



**Le Grand défi Pierre Lavoie s'arrête à Lac-Beauport!
Encourageons les 230 équipes de cyclistes!**

Page 3



**Club de Canoë-Kayak Lac-Beauport
Des nouvelles de nos athlètes**

Page 18



**Démystifier le marketing relationnel
Entretien avec Josée Ruelland**

Page 14

L'ÉCHO DU LAC

LAC-BEAUPORT
STONEHAM-ET-TEWKESBURY
LAC-DELAGE

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

M EQUIPE MARC BONENFANT ROYAL LEPAGE INTER-QUEBEC 418 912-8787 marcbonenfant.com

Lac-Beauport

3, ch. du Grand-Duc • MLS: 21261324 2 450 000 \$



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

Page 5



**La Fête nationale à Lac-Beauport
Entrez dans la danse!**

Page 3



**Pour fêter comme dans l'temps!
La danse d'avant**

Page 6



**Quand les élèves brûlent les planches
Christophe, l'enfant qui rêvait...**

Page 12



**À vélo, de Chicoutimi à Lac-Beauport
Le Raid du Saiso**

Page 16



**Le 5 km route de La Clinique Du Coureur
800 inscriptions, un record!**

Page 19

2023! 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

La Caisse Desjardins de Charlesbourg rayonne avec fierté

Gala Accroche-Cœur

C'est sous la coprésidence d'honneur des Caisses Desjardins de Charlesbourg et de Limoilou qu'avait lieu le 7 mai dernier la 18^e édition du Gala Accroche-Cœur animé par Philippe Laprise!

La Fondation Accroche-Cœur, en collaboration avec la Fondation Philippe Laprise et Au trait d'union Québec, a pu amasser un total de 70 600 \$ afin de soutenir les causes de la persévérance scolaire et du TDAH. En tant que partenaires majeures de l'évènement, les Caisses de Charlesbourg et de Limoilou sont fières d'avoir contribué à ce succès.



Crédit photo: Courtoisie

De gauche à droite: Nicolas Gignac, Frédéric Arteau, Alain Sauvé, Gilles Huot, Sébastien Ouellet, Marie-Pier Lévesque, Caroline Huot, Philippe Laprise, Pierre-Bruno Rivard, Pierre-Luc Pomerleau, Xavier Boisrond (devant Pierre-Luc Pomerleau), P-A Méthot, Mélanie Ghanimé et Christian Marc Gendron.

Parmi les 1200 personnes présentes à ce gala d'humour bénéfique qui s'est tenu à la Salle Albert-Rousseau, Jonatan Julien, député de Charlesbourg pour Coalition avenir Québec, ministre responsable des Infrastructures et ministre responsable de la région de la Capitale-Nationale, a souligné les 25 années d'existence d'Au trait d'union Québec en faisant la remise d'un certificat de l'Assemblée nationale du Québec.

Desjardins, fière partenaire de la Soirée LCDF

Partenaire présentateur de la Soirée LCDF qui avait lieu le 11 mai à la salle du Quai du Cap Blanc à Québec, Desjardins était fière de s'associer à Le code des filles pour inspirer les élèves du secondaire à s'intéresser au secteur des technologies.

La Soirée LCDF est un évènement VIP pendant lequel les élèves ont rencontré des femmes inspirantes venant du milieu des TI et du numérique, notamment de chez Desjardins. Cette soirée leur a aussi permis de rencontrer d'autres filles de leur âge ayant les mêmes passions.

À propos de LCDF

Le code des filles, LCDF, est un organisme de bienfaisance indépendant dont la mission vise à sensibiliser les filles de tout âge à l'accessibilité du numérique. Les filles qui s'y impliquent y développent leur confiance en soi et leurs habiletés technologiques. Elles peuvent aussi s'impliquer dans des comités qui leur permettent de découvrir les principes de gouvernance d'un organisme.



Des femmes inspirantes du mouvement Desjardins, de gauche à droite: Virginie Martel, Isabelle Fournier, Rosita Swikidisa, Jessie Mercier et Audrey Blanchette.



On voit l'intérêt que portent ces jeunes filles à la technologie.

Crédit photo: Courtoisie

Faire grandir l'épargne

La ristourne jeunesse, un petit coup de pouce offert aux jeunes de 5 à 17 ans*

Un montant de 10 \$ versé lorsque 7 dépôts ou plus sont effectués dans leur compte entre le 1^{er} janvier et le 31 décembre d'une même année.

desjardins.com/ristourne-jeunesse

 **Desjardins**
Caisse de Charlesbourg

* Des conditions s'appliquent. Visitez le desjardins.com/ristourne-jeunesse pour voir tous les détails.

Prenez rendez-vous en ligne

Avec AccèsD, c'est simple et rapide

Planifiez une rencontre avec une conseillère ou un conseiller, à distance ou en personne, à l'heure qui vous convient.

Repérez le bouton  dans AccèsD.

 **Desjardins**
Caisse de Charlesbourg

La Fête nationale à Lac-Beauport Entrez dans la danse!



(CR) La Municipalité de Lac-Beauport vous invite à entrer dans la danse pour la Fête nationale du Québec le 23 juin en soirée au parc Carrier-Chamberland.

À la suite du succès de l'an passé, les grandes festivités seront de retour au parc Carrier-Chamberland (zone communautaire) situé au 46, chemin du Village.

Au programme

16 h à 19 h 30:

Initiation à la pétanque avec le Club de pétanque (formation des équipes à 15 h 45)

17 h à 22 h:

Camion de cuisine de rue du Cirque Kikasse

17 h à 19 h:

- Animation avec l'équipe de la Maison des jeunes Le Cabanon.

- Diffusion de chorégraphies de type « Just dance » francophones sur écran géant, dont la nouvelle chanson vedette « Viens bouger dehors » créée spécialement pour Lac-Beauport.

17 h 30 à 18 h 15:

Atelier de corde à danser avec un acrobate du Cirque Kikasse

19 h à 19 h 45:

Spectacle du Cirque Kikasse

19 h 50 à 21 h 50:

Hommage aux Colocs avec la formation « Juste une p'tite nuit »

21 h 50:

Discours patriotique et hommage au drapeau

22 h:

Feux d'artifice par PyroConcept

Sous réserve de modification; suivez la page Facebook de la Municipalité de Lac-Beauport pour connaître les détails! Certaines activités pourraient avoir lieu à l'intérieur de la salle Philippe-Laroche en cas de pluie.



Le Cirque Kikasse

Crédit photo: Gael Della Valle

24 juin

Journée familiale (Club nautique situé au 219, chemin du Tour-du-Lac)

Dès 10 h:

Gratuité pour les embarcations nautiques et ambiance festive!

Le Club nautique est réservé aux résidents (possibilité d'acheter la « carte invités »).



Le groupe « Juste une p'tite nuit »

Crédit photo: Courtoisie

Le Grand défi Pierre Lavoie s'arrête à Lac-Beauport! Encourageons les 230 équipes de cyclistes!

(CR) Dans la nuit du 8 au 9 juin de 3 h 30 à 8 h 30, la Municipalité de Lac-Beauport et le Centre de ski Le Relais accueilleront les 230 équipes de cyclistes du Grand défi Pierre Lavoie. Venez assister au spectacle du départ et encourager les cyclistes le vendredi dès 7 h 40 au Centre de ski Le Relais!

Pour l'occasion, nos organismes sportifs et nos athlètes, tant les jeunes des écoles que nos olympiens, seront à l'honneur pour mettre en valeur notre municipalité active!

On assistera également au lancement de la chanson « Viens bouger dehors », spécialement créée pour la Municipalité de Lac-Beauport. En plus, une chorégraphie de type « Just dance » accompagnera la chanson et sera présentée sur écran géant afin de vous inviter à bouger! Ce projet a été réalisé en partenariat avec la CCAP et avec l'aide financière de la MRC de la Jacques-Cartier. La Municipalité remercie également les artistes qui ont pris part à ce projet: l'auteur-

compositeur-interprète Keith Nellie et la jeune danseuse de Lac-Beauport Marie-Rose Paré.

Après l'animation, les cyclistes prendront la route en faisant un tour du lac en sens horaire, avant de se diriger sur le boulevard du Lac pour une prochaine étape.

Il est à noter que les spectateurs devront stationner leur voiture au parc Carrier-Chamberland et s'y rendre à pied. ■



Pas moins de 230 équipes de cyclistes s'arrêteront à Lac-Beauport dans le cadre du Grand défi Pierre Lavoie.

Bougeons pour le « 1 000 000 de KM Ensemble » Portes ouvertes des loisirs!

(CR) Le 10 juin, c'est la journée « 1 000 000 de KM Ensemble » pour clore le Grand défi Pierre Lavoie. Les citoyens sont invités à bouger et pour ce faire, certains organismes de loisir de Lac-Beauport vous proposent des portes ouvertes afin de vous permettre de faire l'essai de leurs activités:

- **Club de Canoë-Kayak Lac-Beauport:** Visite des installations et rencontre avec les entraîneurs de 10 h à 14 h
- **Sentiers du Moulin:** Accès journalier gratuit pour tous les résidents de Lac-Beauport de 8 h 30 à 16 h et location d'équipement gratuit sur réservation
- **Potager Carottes et parlotte:** Fête des semailles de 9 h à 12 h 30 au parc du Brûlé
- **Club de pétanque:** Tournoi amical et initiation de 10 h à 12 h (inscription à 9 h 45) au parc Carrier-Chamberland (zone communautaire)
- **Centre de plein air Le Saisonnier:** Site ouvert au public de 10 h à 14 h (volleyball, spikeball, fermette et jeux extérieurs géants!)
- **Association de soccer de Lac-Beauport:** Atelier de 10 h à 12 h sur le terrain de soccer

Ce sera également la fête d'ouverture des terrains de tennis et de pickleball de la Municipalité. Ateliers et animations vous y attendent:

- **10 h à 12 h:** Cliniques et ateliers avec des professionnels.
- **12 h à 14 h:** Tournoi amical

Des grignotines et des hot-dogs seront en vente via la Maison des jeunes Le Cabanon. ■



Profitez des portes ouvertes du 10 juin pour visiter le potager Carottes et parlotte.

Demande de rendez-vous EN LIGNE



Clinique dentaire
Stoneham

Dr Stéphane Coulombe, DMD

418 848-8000

www.cliniquedentairestoneham.ca

Marque employeur

Mords dans ton travail.
Fais carrière en
clinique dentaire.



ASSOCIATION DES
CHIRURGIENS DENTISTES
DU QUÉBEC

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

Stoneham-et-Tewkesbury

Fêtes de quartier cet été

CAROLE ROY

caroleroy@journal-local.ca

La belle saison arrive et vous aimeriez organiser un événement entre voisins et tisser des liens plus serrés avec les gens qui vous entourent? Vous organisez, et la Municipalité vous offre un soutien logistique gratuit!

Que ce soit pour un 5 à 7, un pique-nique, un événement sportif amical, un club de lecture, un tournoi de jeux de société ou toute autre chose, la Municipalité peut vous donner un coup de main.

Fonctionnement

1. Les citoyens prennent l'initiative et l'organisation de l'événement.

2. S'ils le souhaitent, les organisateurs de l'événement communiquent avec le Service des Loisirs, de la culture et de la vie associative pour emprunter gratuitement un ensemble comprenant:

- De l'éclairage extérieur
- Du mobilier de jardin
- Un ensemble de sonorisation de base
- Un jeu gonflable
- Autres matériels sur demande (jeux, équipement sportif...)

Retrouvez tous les détails et les modalités de cette nouvelle offre au villestoneham.com.

Bibliothèque
Jean-Luc-Grondin

Les jeunes de 3 à 12 sont invités à s'inscrire au Club de lecture TD cet été.

Le retour du Club de lecture TD

Appel aux jeunes lecteurs de 3 à 12 ans de Stoneham-et-Tewkesbury! Le Club de lecture TD sera de retour à la bibliothèque Jean-Luc-Grondin cet été!

Comment cela fonctionne?

- Pour s'inscrire, il suffit d'être abonné à la bibliothèque et de se présenter au comptoir de services sur les heures d'ouverture, entre le 27 juin et le 27 aout.
- Un carnet de lecture sera remis à chaque jeune afin qu'il puisse noter les livres lus durant l'été.

- À chaque visite à la bibliothèque, les bénévoles lui poseront une question sur un des livres et il recevra une petite récompense.

Un prix sera tiré chaque mardi parmi les participants de la semaine. À la fin de la saison, il y aura le tirage d'un chèque-cadeau de 100 \$ au Village Vacances Valcartier.

Pour plus d'informations, contactez l'équipe de la bibliothèque au : 418 848-2381, poste 232, ou par courriel à biblio@villestoneham.com.

Retrouvez les détails du Club de lecture TD au www.clubdelecturetd.ca.

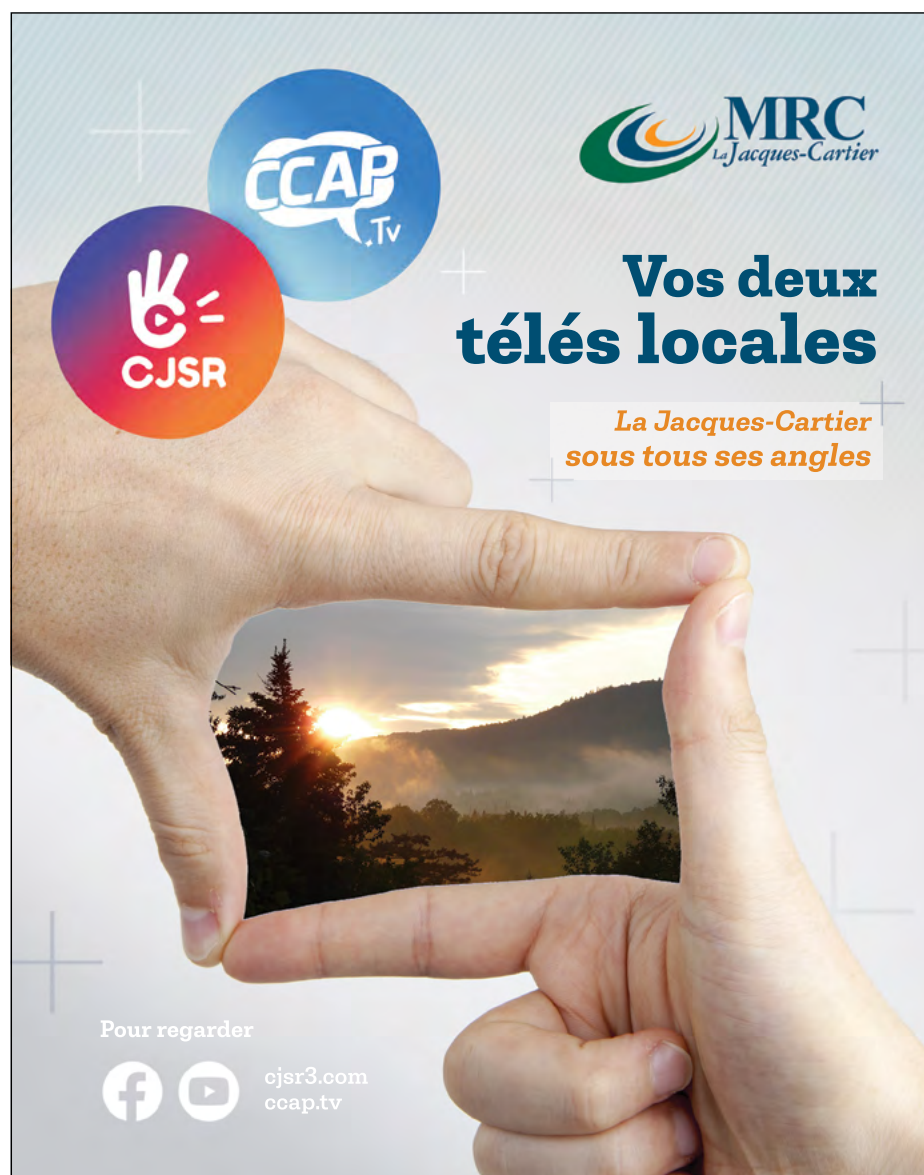
Activités estivales

En primeur cette année, le Service des loisirs, de la culture et de la vie communautaire vous propose une courte programmation estivale qui s'échelonne du 6 juillet au 24 aout. Parfait pour garder la forme tout l'été. ■

Activités estivales – 6 juillet au 24 aout 2023

	Zumba Gold 50 ans et + Entraînement au son de la musique latine-rythmée avec des mouvements de coordination faciles à suivre, le cours de Zumba Gold vous entrainera vers un mode de vie plus sain, tout en s'amusant! Idéal pour les séniors.	Mardi 9 h à 10 h Complexe municipal Palestre, porte 9 90 \$ Préférentiel : 72 \$
	Zumba Entraînement au son de la musique latine, salsa, merengue, cumbia et reggaeton, chorégraphies simples et amusantes pour brûler les calories de trop!	Mardi 10 h à 11 h Complexe municipal Palestre, porte 9 90 \$ Préférentiel : 72 \$
	Tabata Entraînements en intervalles de 20 secondes d'exercice intensif suivies de 10 secondes de récupération, à répéter 8 fois pour un entraînement total de 4 minutes. L'intensité est telle que dans les faits, le corps continue de brûler des calories après la séance.	Jeudi 11 h 30 à 12 h 30 Complexe municipal Palestre, porte 9 90 \$ Préférentiel : 72 \$
	Fit Danse Entraînement qui combine le cardio et le tonus au rythme «beat» de la musique, enchaînements conçus pour solliciter un groupe musculaire à la fois avec différents accessoires comme le «booty-bandes» bandes élastiques, petits haltères, tapis. Chaque chanson est un mini défi.	Mardi 11 h à 12 h Complexe municipal Palestre, porte 9 90 \$ Préférentiel : 72 \$
	Yogalates L'entraînement est composé d'exercices de renforcement musculaire, de phases de détente et de relaxation, de postures de yoga et de mouvements du Pilates. La méthode englobe l'ensemble de la chaîne musculo-squelettique.	Jeudi 12 h 30 à 13 h 30 Complexe municipal Palestre, porte 9 90 \$ Préférentiel : 72 \$
Pour s'inscrire : https://www.qidigo.com/u/Municipalite-des-cantons-unis-de-Stoneham-et-Tewkesbury/activity/9995/session		



Crédits photos : Courtoisie



Vos deux télés locales

La Jacques-Cartier sous tous ses angles

Pour regarder

  cjsr3.com
ccap.tv



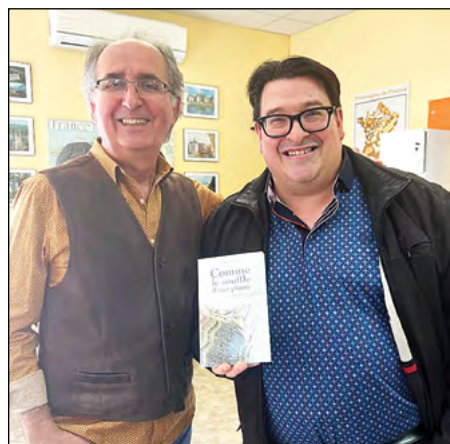
Avec cette nouvelle offre, on souhaite encourager la population à socialiser, entraînant des élans de solidarité, de partage et d'entraide. Des qualités si appréciées dans les moments plus difficiles... comme une panne de courant généralisée!

À l'agenda du député

Sylvain Lévesque, député de Chauveau

(CR) On se demande parfois s'il n'a pas le don d'ubiquité notre député! Toujours sur le terrain, on a l'impression qu'il est partout à la fois. Vous direz que c'est son job, certes, mais il y en a qui sont plus présents que d'autres. Incursion dans l'agenda de Sylvain Lévesque...

Le 15 avril, à la Société française de Québec sur le boulevard du Lac, Sylvain Lévesque est allé à la rencontre de Philippe Mercier, auteur et conférencier, qui partageait son expérience et sa réflexion sur plus de 25 ans de bénévolat dans les soins palliatifs et les soins de fin de vie. Il en a d'ailleurs profité pour acheter son livre « Comme le souffle d'une plume ».



En compagnie de l'auteur Philippe Mercier, auteur de Lac-Beauport.

Les 4 et 5 mai dernier, dans le cadre la 25^e législature du Parlement écolier, il a reçu Xavier-Alexandre Déry et Bily Duranleau, deux élèves de 6^e année de l'école Montagnac de Lac-Beauport, ainsi Marc-André Perron, l'un des responsables du Parlement écolier.

Le Parlement écolier est une simulation des travaux de l'Assemblée nationale qui permet aux élèves de 6^e année de :

- Siéger à l'Assemblée nationale du Québec pour mieux comprendre les principales règles de fonctionnement d'un État démocratique.
- S'initier au travail législatif du député ou de la députée par la simulation et le jeu de rôles.
- Valoriser la participation à l'enrichissement de la société québécoise.

- Saisir l'importance du rôle de chaque citoyen et citoyenne en démocratie et celle de participer à l'élection de son représentant ou de sa représentante.
- Se sensibiliser au respect de l'Assemblée nationale du Québec.

Le 10 mai marquait l'annonce d'un octroi de 100 616 \$ à Agiro afin de protéger les milieux hydriques et les écosystèmes aquatiques. Le projet a pour but principal de sensibiliser les riverains, les citoyens et les usagers des cours d'eau du haut bassin versant de la rivière Saint-Charles à l'importance de préserver les ressources en eau et l'intégrité des milieux naturels.

Trois actions principales sont prévues :

- La diffusion de 10 capsules de sensibilisation
- La diffusion de 10 cours en ligne
- La tenue d'ateliers de sensibilisation sous forme de kiosques

« Agiro contribue activement à protéger notre plus grande richesse, notre eau. Je suis ravi que des citoyennes et des citoyens de chez nous soient aussi engagés, grâce à l'appui du gouvernement, dans la protection de nos milieux hydriques et de nos écosystèmes aquatiques. »

Le 17 mai, il a reçu Mélanie Deslongchamps au bureau de circonscription afin de lui remettre la déclaration de député qu'il lui



En compagnie de Mélanie Deslongchamps, qu'il a remerciée pour sa contribution inestimable à la cause environnementale et bien sûr à la protection de l'eau du lac Saint-Charles.



En compagnie de Nathalie Roy, députée de Montarville à l'Assemblée nationale et présidente de l'Assemblée nationale, Marc-André Perron, Xavier-Alexandre Déry et Bily Duranleau, élèves de 6^e année.

avait dédiée pour souligner ses 23 ans comme directrice générale chez Agiro.

198 900 \$ pour le CABC

Excellente nouvelle pour les personnes âgées en situation de vulnérabilité! Un montant de 198 900 \$, sur trois ans, a été octroyé au CABC, Centre d'action bénévole du Contrefort, afin de lui permettre de maintenir des travailleurs de milieu qui rejoignent et soutiennent des personnes âgées en situation de vulnérabilité ou à risque de fragilisation. Cette aide financière permettra de :

- repérer des personnes âgées en besoin;
- les accompagner vers les ressources utiles;
- briser leur isolement, favoriser leur santé et leur bien-être et les soutenir dans leur maintien à domicile.

« Je remercie sincèrement le Centre d'action bénévole du Contrefort, partenaire de ce programme, d'être si impliqué dans Chauveau et aussi engagé auprès des personnes âgées vulnérables », a conclu Sylvain Lévesque. ■



Vue aérienne du lac Saint-Charles.

Crédit photo : Mélanie Jean Photographie



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

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 : **Marc-André Perron,**
Arielle De Garie et Tania Plamondon.

 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

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

QUÉBECOR

 Impression sur du papier
 provenant de sociétés qui
 détiennent des certificats
 appropriés en matière de
 gestion des forêts.

PROCHAINE PARUTION :
 JUILLET 2023

DATE DE TOMBÉE :
 21 juin 2023

Pour fêter comme dans l'temps! La danse d'avant

(CR) En mémoire du temps d'avant et avant que l'on oublie, l'organisme Souffler les braises vous invite à La danse d'avant, le 18 juin prochain sur la patinoire couverte du parc des Fondateurs à Stoneham. Une belle façon de souligner la fête des Pères!

Dans le cadre des veillées de danse de la Fête nationale et dans le but de se souvenir des raisons pour lesquelles on peut être fiers d'être Québécois.es, La danse d'avant sera un événement festif de danse traditionnelle et d'activités liées à notre patrimoine vivant.



La Déferlance, groupe de musique trad: Renaud Labelle, Marie-Desneiges Hamel, Daniel Fréchette, Mathieu Baillargeon.

Avec des experts de veillée TRAD, il y aura :

- Un spectacle du groupe La Déferlance. Aux sons du violon, de l'accordéon, du piano et de la contrebasse, cette joyeuse bande de *tradeux* livrera des prestations à la fois énergiques et enivrantes.
- Un cæleur, Denis Maheux, vous amènera à vous esbaudir sur nos danses traditionnelles. Il saura vous guider pour le set carré, la contredanse, le quadrille et la gigue.

- Un conteur, Jacques Hébert, féru d'anecdotes et de tradition, magnifiera les petites choses en donnant à ses histoires une saveur intimiste.

- Pour raviver nos flammes patriotiques, un texte littéraire sera interprété par Arielle De Garie, artiste de Tewkesbury.

Un rendez-vous à ne pas manquer le 18 juin de 13 h 30 à 16 h 30 au parc des Fondateurs. Des rafraîchissements seront en vente sur place.

Un nouveau logo pour Souffler les braises

L'organisme culturel, créé par Arielle De Garie au printemps 2022, est fier de présenter son nouveau logo. Celui-ci a été conçu et réalisé par Jacques Hébert, qui est à la fois conteur et illustrateur. Ce logo évoque la nature de notre région, la tradition, les légendes, l'imaginaire... Bref, tout ce qui a le pouvoir de « s'enflammer » en chacun de nous. ■



Le nouveau logo de Souffler les braises.

L'été à Lac-Beauport

Activités de loisirs

La saison estivale est à nos portes et plusieurs activités de loisirs sont encore disponibles.

En nouveauté cette année au Club nautique, qu'il s'agisse de l'apprentissage de trucs de nage ou de remise en forme, des activités aquatiques dans le lac sont offertes pour les petits et les grands.

Des ateliers de yoga au lever et au coucher du soleil ainsi que des séances de danse en ligne seront offerts sur la terrasse du Club

nautique. On vous propose même un atelier de Zumba lumineuse en soirée sur la plage!

Profitez aussi du beau temps pour améliorer votre jeu de tennis et de pickleball en vous procurant un abonnement ou en profitant des différents cours offerts par L2 Tennis Solutions.

Consultez la programmation complète au www.lac-beauport.quebec ou contactez le Service des loisirs au 418 849-7141, poste 244. ■



Crédit photo : Courtoisie

Du yoga sur la plage au coucher du soleil, on dit oui!

ACHAT DE PUBLICITÉ : ventes@journal-local.ca

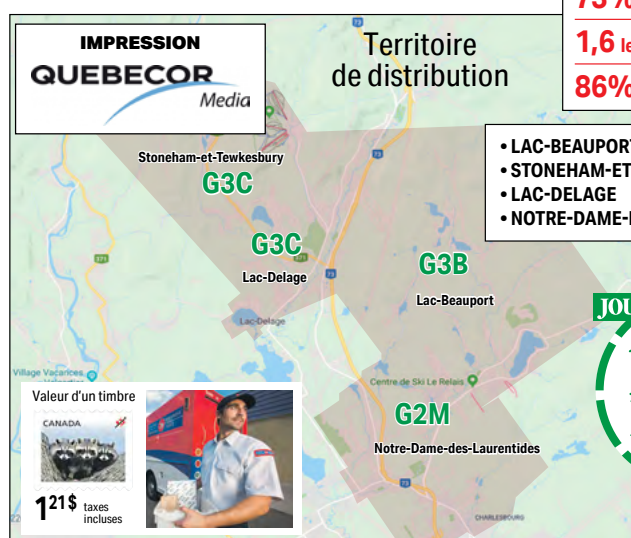
 TIRAGE :
11 700 exemplaires

 DISTRIBUTION
 RÉSIDENTIELLE

10 991 exemplaires

 DISTRIBUTION
 COMMERCIALE

364 exemplaires

 PRÉSENTOIRS
345 exemplaires

73% de lecteurs assidus

1,6 lecteur par foyer

86% l'apprécient

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** MARKETING www.legermarketing.com

En harmonie avec Tania

Une jeune inspirante qui n'a pas peur d'être qui elle est!

TANIA PLAMONDON

Collaboration spéciale



Tania Plamondon

Jeune citoyenne à Stoneham de 14 ans, Sabrina Gagnon a une passion étonnante : le cosplay (costumade), qui consiste à jouer le rôle d'un personnage de fiction en imitant son costume et son apparence. C'est une passion très peu connue par chez nous, mais j'adore voir comment les personnages qu'elle interprète font partie intégrante de sa personnalité!

Sabrina participe souvent à des conventions d'anime, qui sont en fait des événements qui regroupent plusieurs personnes, déguisées, qui jouent leur rôle. À ces événements, plusieurs activités sont organisées telles que des défilés et des concours! Ce qu'elle aime le plus dans tout ça, c'est de s'y faire des amis qui partagent sa passion. Les activités auxquelles elle aime plus particulièrement participer sont ses sorties aux Galeries de la Capitale, où elle va magasiner avec un groupe de personnes elles aussi déguisées!

Son côté créatif

Elle achète souvent ses déguisements, mais il lui arrive parfois de les créer elle-même. Elle fait aussi la plupart de ses accessoires et je ne parle même pas de ses perruques! Durant l'entrevue, elle m'en a montré une qu'elle était en train de modifier et c'était tout simplement digne d'une coiffure professionnelle! Et ses talents ne s'arrêtent pas là... Dans la vie de tous les jours, elle adore aussi dessiner des personnages d'anime, jouer aux jeux vidéo et elle dévore les livres, surtout les mangas!

Elle a découvert cette passion l'été passé, lorsqu'elle regardait des vidéos où les youtubeurs se déguisent comme les personnages, et c'est là qu'elle a découvert le *cosplay*.

Son rêve

Son rêve serait de continuer le *cosplay* et de représenter son pays en participant à des concours mondiaux, en défilant en personnage de jeux vidéo ou de films et séries télé. Quand je lui ai demandé si elle avait des événements prochains, Sabrina m'a affirmé fièrement qu'elle avait une convention de prévue dans 79 jours!

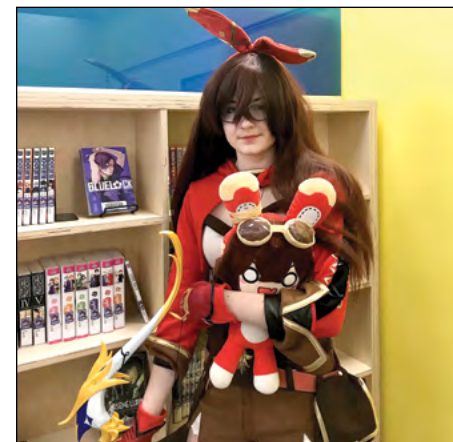
Qu'est-ce qui la passionne autant dans tout ça? « En vrai, ce que j'aime le plus c'est d'être une personne différente pour le moment, changer de personnalité et devenir entre autres le personnage que je rêve d'être », explique-t-elle.

Et quels conseils donnerait-elle à quelqu'un qui voudrait commencer à faire du *cosplay*, ou même n'importe quoi d'autre? « Au début, j'ai

hésité à cause des autres, les remarques qu'ils font, mais je dirais qu'il ne faut pas écouter ce que les gens disent et de suivre son rêve, peu importe ce qu'il arrive ». Sabrina m'a raconté que récemment elle a eu beaucoup de difficultés à continuer sa passion parce qu'elle a eu beaucoup de jugement par des jeunes de son école, des insultes et des mauvais commentaires. Malgré tout ça, elle

continue et elle n'a pas peur de s'affirmer et de montrer qui elle est et je trouve ça vraiment beau et inspirant!

Vous avez des rêves, des projets, vous les avez déjà commencés, ils sont déjà réalisés? On veut vous entendre! Écrivez-moi à taniaplamondon334@gmail.com et qui sait, peut-être que vous allez pouvoir inspirer d'autres jeunes! ■



Crédit photo : Courtoisie

Pour Sabrina, il est important de suivre son rêve, peu importe les jugements.





BIENVENUE CHEZ VOUS!

VOUS VOUS OCCUPEZ DE VOS BOÎTES, ON S'OCCUPE DU RESTE.

PROMO Pour les nouveaux abonnés jusqu'au 30 juin

- ★ Bonification de votre plan **Internet** à 500 Mbits/s, service de Wifi géré et applications de contrôle parental avancé et de protection de votre réseau sans frais pendant 3 mois
- ★ 100 \$ de rabais sur le boîtier Hop (**TVIP**)
- ★ Crédit de 100 \$ à l'abonnement et aucuns frais d'installation

UNE ÉCONOMIE DE **464\$***

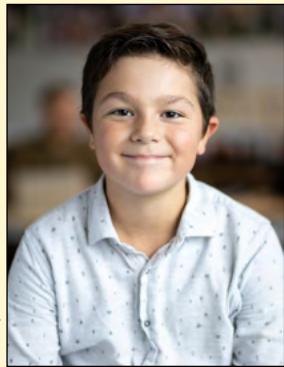
418.849.7125
ccapcable.com |

*La promotion comprend : la bonification du plan Internet à Oméga (avec un abonnement au plan Alpha); le service Wifi 360 et les applications Parent + et Défense + sans frais pendant 3 mois et aucuns frais d'installation. Abonnement à un forfait de télévision obligatoire. Engagement de 12 mois à conserver les 2 services (télévision et Internet). Ne peut être jumelé à une autre promotion. Réserve aux nouveaux clients uniquement. Certaines conditions s'appliquent. Promotion sujette à changement sans préavis. Taxes en sus.

Babillard Jeunesse | Pleins feux sur nos jeunes



(CR) Nous voilà déjà à présenter les deux derniers préférés de la classe de 5^e de M. Marc-André, enseignant à l'école Montagnac. Qu'on allume les projecteurs!



Crédit photo : Courtoisie

Charles Tremblay

Naturel, allumé et d'un enthousiasme débordant, Charles est ce parfait monsieur Bonheur, cet élève curieux et ambitieux connecté aux valeurs du cœur. C'est un humain tellement attachant... rempli d'une bonté infinie, doué pour faire naître les sourires chez autrui.

Artiste dans l'âme, c'est un grand sensible qui se laisse guider par ses émotions. Il nous foudroie par ses dessins à main levée, par son geste créateur inné. C'est un être volubile et expressif qui adore interpréter, nuancer... tout simplement incarner. Sous les projecteurs, il se livre avec abandon. Il est fier, rigoureux, engagé... Il a cette faculté à toucher. C'est un mordu de l'univers dramatique et un passionné de tout c'qui est « punché » et humoristique.

Sans oublier qu'il a un esprit logique avec lequel il jongle avec tant d'agilité, tant de perspicacité, de clairvoyance.

Joueur de hockey et de soccer d'exception, dès qu'il met les pieds sur le terrain ou qu'il arrive à l'aréna, son attitude positive donne le ton. Bienveillant, il rallie avec facilité, encourage, incite à se mobiliser, à se mettre en action. C'est l'image que l'on veut à la tête d'une équipe, d'une organisation... puisqu'il incarne les valeurs de respect, d'effort, d'excellence et d'inclusion. Tout le stimule, l'enchanté, l'émerveille et il l'exprime avec confiance et spontanéité parce que oui, il n'a pas peur de s'affirmer, de dire sa véritable pensée, de témoigner toute sa gratitude, de reconnaître la chance qu'il a de vivre, d'exister.

Mon préféré, continue d'être cet ambassadeur de choix qui n'a aucune limite à sa portée! À ton contact, on se sent invincibles... on sait que tu seras là, que tu t'appliqueras et que tu donneras tout ce que tu as. Tu es une véritable tête d'affiche, un être charismatique, spécial, authentique et motivant qui scintille très fort en dehors comme en dedans.



Crédit photo : Courtoisie

Émy Pilote

Assumée, authentique, motivante et motivée, Émy trace sa route la tête haute sans se laisser influencer. Elle a cette facilité à intervenir, à s'imposer, à partager son opinion et à défendre ses convictions. Elle a de l'audace, de la répartie, « du chien »... et il faut avoir de méchants bons arguments pour la voir changer de camp. Son énergie positive est foudroyante. Dès qu'elle s'emballé, elle contamine tous ceux qui l'entourent et pas moyen de rester immobilisés... on se rallie à son intensité!

D'une grande intelligence émotionnelle, son discours réflexif est toujours puissant et articulé avec doigté. Que dire? Elle a une plume enivrante où s'entremêlent vocabulaire enrichi, structures de phrases instinctivement brillantes

étant remplies de rythme et de poésie. Par son charisme et les nuances qu'elle déploie avec justesse quand elle prend la scène d'assaut... par son talent indéniable sous les projecteurs ou même quand elle exprime sa créativité avec ses crayons ou ses pinceaux, elle fascine notre univers, nous fait réaliser que d'« elle » on en veut toujours plus, on n'en a jamais de trop.

Attentive, rigoureuse, curieuse, engagée et appliquée, elle apprécie se voir confier des mandats, des responsabilités et prend son rôle d'apprenante bien au sérieux... tout en étant à l'aise d'ajouter son brin de folie sans contredit. C'est une passionnée des blagues « plates » qui ne font rire personne, mais elle oui!

Continue d'ajouter cette touche distinctive partout où tu passes. Tu portes quelque chose en toi de grand et fort... quelque chose d'indescriptible, de magique, d'étincelant qui nous donne le goût de faire partie de ton histoire. Tu es un modèle d'inspiration, d'engagement et d'ambition... une personne humaine marquante qui ne fait que commencer à déployer tout ce que tu caches de majestueux et de bon. ■



ASSEMBLÉE
NATIONALE
DU QUÉBEC

BONNE FÊTE NATIONALE À TOUS!

Célébrons notre fierté et notre solidarité.





SYLVAIN LÉVESQUE
DÉPUTÉ DE CHAUVEAU
DEUXIÈME VICE-PRÉSIDENT DE L'ASSEMBLÉE NATIONALE

☎ 418-842-3330
📍 1680, avenue Lapierre, bureau 201
Québec (QC) G3E 0G1
✉ sylvain.levésque.chau@assnat.qc.ca



Fête nationale
du Québec

Un spectacle novateur au parc national de la Jacques-Cartier

La Rivière qui vient de loin

CAROLE ROY

caroleroy@journal-local.ca

C'est cet été, du 15 juillet au 18 août, que l'on pourra vivre l'expérience du spectacle déambulatoire en pleine nature, *La Rivière qui vient de loin*.

Présenté à la brunante, au km 3 du parc national de la Jacques-Cartier, *La Rivière qui vient de loin* propose acrobaties, musique TRAD, conte, théâtre, vidéo et danse. Une aventure artistique sur la mémoire sensible de la rivière Jacques-Cartier. Quelques représentations sont également offertes à l'intérieur, et en après-midi, à l'amphithéâtre du parc.

Dans cette œuvre écrite et mise en scène par Arielle De Garie, la rivière est personnifiée et visite trois axes historiques.

1682 : La rivière tente de consoler Ashakumu, un père Innu du Piékouagami (Lac-Saint-Jean), qui emprunte des sentiers près de la Daoioli (rivière Jacques-Cartier) pour se rendre à Wendake dans le but de trouver une femme pour son garçon. Le père en colère souhaite empêcher son fils d'aimer une femme « blanche ».

1951 : La rivière voit les draveurs comme des surhommes. Par la drave, elle découvre des sensations qu'elle n'avait jamais encore éprouvées. Elle se sent la maîtresse de ces bûcherons, mais s'intéresse particulièrement

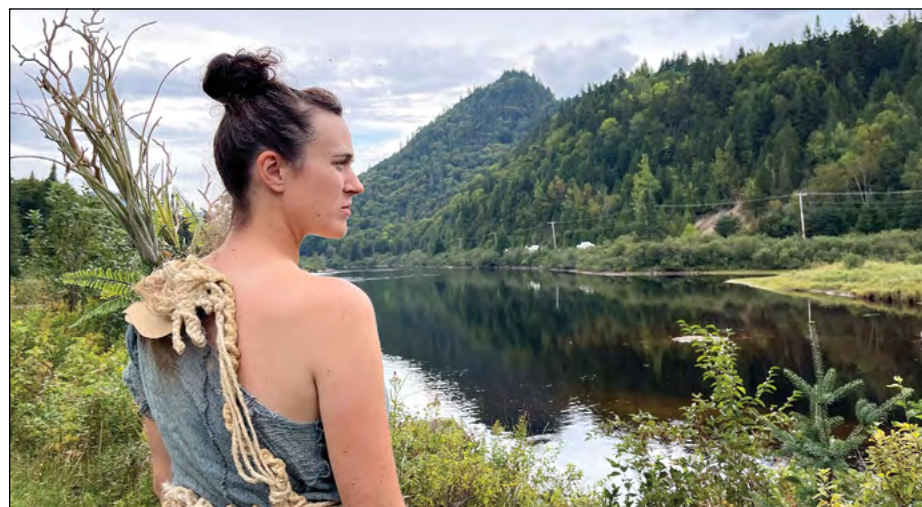
à deux d'entre eux, Martial et Lionel, qui s'aventurent dans une amitié interdite.

1972-73 : La rivière assiste à son ultime combat. Hydro-Québec veut y construire des barrages. Cependant, un groupe de Tewkesbury fait naître le comité pour la conservation de la Jacques-Cartier. Marie, la secrétaire, se bat dans l'ombre... mais pour Rivière, qui lui confie son destin, c'est elle la vraie héroïne de la lutte.

La création du spectacle

« Mes racines ont poussé à Tewkesbury, en même temps que mes enfants, dans ce territoire qui est devenu ma terre d'adoption », commente Arielle De Garie. « J'habite dans une maison qui, par ses fenêtres, offre la rivière Jacques-Cartier en tableau. Je ne peux que me sentir concerné par l'expression et la souvenance de ces eaux. »

En 2021, grâce à une bourse du Conseil des arts et des lettres du Québec (partenariat territorial), Arielle écrit un texte dramaturgique en fiction historique intitulée *La Rivière qui vient de loin*. Le titre fait écho à une appellation autochtone : pour les Wendats, la Jacques-Cartier se nomme Daoioli, soit la rivière qui vient de loin, escortée par les montagnes. S'en suit un partenariat avec le parc national de la Jacques-Cartier (Sépaq), ce qui permet à l'œuvre d'être présentée sur leur territoire. Les explorations et recherches nécessaires pour la création du spectacle



Crédit photo : Annabelle Roy

C'est la comédienne Valérie Boutin qui incarnera l'esprit de la rivière Jacques-Cartier. Le spectacle a été créé dans l'immense respect de la faune et de la flore du parc, en suivant les règlements des lieux.

ont débuté au printemps 2022, dans le parc national.

Les représentations

La Rivière qui vient de loin sera présentée du mercredi au dimanche, du 15 juillet au 18 août, à la brunante au km 3. Si les conditions météorologiques ne permettent pas une représentation extérieure, elle aura lieu à l'amphithéâtre du km 10, 30 minutes plus tard.

Il faut pouvoir se déplacer dans un sentier étroit de niveau débutant, sur terre battue avec quelques dénivelés.

Billets en vente sur : www.spectacleriviere.com

Chaque billet comprend une entrée au parc le jour même. Quelques places sont disponibles pour des personnes en situation de handicap (physique, visuel et/ou auditif) qui voudraient vivre l'expérience en extérieur ou en intérieur. Communiquez au 418 570-4513 pour plus d'informations. ■

DIMANCHES ET MERCREDIS SOIR À PETITS PRIX

3 ENTRÉES À 8\$

- Cassolette d'escargots au vin blanc et raisins
- Soupe à l'oignon gratinée
- Malakoffs

5 PLATS À 25\$ INCLUANT UNE PINTE DE BIÈRE OU UN VERRE SÉLECTIONNÉ

- Demi-côtes levées, cuisson lente 24 h, frites allumettes maison et salade de chou
- Général Tao au tofu ou au poulet
- Pizza 9 pouces garnie, croûte épaisse
- Raviolis aux champignons, sauce crème et zucchini grillés (végé)
- Linguines au canard confit, gras de canard, poireaux, noix de pin, tomates cerises et parmesan



JEUDIS TARTARES 20\$

120 g de saumon de l'Atlantique ou bœuf AAA ou du chef



Batifol
LAC-BEAUPORT

995, boul. du Lac, Lac-Beauport
418 841-0414, #1
batifollacbeauport.ca



ANDRÉ DUSSAULT.com

Sotheby's | Québec

INTERNATIONAL REALTY

DE L'INTERMÉDIAIRE À LA MAISON DE LUXE

POUR VOUS SERVIR AUX 4 COINS DE LA RÉGION

andredussault.com

418 **849-0555**

418 **956-8605**

LUXE



SILLERY. Architecture sublime et de haut niveau, ce qu'il y a de plus haut de gamme en matériaux. Trigénération, cuisine à faire rêver, immense salle des maîtres avec balcon, garage. **3 950 000 \$**

CONDO



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 \$**

**VENDU
EN 15 JOURS**



LAC-BEAUPORT. 21, chemin de l'Ancêtre. P.D. **1 370 000 \$**

BORD DE L'EAU



LAC-BEAUPORT. Du jamais vu! Un des plus beaux terrains sur le bord du lac Tourbillon. 150 pieds de façade côté sud, donc coucher de soleil et intimité complète. Le tout avec une terre à l'arrière de 1 200 000 pi². **560 000 \$**

VENDU



VAL-BÉLAIR.
2281, Industrielle. P.D. **499 000 \$**

FERME



ST-AUGUSTIN-DE-DESMAURES. Rareté, 2 200 000 pi² de terre cultivable avec plusieurs bâtiments. Grange de près de 100 pieds de long, grande maison victorienne d'époque. Un projet, l'équestre, l'amusement, les espaces. **1 375 000 \$**



DOMAINE

SAINT-MICHEL-DE-BELLECHASSE. Domaine exceptionnel de 95 000 pi² avec plus de 220 pieds de façade sur le fleuve. Vue époustouflante, garage, tennis, piscine, maison d'invités à deux pas de la marina. Incroyable! **1 495 000 \$**



AUBERGE

VALCARTIER. Belle auberge de 12 chambres de style petit hôtel avec resto-pub achalandé et rentable, située seulement à 400 mètres du célèbre Village vacances Valcartier. Bâtiment adjacent avec un 4½ et un 3½. **1 200 000 \$**



VENDU

CHARLESBOURG.

21 255, Henri-Bourassa. P.D. **565 000 \$**



URGENT

SAINT-ÉMILE. Secteur recherché, cottage 28x28, avec agrandissement de 16x46 sur 2 niveaux. Poss. de bigénération. 4 chambres, poss. de 6, 2 sdb, 2 se, garage, salle familiale, foyer au gaz, grande terrasse orientée SUD donnant sur le terrain de golf. **597 000 \$**



GRANDIOSE

ST-AUGUSTIN-DE-DESMAURES. Rareté, 2 200 000 pi² de terre cultivable avec plusieurs bâtiments. Grange de près de 100 pieds de long, grande maison victorienne d'époque. Un projet, l'équestre, l'amusement, les espaces. **1 500 000 \$**



NEUVE

SHANNON. Construction neuve, 3 chambres, foyer, permettant location court terme, projet innovateur avec retour sur l'investissement. **520 000 \$ + TX**



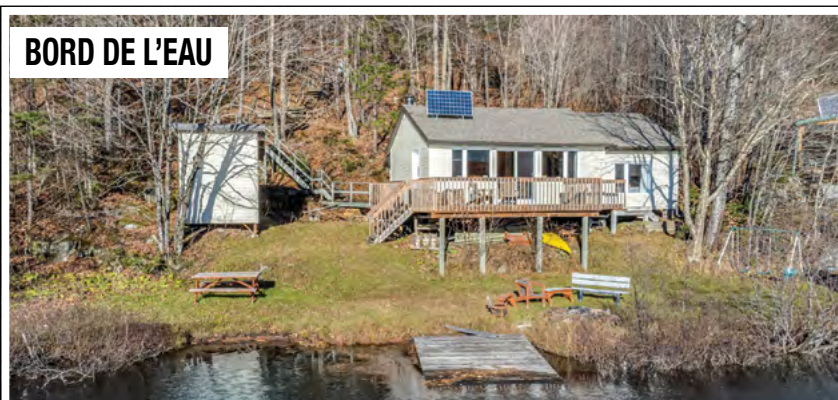
CONDO

PETITE-RIVIÈRE-SAINT-FRANÇOIS. Condo de villégiature situé directement au pied des pentes du Massif de Charlevoix. Location court terme permissif. Secteur en pleine croissance. **467 000 \$**



NOUVEAU

ST-AUGUSTIN-DE-DESMAURES. Magnifique construction 2019, pleine d'espace, 4 ch. et 2 sdb à l'étage, pl. radiants sur les 3 niv., cuisine de rêve, gym, billard, bar, garage double excavé avec élévateur, deux terrasses, orientation sud-ouest, terrain de 43 000 pi². À deux pas du lac Saint-Augustin. **985 000 \$**



BORD DE L'EAU

LAC-BEAUPORT. Direct sur le lac McKenzie. À 15 minutes du centre de ski, ce chalet est rénové, 2 chambres, plein de cachet. Le calme, tout y est! **239 000 \$**

L'ÉQUIPE



SABRINA MARTINEZ
Courtier immobilier | Résidentiel



NOËL GINGRAS
Courtier immobilier | Résidentiel et commercial



Crédit photo : Courtoisie

Classe de 5^e de M. Marc-André.

Quand les élèves brûlent les planches *Christophe, l'enfant qui rêvait...*

(CR) C'est devant leurs amis et leur famille que les élèves de Montagnac, classe de 5^e année de M. Marc-André et les membres de la troupe de théâtre parascolaire Les Mousquetaires, présentaient en avril dernier la pièce *Christophe, l'enfant qui rêvait*. Talent indéniable et fierté bien méritée!

Le mardi 4 avril, c'est avec fierté et un talent indéniable que les apprentis comédiens/techniciens de la classe de 5^e année de M. Marc-André ont présenté le fruit de leur projet théâtral *Christophe, l'enfant qui rêvait*. Le 6 avril, c'était au tour de la troupe de théâtre

parascolaire « Les Mousquetaires » de brûler les planches sous la même formule.

Le monde du cirque était le cadre au sein duquel les artistes ont évolué. L'émotion était au rendez-vous avec ces artisans qui ont su tendre la main à Christophe, un jeune orphelin aveugle, vivant tel un ermite dans le grenier d'un théâtre.

L'histoire de Christophe

Jeune orphelin, Christophe est laissé au soin de sa tante Madeleine lors du décès de sa mère. Ce gamin différent trouvera refuge



Crédit photo : Courtoisie

Charles Tremblay dans le rôle de Christophe.



Crédit photo : Courtoisie

Émy Pilote dans le rôle de Boussole.



Crédit photo : Courtoisie

De la troupe Les Mousquetaires, à l'avant, de gauche à droite : Dalia Ferrandiz, Livia Jacob et Victor Morin-Boily. À l'arrière, dans le même ordre : Xavier-Alexandre Déry, Célianne Reid et Évie Boisteau.



Crédit photo : Courtoisie

De son propre chef, Jasmine Parent a appris « Photograph » d'Ed Sheeran afin d'ajouter un plus à la production.

dans le grenier d'un théâtre à l'écart de toute la vie artistique qui fourmille sous ses pieds. Au moment où le cirque bat de l'aile, où l'institution a besoin d'un second souffle, les artistes qui le découvriront lui tendront-ils la main ou lui fermeront-ils la porte comme tous les autres auparavant?

Il faut absolument féliciter tous les artistes pour ces représentations d'envergure dont la

qualité de l'interprétation, des nombreuses acrobaties, des prestations musicales et celles des arts du cirque de même que du synchronisme des chorégraphies en ont impressionné plus d'un!

Saluons également les parents d'élèves ainsi que Catherine Richard et Geneviève Lessard pour leur implication exceptionnelle dans cette aventure. ■

CHASSE-MOUSTIQUES AUX HUILES ESSENTIELLES sans toxicité

DANS UNE BOUTEILLE VAPO DE 27ML
30 GOUTTES D'EUCALYPTUS CITRON
12 GOUTTES DE GÉRANIUM
8 GOUTTES DE PATCHOULI
COMPLÉTER AVEC DE L'HUILE DE
COCO FRACTIONNÉE

Les huiles essentielles doTERRA certifiées pures et testées sont efficaces et sécuritaires pour toute la famille. Nous pouvons les ingérer, cuisiner avec, les appliquer sur la peau et les diffuser sans danger.



Josée Ruelland

Représentante doTERRA et fondatrice
du marché Canada-Français
joseruellandinc@gmail.com



SCAN ME

*Je choisis les essentielles
doTERRA Certifiées Pures
et Testées (CPTG).

Contactez-moi pour vous en procurer, apprendre
à les utiliser ou devenir représentant



Crédit photo : Marc Thibault

La chorégraphie de cirque qui a subjugué les spectateurs.



Crédit photo : Marc Thibault

La troupe parascolaire Les Mousquetaires.

Parce que vivre c'est tout ça Sans frontière

ARIELLE DE GARIE

Collaboration spéciale

En 2010-2011, j'étais partie avec mon complice et amoureux, Stéphane Demers, faire une aventure dans les Amériques. L'objectif consistait à créer un documentaire sur le bonheur, sur ce qu'est cet état et comment les gens d'ailleurs vivaient ce concept. Nous avons fait l'épopée en voiture et avons voyagé plus d'une année à travers 15 pays. Voici un souvenir de notre passage en Colombie.



Crédit photo : Stéphane Demers

Arielle De Garie

Un terrain de soccer s'étirait à quelques mètres derrière nous, adjacent à l'endroit où nous nous étions arrêtés pour quelques nuits. Stéphane venait de terminer de laver l'extérieur de notre voiture, chose que nous n'avions pas faite depuis notre passage à Los Angeles, lorsqu'un homme s'est approché pour lui demander s'il voulait venir jouer une partie de *fútbol* avec eux. Il leur manquait un joueur. Des invitations comme celle-là, où on appelle au partage, au ludique et à la rencontre, ça ne se refuse pas!

Après quatre années d'arbitrage, ayant été entraîneur pour une équipe U-16 masculin et responsable de l'une des portions Soccer des loisirs de Saint-Apollinaire, pas besoin d'expliquer les règles très longtemps à mon Zinedine Zidane.

Sur le terrain, il s'est fait tendre une paire de souliers à crampons — un point trop petit, mais c'est toujours bien mieux que rien — son dilemme était enfin réglé! Et puisqu'ils ne le connaissaient pas encore et n'avaient aucune idée de tout son passé, ils lui ont prié d'être « goal keeper ». Mon homme à moi allait donc protéger le si précieux filet de son équipe!

Les hommes se sont élancés. Avec ce qu'ils donnaient comme cœur au jeu, ce n'était certainement pas seulement pour brûler des calories. La passion du ballon rond courrait dans chacune de leurs enjambées et vous pourrez en parler aux mains de Stéphane qui ont stoppé 80 % des plombs,



Crédit photo : Arielle De Garie

Durant le match en Colombie. Si les images sont floues, les souvenirs dans nos mémoires sont encore vifs et clairs.

elles témoigneront par leurs enflures que pour les Colombiens le *fútbol* c'est du sérieux.

La langue n'était plus une frontière; que les joueurs viennent de Bogotá ou de Saint-Germain-de-Grantham, pas besoin de parler pour partager une même idée, un même but, pas besoin de s'expliquer pour comprendre la fierté ressentie d'un match bien joué, les mots perdent leurs sens quand vient le temps d'exprimer l'euphorie du temps que l'on suspend, l'un pour l'autre, afin de s'offrir le bonheur de partager... Et tout cela va bien au-delà du jeu, c'est le langage universel, celui des sentiments, de la grandeur des émotions, où la tête et ses réflexions n'ont plus leur place.

Entre les izquierda-derecha-centro-go-go, moi, je pratiquais mon espagnol avec un jeune garçon, fils de l'un des joueurs. On se

racontait le froid du Canada et la beauté de la Colombie, tout en paraphrasant le match comme de vrais commentateurs sportifs. Et avec les coups de sifflet des oiseaux qui, du haut de leurs arbres, n'en finissaient plus de piailler au soleil qui se couchait, le score final est tombé: 7-5 pour l'équipe adverse. Mais sur la défaite, Stéphane n'avait aucun pouvoir... pour gagner, il ne s'agit pas seulement d'avoir une bonne défense, il faut aussi la volonté et le courage de monter à l'attaque.

Mais avant que chacun ne s'en retourne, tous sont venus témoigner à Stéphane de leur fierté et de l'honneur qu'ils ont ressenti de l'avoir eu sur le terrain ce soir-là. Certains souhaitaient même le voir devenir Colombien... un aussi bon gardien! ■

Fête Nationale

VENDREDI 23 JUIN

Parc des Fondateurs - 15h à 23h
Stoneham-et-Tewkesbury

Entrez dans la danse!



Maquillage



Jeu gonflable



Spectacle groupe
WEST



Cheerleading



Œuvre collective



Discours patriotique
Hommage au Drapeau



Feu de joie
Feux d'artifice



Demos. Danses

Programmation sur villestoneham.com





Démystifier le marketing relationnel

Entretien avec Josée Ruelland

CAROLE ROY

carolero@journal-local.ca

Le marketing relationnel existe depuis longtemps. Cependant, depuis la pandémie, cette manière de faire des affaires semble avoir explosé. Josée Ruelland, entrepreneure dans l'âme, est enfin sur son X grâce à ce modèle entrepreneurial.

Depuis maintenant 4 ans, Josée Ruelland est représentante doTERRA. Oui, on parle ici d'une entreprise bâtie sur le marketing relationnel, non, nous ne discuterons pas sur les huiles essentielles, et oui, elle gagne bien sa vie. Qu'est-ce qui peut bien motiver une femme, issue du monde du tourisme, qui a travaillé dans les plus grandes entreprises, à changer de cap et prendre ce tout autre virage dans sa vie professionnelle?

Contrairement à ceux qui ont tenté l'expérience et qui ont jeté la serviette après quelques mois, Josée fait partie de ceux à qui cela a souri. Pourquoi se lancer dans ce que plusieurs appellent péjorativement le « maudit système pyramidal »?

« Même si tu travailles 60-70 heures par semaine, tant que tu es employé, tu ne gagneras jamais plus cher que ton patron », fait remarquer Josée Ruelland. « La pyramide, selon moi, existe dans le modèle traditionnel et peu importe ce que l'on fait, on a toujours quelqu'un au-dessus de soi. En fait, tu ne pourras pratiquement jamais prendre sa place à moins que tu achètes l'entreprise. Et cette manie de dire qu'untel va faire de l'argent sur mon dos avec son entreprise "pyramidale"! Là, on vient d'acheter un café avant l'entrevue... la propriétaire fait de l'argent sur mon dos, elle fait un profit. C'est ainsi dans toutes les entreprises. Il faut changer nos mentalités. Dans le marketing relationnel, tu es payé à l'effort. L'argent ne tombe pas du ciel, tu ne seras pas millionnaire après 6 mois, en travaillant de ton cellulaire, 5 heures par semaine, les deux pieds dans le sable! Si tu es travaillant, tu vas réussir

et la qualité première pour y arriver, ça prend une mentalité d'abondance et non de manque.

Réussite VS échec

Pour expliquer le haut taux d'abandons qui fait ombrage à ce modèle d'affaires, Josée l'explique par l'investissement de départ qui est minime, on ne parle pas d'achat ou d'ouverture d'entreprise avec pignon sur rue. Ainsi, c'est facile de lâcher au bout de quelques mois si les espoirs monétaires ne sont pas comblés quand on sait qu'on n'y perdra pas sa chemise, ni même sa chaussette. « Par contre, si tu as réhypothéqué ta maison pour 200 000 \$, tu feras tout pour que ça fonctionne », souligne-t-elle. « Pour réussir, il faut avoir un esprit entrepreneurial et vouloir en faire une carrière. Et pour atteindre de hauts niveaux, ce qu'il faut par-dessus tout, c'est croire en son produit, y croire vraiment. »

Pourquoi doTERRA?

À 20 ans elle rêvait d'être naturopathe, mais la vie l'a amenée ailleurs. Quand doTERRA est arrivé sur sa route, elle a été conquise par la pureté de ces huiles essentielles non toxiques, par le côté santé et bien sûr le modèle d'affaires. « Je me suis dit OK, là je combine deux affaires exceptionnelles pour ma vie professionnelle, un domaine qui me passionne et la possibilité d'avoir une liberté financière, sans routine, avec toujours de nouveaux défis, de nouvelles personnes à rencontrer, de nouveaux produits à découvrir, de nouvelles formations à offrir. Il faut aussi penser publicité, comptabilité... Il y a tellement de choses à apprendre en tant qu'entrepreneure! Si tu réussis, c'est toi, si tu échoues, c'est toi. Il faut prendre les rênes de sa vie et accepter les détours qui nous aident à comprendre », dit-elle avec philosophie. « Et tant que la compagnie est tatouée sur ton cœur, que la mission est belle, c'est ce qui fait que tu te lèves tous les matins avec enthousiasme. Je me vois vraiment vieillir avec doTERRA », conclut-elle.

Pour en savoir davantage sur son entreprise et sur le marketing relationnel, visitez sa page Facebook à www.facebook.com/joseehappytree. ■



Crédit photo : Courtoisie

Josée Ruelland y croit fermement, doTERRA est la meilleure entreprise de marketing relationnel, car ça change la vie des gens.

La danse d'avant



Les de Veillées
danse
de la Fête
nationale

SOUFFLER
LES
BRAISES

GRATUIT

18 juin 2023

dès 13h30

à la Patinoire du
Parc des Fondateurs
(117, 1^{ère} Avenue, Stoneham)



En partenariat avec :

Québec

En sentier ou dans les prés,
ils poussent comme des....

Les champignons, de drôles d'habitants dans la nature



Crédit photo : Banque d'image Unsplash - @Lucas van Ort

Armé d'un petit guide papier servant à l'identification, on prendra soin, en cas de doute, de photographier le spécimen pour s'assurer de son identité.

COLLABORATION SPÉCIALE :
ROMAIN REBIFFE
Candide Villeneuve Paysagiste inc.

info@monpaysagiste.com

Ils sont partout autour de nous, dans la forêt ou dans les prés, mais aussi parfois dans les jardins. Sitôt que l'on s'en va se balader sur ou hors sentiers, nous croisons leur chemin, les champignons. Ce sont les fruits du mycélium, ce réseau souterrain composé de millions de filaments destinés à l'échange d'informations et de nourriture entre les plantes, les arbres et les champignons que l'on peut donc récolter au même titre que les fruits d'un arbre.

Présents dès le printemps et jusqu'après les premières gelées de l'automne, pour certains ils représentent de véritables petits trésors que l'on prendra autant de plaisir à trouver qu'à déguster. Mais attention, la règle numéro un pour le consommer est de l'avoir identifié avec 100 % de certitude et impossible de passer outre cette règle, sous peine de maux pouvant aller de bénins inconforts gastriques à de bien plus terribles.

Bien avant de penser à les manger, il faut apprendre à les connaître pour savoir où les chercher. En débutant dans cette activité, il est important de se concentrer sur des espèces courantes et qui ont peu de faux amis leur ressemblant. Chaque famille a ses milieux préférés pour se développer, mais ce n'est pas une science exacte et on pourra parfois avoir l'agréable surprise de découvrir un spécimen là où il n'aurait pas dû se trouver, ce sont des cadeaux de la nature.

Ainsi, on s'intéresse au milieu qui nous entoure. Le type d'arbres, la nature du sol, l'exposition au soleil sont autant de

facteurs qui vont nous indiquer quelles espèces on peut s'attendre à trouver. Armé d'un petit guide papier pour dégrossir l'identification, on prendra soin, en cas de doute, de photographier le spécimen avant de le récolter et ensuite de réaliser une sporée pour s'assurer de son identité. Les spores sont différentes d'un champignon à l'autre, de par leur couleur et leur forme, et aideront à confirmer son hypothèse.

Ainsi, dès le printemps, on pourra se mettre en quête de la girolle, ce champignon au goût de noisette qui est aisément identifiable. Plus tard dans l'été, le champignon homard, de son vrai nom dermatose des russules, qui lui ne peut se confondre avec aucun autre, tant sa forme et sa couleur sont particulières. Enfin, à l'approche de l'automne, la famille des bolets fera son apparition ainsi que les craterelles et les pieds de mouton. Ces deux derniers sont parmi les spécimens que l'on pourra récolter le plus tardivement à l'automne.

Pour bien débuter en tant que cueilleur, le mieux est d'accompagner quelqu'un qui s'y connaît. Si vous êtes autodidacte, prenez le temps et choisissez d'apprendre à connaître un à deux champignons par an sur le bout des doigts. La règle du cueilleur est de les récolter jeunes, les plus anciens servant à la reproduction et un seul spécimen si on veut l'identifier chez soi. Toucher un champignon non comestible n'est pas dangereux pourvu qu'on ne l'ingère pas. On veillera donc à se munir d'un panier où séparer les champignons sans les briser sera aisé. Dans tous les cas, s'il persiste un doute alors pas de doute, on ne consomme pas!

Une fois sûr de vous, il ne vous reste qu'à les déguster bien cuits ou à les garder pour plus tard, les méthodes de conservation étant diverses. Bonne cueillette à tous! ■

LES ESPACES EXTÉRIEURS, NOTRE PASSION



Entreprise familiale
Depuis 1956



Conception de plan
Aménagement paysager
Éclairage extérieur

monpaysagiste.com

418.849.3405



Défi mise en forme Canac, mission réussie! 92 équipes contribuent au succès!

CAMÉLIA CÔTÉ

Responsables des minimes, de l'Académie et des réseaux sociaux du club de soccer de Lac-Beauport

Collaboration spéciale

Organisé par l'Association de soccer de Lac-Beauport (ASLB) avec l'aide des joueuses de la catégorie U14, le Défi mise en forme Canac est réservé aux jeunes âgés de 9 à 16 ans et il est offert dans diverses catégories. Ce festival a pris de l'ampleur ces dernières années, l'association et ses organisateurs en sont bien fiers.

Plusieurs équipes de la région étaient présentes et ont permis de faire de cette édition un succès. En effet, cette année pas

moins de 92 équipes étaient de la partie, soit plus de 1 200 joueurs qui ont répondu présents à cet événement. Ce rassemblement présaison a pour but de préparer les joueurs et leurs entraîneurs à la saison estivale. Son objectif est d'y jouer plusieurs matchs amicaux pour parfaire et effectuer les derniers changements tactiques afin d'être fin prêt pour le début de la saison. C'est aussi l'occasion d'avoir du plaisir et de rassembler les adeptes de soccer.

Les supporters ont effectivement répondu à l'appel durant cette fin de semaine d'activité malgré la pluie du dimanche. L'ambiance était à son comble sur nos deux sites d'activités, Stoneham et Lac-Beauport. Les jeunes et moins jeunes ont eu la chance de s'amuser dans les jeux gonflables et de prendre plaisir

avec l'animation de nos bénévoles sur place. De plus, le service de cantine a fait fureur avec la diversité de choix à son menu! L'implication des parents, des joueuses et joueurs bénévoles a permis de faire de cet événement un festival inoubliable pour tous.

Les fonds amassés durant cette fin de semaine serviront en partie à financer le projet des joueuses U14 qui ont comme objectif de se rendre au Mexique en avril 2024. En effet, la Gothia Cup aura lieu au mois d'avril prochain à Cancún. Cela va leur permettre de prendre part à un tournoi international et de se mesurer aux meilleures équipes au monde. Les filles auront donc la chance de vivre une expérience inoubliable et enrichissante. C'est une belle façon de boucler la boucle après tant d'effort et d'années à se préparer pour cet événement qui va leur permettre de ressortir grandies. Ce n'est pas la première génération à prendre part à des événements internationaux dans l'organisation. Effectivement, les troupes d'Helder Duarte ont ouvert le bal en 2014 dans l'État de New York et elles ont répété l'expérience en 2017 au Portugal.



La bonne humeur était présente à la cantine de Stoneham. Merci à nos trois jeunes bénévoles.

Crédit photo : Camélia Côté

Nous tenons à remercier nos partenaires, nos commanditaires, nos organisateurs, nos participants ainsi que nos bénévoles sans qui la tenue du festival n'aurait pas été possible. Au plaisir de vous y revoir en grand nombre pour l'édition 2024!

Il y aura une activité porte ouverte le samedi 10 juin pour les résidents de Lac-Beauport. Ce sera l'occasion de découvrir qu'est-ce que le soccer au sein de l'ASLB et d'y rencontrer certains membres de l'équipe. On vous y attend! ■



Une joueuse en action portant fièrement les couleurs de l'ASLB.

Golf

Stoneham

Club de Golf Stoneham

Jouez au golf

sur l'un de nos 2 magnifiques parcours

- Tarifs spéciaux dès 13 h
- Terrains en **excellente** condition
- **9 trous** disponibles

Profitez-en!

Réservation : **418-848-2414**
56, 1^{ère} avenue, Stoneham, Québec
www.golfstoneham.com

À vélo, de Chicoutimi à Lac-Beauport Le Raid du Saiso



De gauche à droite : Thomas Desforges, Christian Lachance, Stéphane Vallières et Jean-Philippe Lehuu.

Crédit photo : Courtoisie

CAROLE ROY

caroleroy@journal-local.ca

Quoi de neuf au Saiso, demandez-vous? Rien de moins que le Raid du Saiso! En avant pour le défi sportif!

Thomas Desforges, membre du conseil d'administration du Saiso et résident de Lac-Beauport, a entrepris de lancer le Raid du Saiso. Il s'agira de traverser la réserve faunique des Laurentides en vélo de montagne, plus précisément 250 km de Chicoutimi vers Lac-Beauport.

Jean-Philippe Lehuu, le directeur général du Saiso, a décidé de se joindre à lui dans cette belle aventure afin d'amasser des fonds pour l'organisme.

Pourquoi faire ce raid? Comme plusieurs Lac-Beauportois, Thomas a à cœur le Saisonier et il souhaite en assurer sa pérennité afin que les enfants puissent et continuent à l'apprécier encore longtemps.

Dans cette aventure, nos deux cyclistes peuvent compter entre autres sur le soutien de deux entrepreneurs d'ici: Christian Lachance, propriétaire de La Boutique du Lac, ainsi que Stéphane Vallières, propriétaire du magasin Vélo du Lac.

Les dons, petits ou grands, pour soutenir ce défi, se font sur la plateforme Zeffy que l'on trouve aisément en tapant dans la barre de recherche Zeffy raid saiso 2023.

Les dates à retenir

Le départ se fera le 16 août du Vieux-Port de Chicoutimi et l'arrivée est prévue le 18 août en après-midi à Lac-Beauport. Il y aura de quoi célébrer puisque ce sera d'ailleurs la dernière journée du camp 2023 au Saiso.

Pour connaître tous les détails du Raid, de l'arrivée et des festivités, n'hésitez pas à consulter régulièrement la page Facebook du Saisonier ou celle de Thomas Desforges. ■

SPECTACLE DÉAMBULATOIRE EN NATURE

La Rivière qui vient de loin

2023
15 JUILLET AU 18 AOÛT

AU KM3 DU PARC NATIONAL
DE LA JACQUES-CARTIER

Texte et mise en scène d'**ARIELLE DE GARIE**
Une production de **SOUFFLER LES BRAISES**
En collaboration avec le **PARC NATIONAL
DE LA JACQUES-CARTIER (SÉPAQ)**

UNE VERSION EN AMPHITHÉÂTRE
EST AUSSI OFFERTE



[SPECTACLERIVIERE.COM](https://spectacleriviere.com)

Club de Canoë-Kayak Lac-Beauport

Des nouvelles de nos athlètes

(CR) Avant d'amorcer la saison estivale du Club de Canoë-Kayak Lac-Beauport (CCKLB), faisons un retour sur les plus récentes actualités concernant les athlètes.

Après une pause de 3 ans, le camp d'entraînement du club était enfin de retour. Contrairement à 2019 où ils s'étaient rendus au Portugal, cette fois-ci, c'est dans le Sud de la France du 24 avril au 8 mai que les athlètes se sont entraînés.

Bien entendu, l'objectif de ce camp était différent selon le niveau des 27 athlètes présents.

Pour certains c'était une première expérience et l'objectif était de consolider tout ce qu'ils ont appris dans les derniers mois alors que pour d'autres, on visait une qualification pour les Championnats du monde junior et M23 qui auront lieu en Italie en juillet.

Coupe du Monde senior

Pierre-Luc Poulin et Alix Plomteux, quant à eux, ont participé à la Coupe du monde qui se tenait du 11 au 14 mai à Szeged en Hongrie.

Ils ont démontré leur potentiel dans un contexte très relevé et des conditions météo difficiles. La densité



Les athlètes en camp d'entraînement dans le Sud de la France.

Crédit photo : Courtoisie

de la compétition était extrême en cette année de qualification olympique, mais tous deux restent dans la course aux quotas olympiques.

Leurs demi-finales sur 500 m en K2 et K4 pour Pierre Luc et en C2 pour Alix leur ont permis de se classer en finale B avec de bons résultats! On note pour Alix une 6^e place en finale du C1 500 m à 6 dixièmes de secondes du podium!

Le prochain rendez-vous pour tous les athlètes de haut niveau du CCKLB, les essais de l'équipe nationale de vitesse qui auront lieu du 23 au 25 juin prochain au bassin olympique de Montréal. ■

Une levée de fonds qui porte fruit 12 000 \$ amassé au profit de Rafaelle Carrier

(CR) Quelle belle réussite que ce 5 à 7 organisé par Noémie Tremblay au profit de la cycliste Rafaelle Carrier le 27 avril dernier à la Buvette du Moulin! Une levée de fonds qui a vraiment porté fruit!

En organisant cette levée de fonds au profit de Rafaelle Carrier, Noémie Tremblay, courtier immobilier, était convaincue que son réseau d'amis et de contacts répondrait présent. Les nombreux partages de l'invitation sur les réseaux sociaux témoignent aussi à quel point la communauté lac-beauportoise aime soutenir ses jeunes athlètes. Résultat? Cette initiative lancée par Noémie Tremblay a permis de récolter plus de 12 000 \$. « Encourager des athlètes de chez nous me tient vraiment à cœur. Un immense merci aux généreux donateurs et à tous ceux qui sont venus célébrer avec nous en cette belle soirée », a-t-elle commenté.

Rafaelle a maintenant débuté la gestion de son budget et ses choix de projets sont encore plus faciles à faire. Bonne saison belle athlète! ■



Crédit photo : Courtoisie

Cette magnifique soirée en l'honneur de Rafaelle s'est passée en présence de nombreux supporters. On reconnaît ici Philippe Carrier, le papa de Rafaelle, René Perreault, le conseiller municipal Guy Gilbert, Noémie Tremblay, Rafaelle Carrier, Jérôme Turgeon de Café Smith, le député Sylvain Lévesque et la conseillère Lucie LaRoche.

DÉCOUVREZ LA BUVETTE DU MOULIN ! Buvette scandinave décontractée, à Lac-Beauport

Burgers . Nachos . Sandwichs maison . Pizza végétarienne
Salades fraîches . Pâtisseries . Délices réconfortants

Bières artisanales . Kombucha . Vins d'importations privées

Bientôt : Poutines . Finger food
(pilons de poulet, fromage en grains panés, oignons français, frites assaisonnées, plateaux à partager)

Terrasse chauffée . Bar Tiki convivial

**SENTIERS
DU MOULIN**

www.sentiersdumoulin.com
99 chemin du moulin, Lac-Beauport
info@sentiersdumoulin.com

Le 5 km route de La Clinique Du Coureur 800 inscriptions, un record!

CAROLE ROY

caroleroy@journal-local.ca

Tout un départ pour le 5 km route de La Clinique du Coureur (LCDL) le 13 mai dernier sur le boulevard du Lac à Lac-Beauport! Un record de participants en ce samedi matin ensoleillé.

Pour Isabelle Dumais de La Clinique du Coureur, ce record d'inscription est enivrant! « L'année dernière au retour de la pandémie, les gens étaient plus frileux quand venait le temps de participer à des événements, nous avions quand même eu 550 inscriptions. Cette année, pour la 3^e édition nous en avons 800, un record de participation », se réjouit-elle! « C'est certain que nous avons fait beaucoup de promotion, mais cette année il y a un engouement particulier pour participer aux événements. »

Puisqu'encore cette année, la course était l'hôte des Championnats québécois de 5 km sur route (de la Fédération québécoise d'athlétisme), on retrouvait sur la ligne de départ 65 coureurs élites! C'est du haut niveau dans une course et ça motive les autres participants!

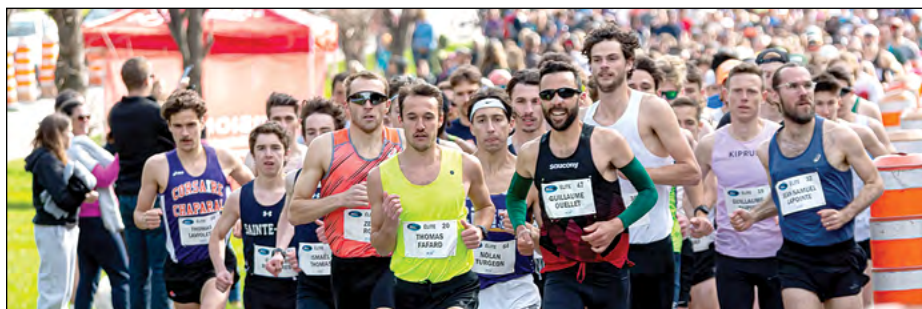
Bravo à La Clinique du Coureur et à sa trentaine de bénévoles. Encore un bel événement organisé par des gens de chez



Crédit photo: Carole Roy

Blaise Dubois et Isabelle Dumais de La Clinique Du Coureur en compagnie d'Éric Martel-Bahoéli, ex-boxeur professionnel, qui il y a quelques années avait connu des troubles de consommation. Il s'est remis en forme par la course à pied.

nous avec PCN pour commanditaire principal, sans oublier Desjardins qui participe à l'accessibilité de la course en donnant de l'argent afin de réduire le coût pour que les gens ayant un peu moins de sous puissent participer. Précieux remerciements à toutes les entreprises de Lac-Beauport qui ont soutenu l'événement, vous vous reconnaissez. ■



Le départ était impressionnant avec tous ces coureurs élites qui par leur présence ont motivé les centaines d'autres participants à vouloir se dépasser.



Podium femmes. 1^{re}: Élissa Legault; 2^e: Anne-Marie Comeau; 3^e: Caroline Pomerleau; 4^e: Alison Barwick; 5^e: Bianca Prémont.



Podium hommes. 1^{er}: Thomas Fafard; 2^e: Thomas Laviolette; 3^e: Alexis Lepage; 4^e: Nolan Turgeon; 5^e: Jean-Samuel Lapointe.

Crédit photo: Pierre Morin

CÉRAMIQUE DÉCOR

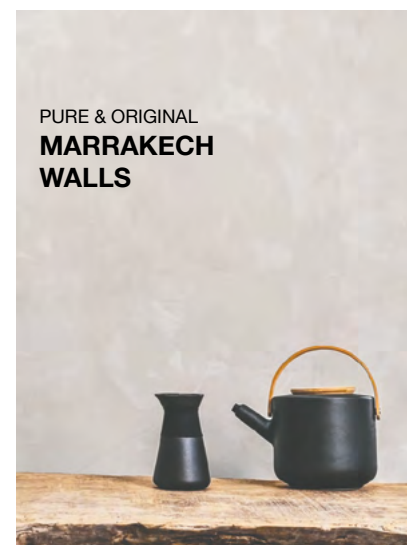


Céramique
Pierre
Mosaïque
Robinetterie
Salles d'eau
Peinture
Objets

SOLIGO
MENORCA



RUBI
VERTIGO
& HAUS



PURE & ORIGINAL
MARRAKECH
WALLS

www.ceramiquedecor.ca
info@ceramiquedecor.ca
4220, 3^e Avenue Ouest, Québec
T 418.627.0123



ÉQUIPE
**MARC
BONENFANT**



ÉVALUATION
GRATUITE
de votre propriété

Lac-Beauport

3, chemin du Grand-Duc

2 450 000 \$



Stoneham-et-Tewkesbury

11, chemin des Belvédères

499 900 \$



Stoneham-et-Tewkesbury

348, chemin du Hibou

599 000 \$



Stoneham-et-Tewkesbury

163, chemin des Afluentes

649 000 \$



Lac-Beauport

14, ch. du Boisé

799 000 \$



418 912-8787

marcbonenfant.com

3 bureaux
Ste-Foy - Stoneham - Limoilou

VISION SANTÉ

Clinique d'optométrie

Nous vous invitons à venir célébrer le 8^e anniversaire de la clinique avec nous les 14, 15 et 16 juin prochain.

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

Mercredi 14 juin :

Westgroupe

WestGroup

Judi 15 juin :

Mood Eyewear

Woodys 

Vendredi 16 juin :

Mau Jim (solaires) et
Opal (montures petits
visages et pour enfants)

Mau Jim

PRENEZ RENDEZ-VOUS DÈS MAINTENANT!

PROMOTIONS SUR LES VERRES : détails sur place... plusieurs choix de montures de lunettes et solaires!

*Chers clients,
merci de nous faire confiance
depuis 8 ans!*

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

www.cliniquevision.ca

418 825-0044 

