillés, promenés dans des carrosses, portant des barrettes et élastiques, mis dans des sacoches sous des tables de restaurant. La vie de petit chien est souvent bien ennuyeuse, peu active et non stimulante.

Le chien de petite taille est-il devenu un toutou bien dans sa peau? A-t-il pu s'adapter à ce changement d'environnement et d'activité à travers les âges? Souvent... non! Il est malgré lui gardé dans des conditions qui le rendent triste, dépressif, anxieux, souffrant d'impuissance acquise (un chien sans initiative, sans possibilité, qui ne bouge plus).

Mais d'autres démontrent clairement leur malaise: ils creusent des trous, ils jappent,



Le petit chien mérite lui aussi de vivre une vraie vie de chien, pleine et entière, et de sortir de nos maisons! Revenir à la nature du chien est toujours gagnant et pour le chien et pour son humain, et ce, peu importe la race et la grosseur du chien.

ils grattent, ils deviennent réactifs surtout en laisse, agressifs avec les enfants, le toiletteur, ont peur des étrangers, au grand dam de leurs humains. Pourquoi?

Parce qu'il est incapable de satisfaire sa nature génétique. Il ne fait que peu d'activités (courir, creuser, sauter, chercher). On a, en plus, trouvé inutile de le socialiser convenablement aux humains et aux autres chiens. On a aussi probablement négligé son éducation, car on a pensé que son rôle de toutou est suffisant. Également, on lui fait faire très peu d'exercice, car on pense qu'il n'en a pas besoin parce qu'il est petit, ou qu'il aura froid à l'extérieur. Erreur: il en a autant besoin qu'un grand chien et souvent dans les mêmes conditions.

Alors le chien de petite taille se met à japper, sauter, creuser dans des endroits inappropriés, refuser de se faire toiletter, se sauver, grogner et mordre. Qu'aurait-il fallu faire? Le socialiser, l'entraîner, le faire bouger dès son arrivée.

Aucun chien ne désire attendre toute la journée, rester couché toute la journée, être pris dans les bras des humains et être embrassé à tout bout de champ, être habillé et être traité continuellement en toutou (surtout par des étrangers!), être inactif, peu stimulé, protégé de tout (surtout d'une vie riche et active). Le chien de petite taille n'est généralement pas un chien fragile, il faut le savoir! Comme je dis souvent à mes clients de chien de petite taille: élevez-le comme si vous aviez un Saint-Bernard! ■

SUR LES SENTIERS LES PLUS RELEVÉS AU QUÉBEC !

+INFOS : bit.ly/TraillCDC

SAMEDI

**4
JUIN**



ÉPREUVES : 300M / 600M / 1KM / 1.5KM / 2KM / 5KM / 10KM / 20KM / 30KM / 50KM

AU CENTRE LE SAISONNIER

Pour agrémenter jardinières ou potagers

Les annuelles, ces plantes éphémères

Crédit photo : Michele dot com – banque d'image Unsplash



Utilisées pour égayer des parties de nos jardins peuplées de vivaces, les annuelles apportent rapidement leur lot de couleurs.

COLLABORATION SPÉCIALE :
ROMAIN REBIFFE
Candide Villeneuve Paysagiste inc.

info@monpaysagiste.com

Les plantes annuelles sont par définition des plantes qui effectuent leur cycle de vie au complet, généralement en moins d'une année. Ainsi, partant d'une graine, la plante va germer, grandir et développer son feuillage avant d'arriver à la fructification. Une fois son cycle terminé, elle fanera sur pied pour laisser le soin à la nature de disperser ses graines au sol qui vont rester en dormance jusqu'à la prochaine belle saison.

Utilisées pour égayer des parties de nos jardins peuplées de vivaces, les annuelles apportent rapidement leur lot de couleurs, d'odeurs et de saveurs au quotidien, et parfois plus rapidement que nos vivaces déjà présentes. Elles font leur apparition en jardinerie dès le printemps, mais il est aussi possible de récupérer les graines une fois la floraison terminée pour pouvoir les semer en intérieur à la fin de l'hiver et profiter ainsi de la joie d'admirer leur cycle au complet.

Elles agrémenteront aussi nos balcons et fenêtres dans des pots ou jardinières suspendues, donnant ainsi du volume et de la couleur aux façades. Également utiles au potager, certaines variétés vous rendront de multiples services comme d'éloigner les insectes néfastes tout en attirant les pollinisateurs au plus près de vos plantes potagères. Les capucines par exemple vous attireront les bonnes grâces des colibris tout en vous offrant des fleurs colorées et comestibles qui égayeront vos salades.

Le long d'une clôture en bois ou en grillage, il est intéressant de planter des pois de senteur qui habilleront la séparation tout en prodiguant de suaves parfums. Laisser une partie sauvage dans un coin de son jardin peut également être intéressant, parsemé de fleurs des champs et de tournesol il fera le bonheur de vos yeux et de la faune locale.

La variété de plantes annuelles offre tout un éventail de possibilités qui n'auront de limite que votre imagination dans leur choix et leurs dispositions au cœur de vos espaces. Les plantes potagères, aromatiques ou médicinales, pourront être incluses dans les espaces dédiés aux annuelles, car elles nécessitent plus de soin que les vivaces et sont utilisées à la belle saison. Certaines plantes exotiques sont des vivaces dans leur pays, mais on peut les conserver comme des plantes annuelles à condition de les accueillir au chaud dans sa maison des premières aux dernières gelées.

Afin de protéger vos plantes annuelles et potagères des coups de chaleur et de sécheresse, pensez à les pailler, mais seulement avec du paillis éphémère de type tonte de pelouse ou paille qui se décomposera dans la saison et nourrira la terre tout en préservant l'humidité.

Lors de vos aménagements, pensez à réserver des zones au taux d'ensoleillement varié qui accueilleront ces espaces colorés et parfumés à souhait, et qui enrichiront votre jardin vivace de toute leur diversité. L'intéressant est que l'on peut modifier les variétés d'une année à l'autre sans trop de travail et ainsi rechercher et trouver l'harmonie qui nous convient au sein de notre espace de détente. Pensez à récolter vos précieuses graines et à les partager avec vos voisins et amis. ■

LES ESPACES EXTÉRIEURS, NOTRE PASSION



Entreprise familiale
Depuis 1956



Conception de plan
Aménagement paysager
Éclairage extérieur

monpaysagiste.com

418.849.3405





Le 5 km route, une distance accessible à toutes les catégories d'âges.

Troisième édition

Le 5 km route La Clinique Du Coureur

(CR) C'est le 14 mai prochain, à Lac-Bauport, qu'aura lieu la troisième édition du 5 km route de La Clinique Du Coureur. La course sur route la plus accessible et la plus relevée au Québec!

Pour sa troisième édition, La Clinique Du Coureur propose encore une fois un 5 km pour tous les niveaux, et pour toutes les bourses, dans une expérience de course

mémorable. Le concept est simple: vous payez ce que vous pouvez et vous prenez le départ, dans une ambiance festive, avec des centaines d'autres coureurs.

Championnat québécois de 5 km

La Clinique Du Coureur est fière de présenter pour la deuxième fois le championnat québécois de 5 km! Un parcours plat, rapide, sur lequel se



En 2020, 500 participants prenaient le départ. On en vise tout autant cette année, sinon plus!

donneront rendez-vous des athlètes élités et amateurs parmi les plus talentueux du Québec! C'est votre chance de vous mesurer à des sportifs de haut niveau et de vous faire tirer par des lièvres qui vous amèneront certainement à battre votre chrono! Des bourses totalisant une valeur de 13 400 \$ seront décernées aux premiers arrivés!

Même si cette course regroupe un peloton d'élites incroyables, l'objectif est que tous les niveaux de coureurs puissent se côtoyer. Vous êtes capable de faire le 5 m en 1 heure et moins, cette course est pour vous!

La course la plus accessible

Une distance à la portée de tous, à parcourir à la course ou à la marche, sans catégorie d'âge (bienvenue aux familles!) et au tarif économique. La contribution est volontaire: vous choisissez le prix d'inscription souhaité parmi des options qui plairont à toutes les bourses (de 0 \$ à 100 \$). Que demander de plus comme accessibilité?



La fierté de l'accomplissement!

La motivation de l'organisation

L'idée porteuse derrière ce projet est de proposer à tous une expérience sportive. Un défi accessible, peut-être la première épreuve sportive pour certains, et qui se ferait sans pression. D'ailleurs, le concept été réfléchi pour s'assurer qu'il soit à la portée de tous. La course est ainsi gratuite, la distance est courte et elle peut être réalisée à la marche, de même qu'en famille. Ce qui anime les troupes de La Clinique Du Coureur est de donner l'opportunité à chacun de vivre une course en groupe, de partager des sentiments de bien-être et d'accomplissement, d'être encouragé par les spectateurs, puis de recevoir une médaille à la ligne d'arrivée.

Type d'épreuve: 5 km sur route

Quand? Samedi 14 mai 2022

Où? Stationnement sud-ouest du centre de ski Le Relais

Vous payez **ce que vous voulez** et vous prenez le départ sur le coup de 8 h 30! Les retardataires peuvent s'inscrire le matin même au cout fixe de 40 \$.

Informations et inscription sur lacliniqueducoureur.com/courses. ■

EN MAI!
Bien manger!
Un décor
apaisant!

l'ilot

REPÈRE GOURMAND

Du dimanche
au jeudi
20 % de rabais!*

Réservez dès
maintenant!
En ligne ou 418.463.8999

Bon appétit!

*20 % de rabais sur la nourriture,
réservation obligatoire.

Première édition du FestiForêt Célébrer et découvrir notre forêt au Saiso!



(CR) C'est le 5 juin prochain au Centre de plein air le Saisonnier qu'aura lieu la première édition du FestiForêt. Cet événement est une invitation de l'Association forestière des deux rives (AF2R) et de ses partenaires.

La programmation du FestiForêt vous permettra de célébrer et explorer les différentes facettes de notre forêt et ses liens avec l'humain! Des mini-conférences aux thèmes variés seront à l'horaire, dont la cueillette forestière, l'ornithologie et l'histoire forestière de La Jacques-Cartier.

Des exposants en lien avec la forêt, le bois, le plein air et l'environnement vous présenteront avec passion leur mission ou leurs produits. Certains offriront même



Des visites guidées thématiques en petits groupes seront animées en nature, notamment sur l'identification des arbres (Université Laval), les insectes forestiers (MFFP) et les bains de forêt, aussi appelés sylvothérapie (Prescri-Nature).

des dégustations ou des démonstrations de leurs habilités en continu!

Pour les familles, une foule d'animations seront à l'horaire, dont des ateliers artistiques, des jeux géants en bois (Sociojeux), une activité de lancer de la hache (Tomahawk) et du maquillage pour enfant (Scia Artiste). Elles pourront aussi emprunter les sentiers du parc du Brûlé pour participer au rallye éducatif – avec nul autre qu'Arthur L'aventurier comme narrateur des capsules audio – et s'amuser dans un super parcours d'hébertisme en bois.

Un coin restauration vous permettra de pique-niquer avec vos provisions ou les délicieux produits nos restaurateurs thématiques!

Avant de quitter, on vous proposera de repartir avec un petit plant d'arbre d'espèce indigène, offert gratuitement par le ministère des Forêts, de la Faune et des Parcs (MFFP).

Notez que la fête aura lieu beau temps comme mauvais temps, de 10 h à 16 h, grâce aux installations couvertes du Saisonnier. Bien entendu, toutes les activités seront réalisées dans le respect des mesures sanitaires en vigueur.

Découvrez la programmation complète au www.festiforet.com. ■

CÉRAMIQUE DÉCOR



www.ceramiquedecor.ca

info@ceramiquedecor.ca

4220, 3^e Avenue Ouest, Québec

T 418.627.0123

Le jour J dans un mois et des poussières! Le Marché public des Cantons de Stoneham

(CR) L'été arrive à grands pas et qui dit belle saison, dit Marché public des Cantons! Voyons ce que l'on nous réserve pour cette nouvelle édition.

Le rendez-vous estival aura lieu tous les jeudis de 15 h à 19 h du 16 juin au 8 septembre au parc des Fondateurs, sous le nouveau préau de la patinoire.

C'est toute une saison qui s'annonce, avec plusieurs surprises et une belle programmation.

D'ailleurs, pour l'ouverture le 16 juin, COVER 2.0 sera en prestation en formule duo. Vous ne pourrez résister au dynamisme de cette formation de Stoneham.

Et histoire de vous mettre en appétit, dévoilons quelques producteurs qui ont confirmé leur présence cet été: Pascal le Boulanger, Herboristerie Fleur Bleue, Poussin Vert, La Souche, Les Jardins du Détour, Jardins des Caps, Les Bols à Pat, Cerfs Rouges Labrecque, Ferme Gaudreau, L'Étrange Gourmand de l'Île, Pur Safran, Créatrice des Siffleux, Lökkö, Le Quartier Oriental.

Vivement ce rendez-vous estival! ■



Crédit photo: COVER 2.0

La formation COVER 2.0 sera du lancement de la saison le 16 juin prochain.



Parmi les exposants, Les Bols à Pat seront de retour.



Crédit photo: Laetitia photographe

Le Marché public des Cantons, c'est aussi de belles retrouvailles.

LA ZONE DU **TECH**

La télé IP : Une nouvelle expérience télévisuelle

Depuis l'ascension de Netflix et des plateformes d'écoute en ligne, les gens veulent visionner leur contenu quand bon leur semble, plutôt que de s'avouer esclave de sa télé et de l'allumer au bon moment pour ne pas manquer une seule minute d'un épisode tant attendu.

Ce qui a fait place à une toute nouvelle technologie appelée télévision IP. Mais qu'est-ce que la télévision IP exactement? Comment prendra-t-elle place dans votre quotidien au cours des prochaines années? Nous répondons à toutes ces questions.



Que signifie télévision IP et comment ça fonctionne?

L'abréviation télé IP (IPTV en anglais) découle de *Internet Protocol Television*. On parle donc ici d'un signal télé provenant d'Internet plutôt que d'une source hertzienne (télévision par câble) ou satellite. Ainsi, on obtient un signal télé en direct et du contenu dans une bibliothèque sur demande à partir d'un petit boîtier connecté au Wifi et à une télévision munie d'une prise HDMI.

Quelle est la différence, du point de vue de l'utilisateur, entre la télévision IP et celle traditionnelle (par câble)?

L'appareil pour se connecter à la télé IP n'est pas un décodeur numérique comme celui que vous utilisez habituellement. Il s'agit plutôt d'un tout petit boîtier Android connecté à Internet et à partir duquel on peut visiter des plateformes de contenu sur demande comme YouTube, Crave, TOU.Tv, etc. L'option de télévision traditionnelle en direct est aussi accessible avec un guide horaire semblable à ce qu'on retrouve sur un décodeur numérique.

Quels sont les avantages de cette nouvelle technologie?

- ♦ Aucune prise de câble nécessaire
- ♦ L'équipement est moins dispendieux
- ♦ L'appareil prend moins d'espace et peut être facilement déplacé
- ♦ Regroupe toutes les plateformes d'écoute au même endroit

BON À SAVOIR!

Les gros fournisseurs de télécommunication remplacent de plus en plus le service de télévision traditionnelle par câble par celui de télévision IP. *Helix* offert par Vidéotron en est un bon exemple.

Est-ce que les fournisseurs indépendants sont tous légaux?

La vente de télé IP explose sur Internet depuis quelques années. Les fournisseurs vendent le rêve avec un produit de télévision fiable contenant une multitude de chaînes ayant comme seul et unique frais, l'achat du boîtier. Bye bye les frais mensuels! Soyez vigilants à ce type d'offre. Plusieurs de ceux-ci redistribuent illégalement le signal télé et ne paient pas les redevances légales aux diffuseurs. De plus, une fois que vous avez payé pour le boîtier en question, rien n'empêchera le vendeur de vous couper le signal quand bon lui semblera. Optez pour une compagnie fiable et légalement reconnue.

De quoi a-t-on besoin pour faire fonctionner la télé IP?

- ♦ Une télévision munie d'une prise HDMI
- ♦ Une connexion Internet haute vitesse

Pour plusieurs, la télévision dite « traditionnelle » ne fait plus partie du quotidien. Nombreux sont ceux qui préfèrent adhérer aux plateformes de contenu sur demande. Chose certaine, le divertissement est là pour rester. Que le signal provienne du câble ou de l'Internet, rien de mieux qu'une bonne série qui nous garde cloués au divan pendant quelques heures.

CCAP

418.849.7125 | ccapcable.com | f

Un jeune skieur à surveiller Antoine Richard brille sur les pistes

(CR) La dernière saison de ski a donné des ailes au jeune Antoine Richard, 12 ans, de Lac-Beauport. Ses résultats se traduisent en podiums!



Antoine Richard.

Crédit photo: Courtoisie

Le jeune skieur de Lac-Beauport a commencé la course dès l'âge de 7 ans avec le club de ski Le Relais; à 10 ans, il a joint les rangs du club de Stoneham. Toujours performant en compétitions, cet hiver, c'est une véritable saison de rêve qu'il a vécue, au-delà même de ses attentes!

Résultats en rafale

Antoine compte cette saison plus de 15 départs de courses avec 13 podiums dont huit 1^{res} places, trois 2^{es} et deux 3^{es} places. Aux championnats provinciaux U12 qui se sont déroulés à la station d'Edelweiss à Gatineau du 2 au 4 mars dernier, il a fini premier au Québec avec une 1^{re} et 3^e place en Slalom une 1^{re} place en Slalom géant et une 3^e place au concours d'habiletés.



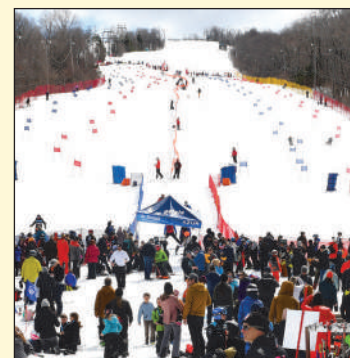
Antoine en pleine action.

En fin de saison, au Défi alpin du Relais, il a récolté deux médailles d'or, ainsi qu'une d'argent et une de bronze. Résultats qui lui ont valu de recevoir un tricolore or bronze pour ainsi recevoir un tricolore, récompense ultime remise aux meilleurs coureurs de la fin de semaine.

Félicitations Antoine! C'est à ton tour d'inspirer les jeunes skieurs! Bon été dans tes divers entraînements! ■

21^e édition du Défi Alpin 500 skieurs sur les pentes du Relais

(CR) C'est du 8 au 10 avril dernier qu'avait lieu au centre de ski Le Relais, la 21^e édition du Défi Alpin. Cette compétition qui a réuni près de 500 skieurs de partout au Québec s'inscrit comme la plus grande course de ski alpin chez les U12 et moins en Amérique du Nord.

Un succès sans précédent, que cette 21^e édition du Défi Alpin.

Après une absence d'une année, on avait hâte de renouer avec le Défi Alpin. Cette année, 36 clubs de compétition étaient représentés, la plus grosse édition jamais vue! Trois jours durant, on a mis en valeur le slalom, le slalom géant et le parallèle.

Certes, cette année, les jeunes skiaient dans des conditions printanières, plus difficiles pour la technique, mais tous en sont ressortis fiers et grandis.

Bravo à toutes et à tous et mille mercis aux parents bénévoles sans qui un tel évènement ne pourrait être rendu possible. ■



Beaux à voir, tous ces sourires! Fierté du devoir accompli.

Crédit photo: Défi Alpin

Québec
sans
gaspillage

UN BAC TOUJOURS PLEIN N'EST PAS SIGNE QU'ON CONSOMME BIEN.



MIEUX CONSOMMER. MOINS GASPILLER.

CONSULTEZ
L'APPLICATION



Votre
gouvernement

Québec



ÉQUIPE
MARC
BONENFANT

418-912-8787
marcbonenfant.com

3 bureaux
Ste-Foy – Stoneham – Limoilou



Agence immobilière
Franchisée indépendante
et autonome

1^{RE} ÉQUIPE
DE VENTE

de tout le réseau Royal LePage
Région de Québec 2013 à 2021



*Top 1 %
au Canada



Lac-Beauport

NOUVEAU
ACCÈS AU LAC

21, chemin de l'Ancêtre
1 425 000 \$

Lac-Beauport

VENDU

10, chemin des Taillis

Stoneham-et-Tewkesbury

14, chemin des Quarante
299 900 \$

Stoneham-et-Tewkesbury

NOUVEAU

9, chemin des Autours
514 000 \$

Ste-Brigitte-de-Laval

NOUVEAU

112, boulevard du Lac
329 000 \$

Stoneham

NOUVEAU

10, chemin Thomas Griffin
389 000 \$

Beauport

VUE SUR LE FLEUVE

173, rue Latouche
479 000 \$

Stoneham-et-Tewkesbury

NOUVEAU

115, chemin des Ruisselets
399 000 \$

Lac-Beauport

34, chemin du Bassin
367 000 \$

Lac-St-Joseph

VENDU

1064, Thomas-Maher

Stoneham

VENDU

65, chemin de la Perdrix

Charlesbourg

7207, Pékans
375 000 \$

Lac-Beauport

VENDU

176, chemin des Granites

ÉVALUATION GRATUITE DE VOTRE PROPRIÉTÉ