

# Les Lions de Sillery–Sainte-Foy–Québec poursuivent leur engagement Invitation à la 54<sup>e</sup> édition du Coquetélions



Page 5



M. Jacques Kirouac honoré par son association de familles!

Page 7

# le JOURNAL de Sainte-Foy

Le Journal d'information | [www.journal-local.ca](http://www.journal-local.ca)

### SIÈGE SOCIAL

990, avenue de Bourgogne, bureau 200, Québec (Québec) G1W 0E8

CENTRE DE SERVICES PLACE DE LA CITÉ  
2600, boulevard Laurier, porte I

**OUVERT LE SAMEDI**  
DE 9H À 13H



418 653-0515 [caissesaintefoy.ca](http://caissesaintefoy.ca)



La communauté anglophone de Québec célèbre l'automne à Sainte-Foy

Page 4



Une avalanche de succès pour Joël Godin et Christian Falardeau

Page 5



Fête de quartier au parc Notre-Dame-de-Foy

Page 7



## Marché public de Sainte-Foy Une nouvelle structure d'accueil prévue pour 2020

Page 3



Ressource Espace Familles  
Une fête des récoltes sous le signe de la bonne humeur

Page 8



Un événement sportif au profit de Laura Lémervel

Page 16



Martine Dugrenier à l'Académie d'arts martiaux du Québec

Page 22

Postes Canada : N° PP41870516

PROPULSÉS PAR DES PARTENAIRES D'AFFAIRES VISIONNAIRES,

## Quartier QB ET La Suite

sont conçus sur mesure pour votre mode de vie actif



POUR EN SAVOIR + rendez-vous en page 3



# Tout le temps pressé? Tout le temps accessible!

Centre de services ouvert le samedi dans  
le secteur Sainte-Foy

Centre de services Place de la Cité

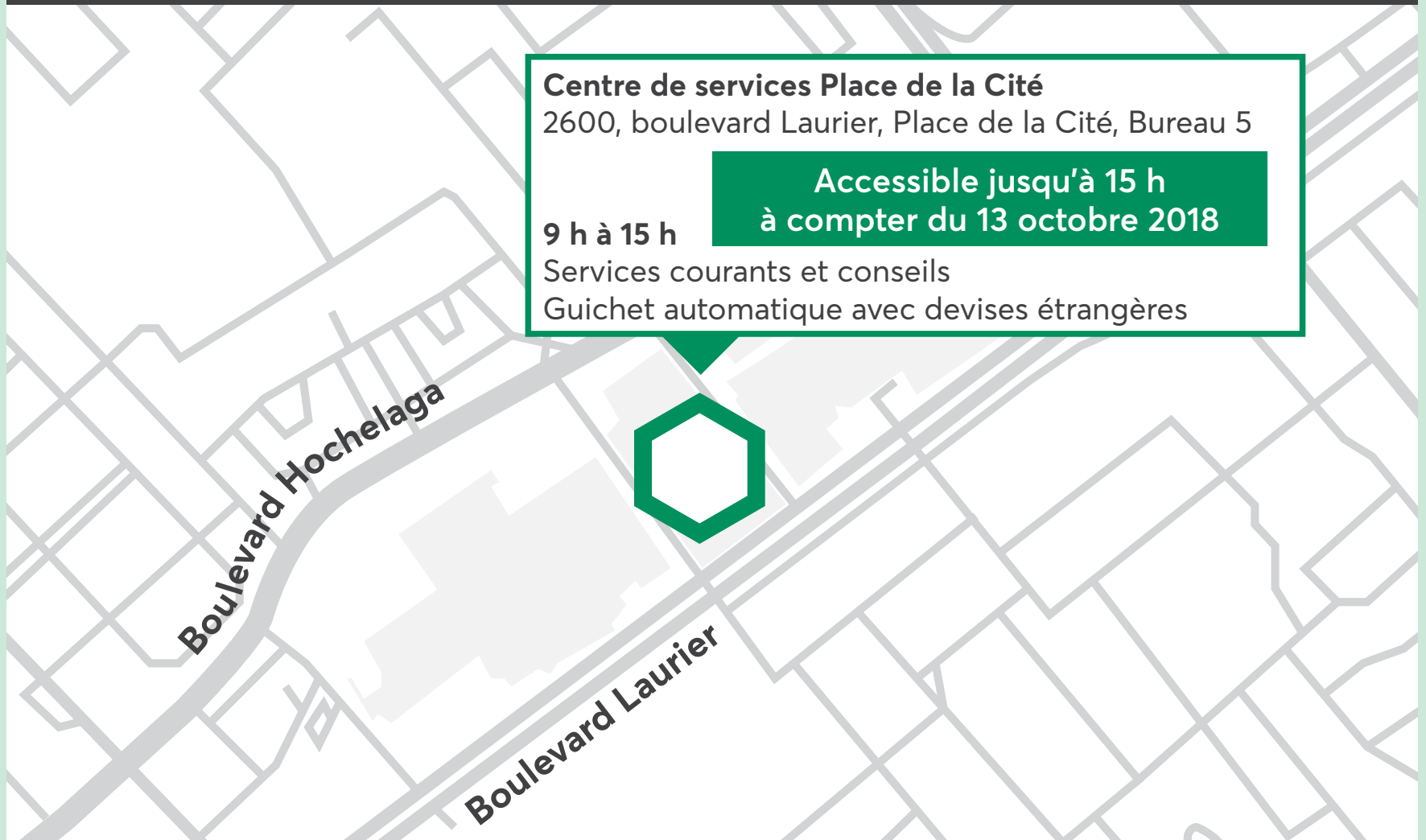
2600, boulevard Laurier, Place de la Cité, Bureau 5

9 h à 15 h

Accessible jusqu'à 15 h  
à compter du 13 octobre 2018

Services courants et conseils

Guichet automatique avec devises étrangères



Pour vous y rendre, consultez la carte interactive  
sur le site [toutletempsaccessible.com](http://toutletempsaccessible.com).

## Concours : gagnez 1 000 \$ en argent

Participez au concours « Tout le temps accessible! »  
en identifiant l'un des modes d'accessibilité que  
vous offre Desjardins.

Inscrivez-vous avant le 30 novembre au  
[toutletempsaccessible.com](http://toutletempsaccessible.com).

 **Desjardins**  
Caisse de Sainte-Foy

## Marché public de Sainte-Foy

## Une nouvelle structure d'accueil prévue pour 2020

JACQUES BÉLANGER

jbelanger@journal-local.ca

Après une relocalisation en 2016, le Marché public de Sainte-Foy aura sa structure permanente et moderne, installée devant le stationnement, en bordure de l'avenue Roland-Beaudin. L'annonce a été faite par le maire de Québec, Régis Labeaume, entouré de Rémy Normand, président du conseil de l'arrondissement de Sainte-Foy-Sillery-Cap-Rouge et conseiller du district électoral du Plateau, Marie-Josée Savard, vice-présidente du conseil exécutif et conseillère du district de Cap-Rouge, Anne Corriveau, conseillère du district de la Pointe-de-Sainte-Foy, Pierre Samson, président du C.A. de la Coopérative du Marché public de Sainte-Foy et Isabelle Brodeur, coordonnatrice de la Coopérative.

Pour M. Labeaume, il était temps de doter cet espace dédié aux producteurs québécois d'une structure couverte et permanente. « Le Programme particulier d'urbanisme du plateau centre de Sainte-Foy prévoyait, en 2012, un aménagement de la sorte, aménagement très attendu par la Coopérative du Marché public. L'offre de marché saisonnier sera donc maintenue et grandement améliorée dans le pôle ouest de la ville. Avec le grand marché à ExpoCité, les citoyens auront accès à une offre alimentaire renouvelée mettant en valeur les produits et le savoir-faire d'ici. Aussi, les modifications seront faites par phase afin de conserver le marché public en activité en mai 2019. »

Pour M. Normand, « le secteur de la route de l'Église est en évolution accélérée et en transformation rapide. À cet égard, on suit de près – et étroitement – le Programme particulier d'urbanisme. Tout ce qu'on fait



Crédit photo : Jacques Bélanger

De gauche à droite : Marie-Josée Savard, vice-présidente du conseil exécutif et conseillère du district de Cap-Rouge; le maire de Québec, Régis Labeaume; Anne Corriveau, conseillère du district de la Pointe-de-Sainte-Foy et Rémy Normand, président du conseil de l'arrondissement de Sainte-Foy-Sillery-Cap-Rouge et conseiller du district électoral du Plateau.



Le maire de Québec, Régis Labeaume, procédant à l'annonce d'une structure permanente pour le Marché public de Sainte-Foy.

correspond à ce qu'on avait inscrit dans notre vision : la bibliothèque (Monique-Corriveau) qui a été complétée en 2013, le centre de glace et l'aréna en réfection, la transformation de la route de l'Église en artère conviviale, sans oublier le futur réseau structurant, qui améliorera l'accessibilité au site de façon importante. » Rémy Normand note également la densification du logement résidentiel. « Les nombreux projets immobiliers privés et tous ces éléments que nous avons évoqués démontrent qu'il est possible de favoriser une densification du territoire en préservant la qualité de vie à une

échelle humaine, tout en mettant en valeur ce même territoire. »

Pour M<sup>me</sup> Savard, « notre proposition s'appuie sur la volonté de la Ville d'offrir un marché saisonnier à la structure permanente et vitrée. Le marché sera lumineux et entouré de verdure. La qualité et la beauté du futur marché contribueront à son développement et à la vitalité du secteur en plein développement. »

Mentionnons enfin que, pour le marché aux puces, plusieurs hypothèses sont actuellement à l'étude. ■

## Idée Aliments Ensemble

## Un deuxième anniversaire au Marché public de Sainte-Foy

(JB) L'organisme Aliments Ensemble célèbre sa seconde année de présence au Marché public de Sainte-Foy.

À cette occasion, Rémy Normand, président du conseil de l'arrondissement de Sainte-Foy-Sillery-Cap-Rouge et conseiller du district électoral du Plateau et Anne Corriveau, conseillère du district de la Pointe-de-Sainte-Foy sont allés sur place afin de saluer Nour Sayem, présidente du conseil d'administration de l'organisme ainsi que Fatima Milagi, à leur comptoir du Marché public de Sainte-Foy.

Rappelons que l'Entreprise Initiatives de développement économique Ensemble est née en 2017 et sa première initiative a été de créer une cuisine communautaire pour l'intégration des réfugiées syriennes. Sa mission est de développer, d'opérer et d'appuyer des projets d'affaires rentables et viables en vue d'offrir en priorité des emplois dédiés aux immigrants et aux réfugiés.

Exemple éloquent d'intégration, M<sup>me</sup> Milagi a appris le français et le parle très bien. Elle peut maintenant travailler et tenir le comptoir des ventes, tout en s'adressant à la clientèle. ■



Rémy Normand et Anne Corriveau, en compagnie de Nour Sayem et Fatima Milagi.

## Les 2 meilleurs milieux de vie à Sainte-Foy!



CLUB HOUSE

(pavillon privé aux locataires)

APPARTEMENTS  
*La Suite*

OCCUPATION ÉTÉ 2019

*Tout inclus*ÉLECTROMÉNAGERS NEUFS, CHAUFFAGE,  
ÉLECTRICITÉ ET EAU CHAUDE581 500.5353  
LASUITE.CAQUARTIER  
**QB**

OCCUPATION IMMÉDIATE

COMPLEXE LOCATIF  
DISTINCTIF & ABORDABLE  
AVEC SUPERMARCHÉ INTÉGRÉ418 780.2020  
QUARTIERQB.COM

Épluchette de blé d'Inde à la résidence Jazz de Sainte-Foy

## Plus de 70 personnes y participent

JACQUES BÉLANGER

jbelanger@journal-local.ca

L'Association des résidents du Jazz de Sainte-Foy est en train de se tailler une solide réputation de dynamisme. L'épluchette de blé d'Inde qu'elle a

organisée, il y a quelques semaines, a attiré plus de 70 personnes de tous âges.

Pour le récréologue de la résidence, Pierre Poulin, et pour le président de l'association, Marc Julien, il s'agit d'une belle réussite qui a été rendue possible grâce à la participation des bénévoles et à la complicité de dame Nature. ■



Sébastien Proulx, député sortant de Jean-Talon et ministre de l'Éducation, des Loisirs et du Sport et ministre responsable de la région de la Capitale-Nationale, est venu rencontrer les résidents du Jazz de Sainte-Foy lors de l'épluchette de blé d'Inde.



Marc Julien, président de l'Association des résidents du Jazz de Sainte-Foy; Sébastien Proulx, député sortant de Jean-Talon et ministre de l'Éducation, des Loisirs et du Sport et ministre responsable de la région de la Capitale-Nationale, ainsi que Pierre Poulin, récréologue à la résidence Jazz.

## La communauté anglophone de Québec célèbre l'automne à Sainte-Foy



De gauche à droite : Michelle Morin-Doyle, conseillère du district de Louis-XIV; Anne Corriveau, conseillère du district de la Pointe-de-Sainte-Foy; Brigitte Wellens, directrice générale de Voice of English-speaking Québec et Rémy Normand, président du conseil de l'arrondissement de Sainte-Foy-Sillery-Cap-Rouge et conseiller du district électoral du Plateau.

(JB) L'automne est à nos portes avec les feuilles qui, peu à peu, se pareront de leurs plus belles couleurs. Le temps rafraîchit jour après jour et la luminosité n'est plus la même qu'en été.

La communauté anglophone de la ville de Québec a célébré sa fête d'automne le 15 septembre dernier à l'école élémentaire St. Vincent, dans le secteur de Sainte-Foy. Ce fut l'occasion par excellence de rencontrer les organismes communautaires et les gens d'affaires, sans oublier le plaisir de revoir de vieux amis et de faire de nouvelles connaissances. Des représentants de la Ville de Québec ont pris part aux festivités. ■

## Le Frigo-partage de Sainte-Foy

### Une initiative qui répond à un besoin réel



Photo prise lors de l'inauguration du projet Frigo-partage, le 21 juin dernier. On peut y voir Filip Novaković, attaché politique du député fédéral de Louis-Hébert, Joël Lightbound, en compagnie de Stéphane Paradis, directeur général de La Baratte, qui lui montre le frigo-partage.

(JB) Quelques mois à peine après l'inauguration du Frigo-partage de Sainte-Foy, situé dans les locaux de la Maison des entreprises de cœur, ses organisateurs dressent un bilan positif.

des denrées nous permettent de constater que le projet répond à un réel besoin de la communauté. »

« Nous dressons un bilan très positif des premiers mois de fonctionnement du projet Frigo-partage, a confié au Journal de Sainte-Foy Renaud Blais, du Cercle citoyen au cœur de Sainte-Foy. L'achalandage et le roulement

M. Blais nous rappelle que cette initiative du Chantier se nourrir, un regroupement d'organismes communautaires, a mis deux ans à se réaliser, de l'idée originale jusqu'à l'inauguration. « Je crois que ça en valait la peine », conclut M. Blais. ■

# CRUZE 2018

20% DE RABAIS  
OU  
0% AU FINANCEMENT

\*0% JUSQU'À 72 MOIS. TOUS LES DÉTAILS EN CONCESSION

Marlin  

2145 RUE FRANK-CARREL

(418) 688-1212

MARLINCHEVROLET.CA



Les Lions de Sillery–Sainte-Foy–Québec poursuivent leur engagement

## Invitation à la 54<sup>e</sup> édition du Coquetélions



Les Lions de Sillery–Sainte-Foy–Québec vous invitent à participer à la 54<sup>e</sup> édition du Coquetélions, qui se tiendra le vendredi 2 novembre, à 18 h, à l'Espace Dalhousie du Terminal de croisières.



L'an dernier, le Coquetélions a permis de recueillir 161 053 \$, une somme qui a été distribuée à des organismes de charité de la région de Québec.

(JB) Les Lions de Sillery–Sainte-Foy–Québec vous invitent à participer à la 54<sup>e</sup> édition du Coquetélions, un cocktail dînatoire au profit d'organismes de charité de la région de Québec. L'événement se tiendra le vendredi 2 novembre, à 18 h, à l'Espace Dalhousie du Terminal de croisières.

Le thème de cette année est *Généreusement excessif* et mettra en lumière le savoir-faire et le talent de chefs de la région. Parmi les organismes bénéficiaires des fonds amassés lors de cette soirée, mentionnons le Camp Kéno, La Maison Dauphine, les Cuisines collectives, le Carrefour des enfants de Saint-Malo, la Maison d'entraide l'Arc-en-ciel, Laura Lémerville et plusieurs autres.

Tout en faisant du bien autour d'elles, les personnes qui assisteront à cet événement pourront également faire du réseautage

et tisser des liens d'affaires qui pourraient s'avérer fort utiles. Il suffit d'investir 250 \$ pour participer à ce cocktail dînatoire et se joindre aux 1 500 convives qui célébreront les 54 ans d'engagement des Lions de Sillery–Sainte-Foy–Québec envers la communauté de la région.

Le Coquetélions, c'est 30 000 bouchées, 800 bouteilles de vin, des spectacles, un encaissement silencieux de prestige, un salon de cigares et porto, de même que des prix de présence de grande valeur, sans oublier une kyrielle de petites attentions. Au final, la satisfaction de faire du bien aux organismes qui œuvrent près de chez vous.

Pour en savoir davantage, n'hésitez pas à communiquer avec Filip Novaković par courriel à [Filipnovacovic.lion@gmail.com](mailto:Filipnovacovic.lion@gmail.com) ■

## Une avalanche de succès pour Joël Godin et Christian Falardeau

(JB) La 19<sup>e</sup> édition du Tournoi de golf Avalanche s'est tenue dernièrement et le député de Portneuf–Jacques-Cartier, Joël Godin, et Christian Falardeau faisaient partie d'un des trois duos gagnants.

L'événement s'est déroulé le 3 septembre dernier au club de golf de Montmagny sous la présidence de Jean-François Caron, propriétaire de Vêtements Avalanche. L'activité a attiré près de 170 golfeurs.

M. Caron promet que la 20<sup>e</sup> édition de ce tournoi, qui aura lieu en 2019, sera mémorable. Le député de Portneuf–Jacques-Cartier tient à féliciter M. Caron pour son engagement et sa très grande générosité. ■



Christian Falardeau et Joël Godin formaient l'un des duos gagnants de la catégorie B avec une carte de 68 lors du Tournoi de golf Avalanche, qui s'est tenu lors de la fête du Travail. Jean-François Caron, propriétaire de l'entreprise, est au centre de la photo.

CUISINE ITALIENNE

# TUSCANOS

DÉJÀ 15 ANS

Spéciaux d'Automne

DU DIMANCHE AU JEUDI, DE 16 H À LA FERMETURE.

CONSULTEZ NOTRE SITE INTERNET POUR TOUTS LES DÉTAILS !

SPÉCIALITÉS MAISON : • PÂTES • PIZZAS • VEAU

1445, AVENUE JULES-VERNE, SAINTE-FOY (ANGLE DUPLESSIS) • VASTE STATIONNEMENT PRIVÉ GRATUIT

418.877.7200 [www.tuscanosquebec.com](http://www.tuscanosquebec.com)

CUISINE ITALIENNE

## TUSCANOS

PÂTES OU PIZZA

17\$\*

+ TAXES

**PAR PERSONNE**

34 \$ + TX. POUR 2 PERSONNES

INCLUANT :

- 4 choix de pâtes ou 4 choix de pizzas
- 1 verre de bière en fût par personne.

**TOUTS LES SOIRS DÈS 16 H**

\* 17\$ par personne, 34\$ pour 2 personnes, sur demande et sur présentation de ce coupon. Ne peut être jumelé à aucune autre promotion. VALIDE JUSQU'AU 9 DÉCEMBRE 2018.

OBTENEZ UN RABAIS DE

# 15%

SUR VOTRE PLAT PRINCIPAL DU MENU À LA CARTE (sauf déjeuners)

**TOUTS LES JOURS DE 11 H À LA FERMETURE**

\* Maximum 4 personnes, sur demande et sur présentation de ce coupon, sauf déjeuners. Ne peut être jumelé à aucune autre promotion. VALIDE JUSQU'AU 9 DÉCEMBRE 2018.

**JOURNAL.CA INC.**

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

**DIRECTION**

Éditeur-directeur général :  
**Pierre Cassivi**

**RÉDACTION**

Journaliste : **Jacques Bélanger**  
Journaliste adjointe : **Doris Langevin**  
Collaboratrice : **Suzie Lemay**  
Révisseur/Correctrice :  
**Mélanie Vaillancourt**  
Photographes : **Sébastien Dion,**  
**Gilles Fréchette, Frédéric Lavoie**

**PUBLICITÉ**

**Ginette Demers**

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

**Ghislain Gaudreau**

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

**Sylvie Charest**

Développement des affaires,  
territoires de Val-Bélair,  
Saint-Émile, Neufchâtel Est,  
Lebourgneuf et secteur immobilier  
Cell. : 418 254-4367  
scharest@journal-local.ca

**Alain Lepage**

Développement des affaires  
Cell. : 581 986-4530  
alepage@journal-local.ca

**ÉVÈNEMENTS**

**David Cassivi**  
Coordonnateur aux événements

**ADMINISTRATION**

**Suzie Lemay**

**IMPRESSION**

**Hebdo Litho**  
Dépôt légal : Bibliothèque  
nationale du Québec

**DISTRIBUTION**

Convention de la Poste-publications  
Postes Canada : N° 41870516

**WEBMASTER**

**Résultats Communication Marketing**

**PRODUCTION**

**Viva Design**  
production@journal-local.ca

**PROCHAINE PARUTION**

Novembre 2018

**DATE DE TOMBÉE**

24 OCTOBRE 2018

**Vous ne recevez pas votre exemplaire de  
votre Journal de Sainte-Foy ?**

Vous n'avez pas reçu votre exemplaire du  
*Journal de Sainte-Foy* livré à votre domicile  
par Postes Canada? Nous vous demandons  
de nous le signaler en communiquant  
avec nous au 418 780-0999 ou bien à  
info@journal-local.ca en nous laissant vos  
coordonnées. La situation sera rapidement  
corrigée.

La Vigie

# Nouveau complexe de condos locatifs à Sainte-Foy

(JB) Situé sur la rue de La Pérade, à Sainte-Foy, le nouveau complexe de condos locatifs La Vigie, une réalisation des Immeubles Roussin, est présentement en construction.

Le projet comprend 113 unités que l'on promet généreusement fenestrées, avec stationnement intérieur, une salle de cardio ouverte 24 heures par jour, une piscine et une salle multifonctionnelle.

Comme services de proximité et commerces, on retrouve des épiceries, une pharmacie, une banque, un parc, une succursale de la SAQ. On est également à proximité d'un parc, de l'Université Laval et des cégeps.

La livraison est prévue en juillet 2019. ■



La construction du nouveau complexe La Vigie va bon train.



Maquette du projet, une fois terminé.

TIRAGE :  
25 000 exemplaires



18 088 exemplaires

DISTRIBUTION  
RÉSIDENTIELLE



4701 exemplaires

DISTRIBUTION  
COMMERCIALE



1810 exemplaires

PRÉSENTOIRS



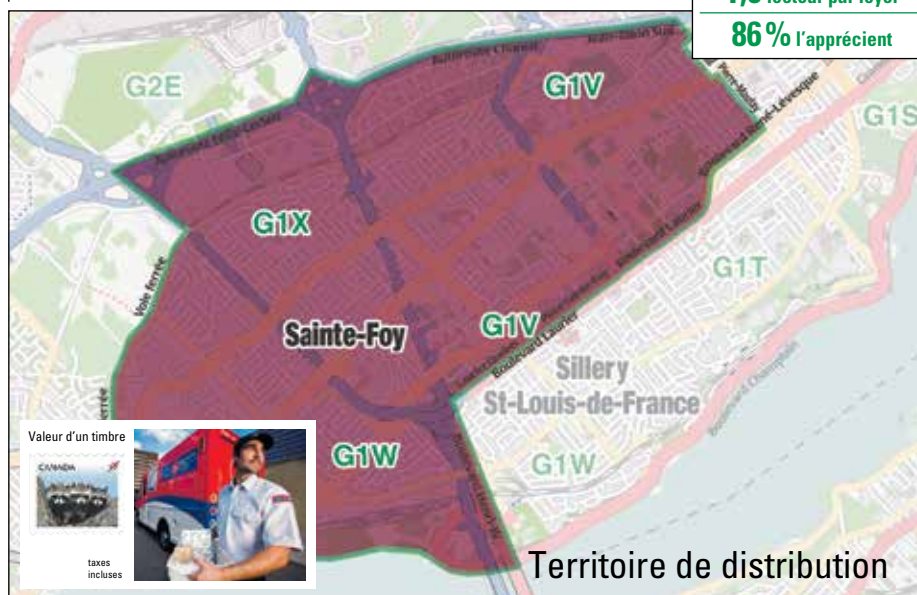
401 exemplaires

Achat de publicité : ventes@journal-local.ca

73% de lecteurs assidus

1,6 lecteur par foyer

86% l'apprécient



Territoire de distribution

**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 le  
**Journal des Rivières** et qui comporte une marge  
d'erreur de +/- 4,58 %, et ce, dans un intervalle  
de confiance de 95 %.

Valcartier – Neufchâtel Ouest – Loretteville  
Saint-Émile – Neufchâtel Est – Lebourgneuf  
Les Saules – Duberger – Vanier

Source **Léger**

www.legermarketing.com

Prenez note de notre  
prochaine date  
de portes ouvertes :  
**Mardi 23 octobre 2018**  
à 19 h

**Bambins**

18 mois à 3 ans

**Préscolaire**

3 à 6 ans

**Primaire**

6 à 12 ans

**ÉCOLE**  
**MONTESSORI**  
de Québec

418 688-7646  
www.montessori-qc.ca

Fête de quartier au parc Notre-Dame-de-Foy

## Environ 400 repas servis

JACQUES BÉLANGER

jbelanger@journal-local.ca

**En cette belle journée ensoleillée, malgré une petite brise frisquette, plusieurs visiteurs se sont présentés au parc Notre-Dame-de-Foy afin de prendre part à la fête de quartier organisée par un comité formé d'organismes et de citoyens. Au menu, différentes démonstrations et, point culminant de la journée, un dîner servi à midi lors duquel les gens ont pu savourer des mets des quatre coins du monde.**

Le Cercle de Fermières de Notre-Dame-de-Foy a fait appel à Marie Méthot pour faire une démonstration de filage de la laine au rouet, qui a attiré de nombreux enfants. « J'ai pu également rencontrer des femmes en provenance de l'étranger qui m'ont dit que cette technique était toujours utilisée dans leur village aujourd'hui. »



Marie Méthot, du Cercle de Fermières de Notre-Dame-de-Foy, fait une démonstration de la technique du filage de la laine au rouet.

Les bénévoles de la Caisse Desjardins de Sainte-Foy étaient à pied d'œuvre pour servir des repas à la population. Mets avec viande ou végétariens, jus, eau et desserts ont commencé à trouver preneurs dès le coup de midi. « Notre Caisse commandite les repas que nos bénévoles auront le plaisir de servir dans quelques minutes, affirme Marie-Claude Arseneault, conseillère stratégique en communication à la Caisse Desjardins de Sainte-Foy. L'esprit communautaire qui règne ici rejoint les valeurs et la mission du Mouvement Desjardins. C'est un très bel exemple de coopération que nous constatons aujourd'hui. »

### Une activité qui s'améliore d'année en année

Pour Renaud Blais, du Cercle citoyen au cœur de Sainte-Foy et membre du comité organisateur de l'événement, la fête de quartier a connu des améliorations au fil des ans. « Certains kiosques étaient situés au centre de l'espace, ce qui causait des problèmes. Cette année, nous les avons installés sur les côtés et la circulation va beaucoup mieux. Chaque année, nous dressons le bilan de l'événement et nous apportons des correctifs, si nécessaire. »

Parmi les autres activités, il y avait de l'animation, des jeux gonflables, du maquillage, une fermette, de la musique avec chanson et de l'information pour les citoyens. Les bénévoles incluaient des jeunes de l'école, de Katimavik et de la Caisse Desjardins de Sainte-Foy. (NDLR : Ce sont les gens de la fermette qui ont donné de la laine aux Fermières pour leur démonstration de rouet; un bel exemple de coopération.) ■



Dans l'ordre habituel : Amélie Girard Bériault, Kerlange Jules, Pierre R. Tremblay, Marie-Claude Arseneault et My Ahn Nguyen, représentant la Caisse Desjardins de Sainte-Foy.



Les membres du comité organisateur. De gauche à droite : Samuel Duchaine, Association québécoise de défense des droits des personnes préretraitées et retraitées; Maud Vermeulen, agente de l'organisme Mobilisation Notre-Dame-de-Foy; Audrey Simard, organisatrice communautaire du CIUSS de la Capitale-Nationale; Vanessa Fortin, Loisirs Ville de Québec; Bianca Smith, agente interculturelle à l'école De Rochebelle; Renaud Blais, du Cercle citoyen au cœur de Sainte-Foy; Cindy-Lee McKenzie, Ressource Espace Familles et Lunes Gherguy, de Loisirs ressources.

Crédit photo : Jacques Bélanger

40<sup>e</sup> anniversaire de l'Association des familles Kirouac (AFK)

## M. Jacques Kirouac honoré par son association de familles!

(JB) Le 8 septembre dernier, l'Association des familles Kirouac célébrait le 40<sup>e</sup> anniversaire de sa fondation. Dans le cadre de cet événement, M. Jacques Kirouac, citoyen de Sainte-Foy, a été honoré à titre de président-fondateur.

C'est en 1978 que l'idée lui est venue de célébrer le 250<sup>e</sup> anniversaire de l'arrivée en Amérique de l'unique ancêtre des familles Kirouac par un rassemblement à L'Islet-sur-Mer en 1980. À la suite de cet événement fort réussi, d'autres projets ont pris forme; entre autres, celui des rencontres annuelles et celui

d'identifier les origines familiales bretonnes du patronyme Kirouac. Notons qu'un certain Jack Kirouac (qui écrivait son nom avec un « e » : Kerouac), considéré comme l'un des auteurs américains les plus importants du 20<sup>e</sup> siècle, a lui-même tenté des recherches sans toutefois y parvenir. Autre personnage marquant portant ce patronyme : le frère Marie-Victorin, né Conrad Kirouac, a fondé en 1931 le Jardin botanique de Montréal.

Félicitations à Jacques Kirouac et longue vie à l'Association des familles Kirouac! ■



Le 8 septembre dernier, l'Association des familles Kirouac célébrait le 40<sup>e</sup> anniversaire de sa fondation. Dans le cadre de cet événement, M. Jacques Kirouac, citoyen de Sainte-Foy, a été honoré à titre de président-fondateur.

**OFFREZ-VOUS  
UN SERVICE ADAPTÉ  
À VOS BESOINS !**

Examen de la vue complet  
Vaste sélection de lunettes de soleil  
Ajustement de lentilles cornéennes  
Dépistage des maladies oculaires  
Grand éventail de montures



**OPTO**  
RÉSEAU

LANGLOIS OPTICIEN  
1113, route de l'Église, Ste-foy | 418.659.3616

Dre Gina Martineau  
Dre Annie Desmarais  
Optométristes

Martin Langlois  
Opticien propriétaire

Ressource Espace Familles

# Une fête des récoltes sous le signe de la bonne humeur

DORIS LANGEVIN

redaction@journal-local.ca

La bonne humeur et le plaisir étaient au rendez-vous lors de la fête des récoltes organisée par l'organisme Ressource Espace Familles, le 28 août dernier au parc Saint-Mathieu. Pour la cinquième année consécutive, les familles du secteur ont pu faire pousser une variété impressionnante de légumes dans des bacs écologiques.

L'activité a attiré de nombreux parents et leurs enfants, lesquels avaient préparé un spectacle avec les animatrices de l'organisme. Les participants ont ensuite pu déguster des maïs lors d'un repas communautaire, suivi d'un tirage de prix de présence.

La mission de Ressource Espace Familles est de soutenir les familles de Sainte-Foy-Sillery-

Cap-Rouge en leur offrant des services de base, en contribuant au développement et à la consolidation des compétences parentales dans une perspective de développement optimal des enfants, en offrant des ressources et un milieu de vie aux familles et un accompagnement pour les comités de citoyens.

Parmi les différentes activités offertes pour atteindre cet objectif se trouvent les Apprentis Jardiniers. « Une soixantaine de familles profitent des jardins collectifs installés au parc Saint-Mathieu et au parc Sainte-Ursule. Les familles sèment et cultivent les légumes ensemble pendant tout l'été, avant de les récolter à la fin août », explique Cindy-Lee McKenzie, directrice générale de l'organisme.

Diverses activités pédagogiques sont également réalisées avec les animatrices afin de sensibiliser les familles aux saines



Les enfants posant fièrement devant le fruit de leur récolte.

habitudes de vie, surtout dans le domaine alimentaire, aux principes de base de la biodiversité, à différents outils naturels issus de l'agriculture urbaine pour cultiver les légumes, etc.

« L'activité dure 9 semaines et nous proposons des ateliers hebdomadaires de 2 h 30 à six groupes différents », poursuit M<sup>me</sup> McKenzie. Et chaque fois qu'une récolte est effectuée, une dégustation est aussi organisée. Les participants se partagent ensuite les légumes pour les rapporter à la maison.

« Pour arriver à récolter tous les légumes à temps, nous avons toutefois procédé à des pré-plantages de certaines variétés à la mi-mai, mais tout le reste de l'opération s'est fait avec l'aide des enfants », tient à préciser la directrice générale.

L'activité connaît un engouement tel qu'il existe une liste d'attente pour y participer. « C'est magnifique de voir les parents et les enfants prendre un réel plaisir à suivre l'évolution de leurs récoltes », se réjouit M<sup>me</sup> McKenzie en terminant.

Rappelons que c'est grâce à l'apport de la Caisse Desjardins de Sainte-Foy qui, par la voie du Fonds d'aide au développement du milieu (FADM), a permis à Apprentis jardiniers d'agrandir la superficie des potagers, donnant ainsi de la place à plus de familles participantes et plus de légumes récoltés. En juin, la Caisse avait offert des petites enveloppes de semences aux familles et lors de la fête des récoltes, ces dernières ont reçu des petits pots de miel produit par leurs abeilles et récolté sur le toit de leur siège social. ■



Des apprentis jardiniers, en compagnie de Cyndy-Lee McKenzie

## 27 ET 28 OCTOBRE 2018

### 10H À 16H

- AUTEURS
  - CARICATURISTES
- ZONE  
SUPER-HÉROS**

# SALON DE LA BANDE DESSINÉE ET DE L'IMAGE

## GRATUIT!



SUIVEZ-NOUS  
/Salonbandedessineeetimage



PLACE DES  
QUATRE-BOURGEOIS  
999, avenue de Bourgogne, Québec  
www.placedesquatrebourgeois.ca



Hommage à M<sup>me</sup> Thérèse Lambert

## Une centenaire de la Villa Sainte-Foy



M<sup>me</sup> Thérèse Lambert, entourée de M<sup>me</sup> Josée Brousseau, collaboratrice, direction et communications à la Caisse Desjardins de Sainte-Foy et M<sup>me</sup> Marie-Claude Arsenaault, conseillère stratégique en communication à la Caisse Desjardins de Sainte-Foy.

**(JB) Unanimement reconnue pour son altruisme et son sens de la coopération, M<sup>me</sup> Thérèse Lambert a récemment célébré son 100<sup>e</sup> anniversaire.**

Cette excellente cuisinière, qui a déjà compté près de 60 personnes à sa table, est un exemple éloquent du parcours qui jalonne la route de bon nombre de nos aîeux. À leur contact, on apprend une belle leçon de vie et on en ressort grandi à chaque fois.

M<sup>me</sup> Lambert n'a jamais eu peur du travail. Elle a passé la majeure partie de sa vie à Saint-Apollinaire, sur la ferme familiale, en compagnie de son mari et de son fils, Maurice. Là-bas, la besogne était toujours au rendez-vous. Et, en plus de sa famille, elle a pris soin de plus de 25 enfants de tout âge, issus de milieux familiaux en difficulté. Malgré l'accident grave qui a frappé son

mari, sa famille a accueilli ces enfants pour leur offrir un refuge chaleureux le temps que ces derniers puissent retourner dans leur famille. Certains de ces enfants y vivaient une semaine et d'autres, pendant quelques années. Mais, quelle que soit la durée de son séjour, chaque enfant a été entouré de bons soins et d'amour.

Thérèse Lambert ne regrette aucune époque, car elle n'apprécie que le moment présent. Elle habite à la Villa Sainte-Foy depuis 12 ans et est toujours aussi lucide et allumée que durant sa jeunesse. Où qu'elle soit, tant que la nourriture est bonne, elle est heureuse. La Caisse Desjardins de Sainte-Foy remercie la famille Lambert pour l'accueil chaleureux et le privilège d'avoir rencontré une femme d'exception, pour qui l'esprit coopératif est une priorité. ■

Réalisez vos rêves pour mourir sans regret

## Une initiative d'Horizon Nouveau

**(JB) Dans le cadre de ses conférences Vendredis croissance, l'organisme Horizon Nouveau vous présente Réalisez vos rêves pour mourir sans regret.**

Selon Manon Poulin, auteure, coach et conférencière, « il serait dommage d'arriver à la fin de votre vie en regrettant de ne pas avoir fait ce qui vous tenait tant à cœur. » M<sup>me</sup> Poulin vous propose des outils afin de surmonter

les difficultés qui se présentent sur votre route. Elle vous invite également à faire une réflexion pour vous permettre de passer à l'action immédiatement afin de réaliser vos rêves pour mourir sans regret.

L'activité a lieu le vendredi 19 octobre prochain, de 19 h 30 à 21 h 30, à l'école Cœur-Vaillant, 3430, boulevard Neilson (stationnement gratuit à l'arrière du bâtiment). Le coût est de 5 \$ pour

les membres et de 10 \$ pour les non-membres. Pour en savoir davantage : 418 651-8027.

Rappelons que Horizon Nouveau a pour mission de venir en aide aux personnes qui vivent une rupture du couple et de la famille. Son action va de la séparation jusqu'à la réalisation d'un nouveau projet de vie. ■



Dans le cadre de ses conférences Vendredis croissance, l'organisme Horizon Nouveau vous présente Réalisez vos rêves pour mourir sans regret, une conférence de Manon Poulin.

Popote roulante Laval

## Bénévoles demandés



De gauche à droite : Yvonne Crosnier (avec la Popote depuis 5 ans); Denis Ferland (depuis 1 an); Esther Blais (depuis 4 ans) et Denis Labrecque (depuis 13 ans et membre du conseil d'administration).

**(JB) Située sur la rue D'Amours dans le secteur de Sainte-Foy, la Popote roulante Laval est à la recherche de bénévoles.**

nutritifs, conçus par des nutritionnistes de l'IUCPQ ou encore du CHUL, à raison d'un repas par jour, sur semaine.

En raison du vieillissement de la population, la demande de service de popote roulante est, plus que jamais, d'actualité. La mission de cet organisme est de contribuer au maintien à domicile de personnes âgées, en perte d'autonomie ou en convalescence. La Popote roulante Laval offre des repas chauds,

Les personnes recherchées sont des chauffeurs et des baladeurs qui seraient prêts à offrir deux heures de bénévolat aux deux semaines. Si vous êtes intéressé, prière de communiquer avec Cora-Lee Gauvin ou Ruth Simard au 418 654-9017. Par courriel [popoteroulantelaval@bellnet.ca](mailto:popoteroulantelaval@bellnet.ca) ■

On se la moules - douce -

**moules en casserole**

- MARINIÈRE**  
(échalote française, persil et vin blanc)
- AU PARFUM ORIENTAL**  
(poivrons, sésame, sauce teriyaki et vin blanc)
- À LA PROVENÇALE**  
(tomates, ail et vin blanc)
- POULETTES**  
(crème, vin blanc et beurre à l'ail)
- À LA BIÈRE**  
(bière, échalote française, persil frais)
- PESTO**  
(pesto, ail, crème et vin blanc)
- SAINTE-GERMAIN**  
(carottes, céleri, courgettes, tomates, crème et vin blanc)
- CRÉOLE**  
(vin rouge, crème et sauce créole)
- AU CARI INDIEN**  
(cari, persil frais, crème et vin blanc)
- À LA DIJONNAISE**  
(moutarde de Dijon, crème, vin blanc et échalote française)



1525, rue Sheppard (coin St-Louis)  
418 681-6035



2750, Chemin Ste-Foy (Plaza-Laval)  
418 658-6067

STATIONNEMENT GRATUIT



**EYE AM AIGUISE  
SON CRAYON**



Procurez-vous votre  
taille-crayon et  
**découvrez**  
**le rabais**  
qui s'y cache!\*

**1 DESTINATION POUR TOUS  
VOS BESOINS OCULAIRES**

Montures de créateurs  
Verres de contact de spécialité  
Clinique de sécheresse oculaire  
Solutions sportives



**ISABELLE JUTRAS** opticienne **CYNTHIA DROUIN** opticienne **LUCIE LAURIN** optométriste **FRANÇOIS PIUZE** optométriste

QUÉBEC & MONTRÉAL  
**eye-am.ca**



1020, rue Bouvier | 418 380-2734

\*Détails en boutique. Un taille-crayon par client. Jusqu'à épuisement des stocks.

À la Maison des jeunes L'Envol de Sainte-Foy

## Des cuistots en herbe qui ont du cœur au ventre



Des membres de la MDJ L'Envol de Sainte-Foy qui ont participé à la première édition de Cuistots en herbe.

**(JB) Le camp Cuistots en herbe est une initiative rendue possible grâce au programme national Besoins essentiels, avers meilleurs de Repaires jeunesse du Canada, qui assure un accès à des aliments frais et sains et qui permet aux enfants et aux adolescents de développer les compétences dont ils ont besoin afin de faire des choix éclairés en matière de nutrition.**

Cet été, dix jeunes ont participé au tout nouveau camp Cuistots en herbe de la MDJ L'Envol de Sainte-Foy, membre de Repaires jeunesse du Canada. Pour souligner la fin de l'été, ils ont présenté le fruit de leur travail. Grâce aux techniques acquises et peaufinées tout au long de leur expérience culinaire estivale, les cuistots ont préparé des bouchées qui ont été servies pendant la soirée. Cet événement fut couronné de succès avec près de 60 personnes qui sont

venues encourager et féliciter ces petits chefs, le 17 août dernier. Au terme de la soirée, les jeunes participants se sont vu remettre un certificat attestant de leur participation au camp.

« Alyssa a vraiment apprécié son été. C'est une activité parfaite pour les préados qui se trouvent trop grands pour le camp de jour et qui n'ont pas envie de passer tout leur temps devant la télé. S'il y a une autre édition, elle sera très certainement des vôtres! Merci pour tout! », a déclaré la mère d'une jeune qui a participé à l'édition 2018 du camp.

### Une alternative aux camps de jour pour les 10 à 13 ans

« Ce projet se voulait une alternative aux camps de jour traditionnels pour les 10 à 13 ans, explique Caroline Flamand, coordonnatrice de la Maison des jeunes de Sainte-Foy. Généralement, plus les jeunes vieillissent, moins la forme habituelle des camps de jour leur plaît. Nous avons donc décidé de mettre sur pied un camp estival qui permettrait de développer des compétences culinaires tout en profitant d'une tonne d'activités diversifiées à l'image des jeunes. »



Ces jeunes filles semblent avoir particulièrement apprécié l'activité.

À la suite du succès inespéré de ce projet, la MDJ L'Envol entend présenter une seconde édition de cette activité au cours de l'été 2019. « Les membres du personnel et le conseil d'administration tentent de trouver des sources de financement qui permettront la reconduction de ce beau projet », conclut M<sup>me</sup> Flamand, qui précise que le programme Besoins essentiels, avers meilleurs est soutenu par la Fondation pour les enfants Le Choix du Président. ■

## Choisir et entretenir les bons outils de jardin Une conférence de Caroline Giroux

**(JB) La Société d'horticulture de Sainte-Foy présentera une conférence de la consultante et conférencière en agriculture, Caroline Giroux, qui aura pour titre Les bons outils de jardin : les choisir et les entretenir.**

Du tablier au sécateur, en passant par la pelle et l'arrosoir, quels sont les outils et accessoires indispensables au jardinier? Comment les choisir et les entretenir? M<sup>me</sup> Giroux vous donnera de judicieux conseils pour les nettoyer et les aiguiser.

Où? Centre artistique de Sainte-Foy, 930, avenue Roland-Beaudin (2<sup>e</sup> étage du centre sportif)

Quand? Le 16 octobre 2018, de 19 h 30 à 21 h

Coût? Gratuit pour les membres et 8 \$ pour les non-membres

Personne ressource : Nicole Caron 581 981-4441 ou par courriel : nicky101.2008@outlook.fr ■

La Saint-Vincent de Paul, conférence Saint-Mathieu

## Une activité de reconnaissance pour les bénévoles



Photo des bénévoles lors de l'activité de reconnaissance.

JACQUES BÉLANGER

jbelanger@journal-local.ca

**La Société Saint-Vincent de Paul, conférence Saint-Mathieu a organisé une activité de reconnaissance pour ses bénévoles afin de souligner leur dévouement pour l'organisme. L'événement s'est tenu au sous-sol de l'église de la paroisse Saint-Mathieu.**

« Nous avons 121 dossiers inscrits au comptoir alimentaire. De ceux-ci, 51 sont remis à des immigrants, explique Réal Camiré, président. La clientèle est composée, en parties égales, de personnes seules et de familles. » M. Camiré ajoute que la distribution des denrées s'effectue les deuxième et quatrième mardis du mois et attire une cinquantaine de personnes en moyenne.

À cela s'ajoute l'Opération entrée scolaire, un service prodigué par la Société Saint-Vincent de Paul, conférence

Saint-Mathieu aux familles éprouvant des difficultés à compléter leurs achats pour le retour en classe. « Il s'agit d'un coupon de 50 \$ pour des articles échangeables dans une pharmacie Jean Coutu. »

En été, l'organisme contribue monétairement aux coûts liés à l'inscription dans les terrains de jeux. « Nous défrayons la moitié des coûts, soit 125 \$, le reste étant payé par la Ville de Québec. »

En chiffres, les activités de la Société Saint-Vincent de Paul, conférence Saint-Mathieu se résument à 911 interventions composées de visites à domicile et de comptoir alimentaire, la distribution de 16 837 \$ en aide alimentaire, 8 724 \$ en vêtements, en ameublement et en paniers de Noël, 2 330 \$ en aide scolaire, et terrain de jeux et 10 732 \$ d'effets reçus en dons, remis aux bénéficiaires. Le total de l'aide attribué est de 38 624 \$.

Enfin, rappelons que la conférence Saint-Mathieu compte actuellement 37 membres et bénévoles. ■



Dans l'ordre habituel : René Pelletier, trésorier; Georges Christman, président émérite; Nicole Jacob, responsable du comptoir alimentaire; Réal Camiré, président actuel et Éric Duguay, agent de développement pour la Société Saint-Vincent de Paul de Québec.

Crédit photo : Jacques Bélanger

## Option-travail incite les gens à trouver leur X



C'est Chantal Lamarre qui a été choisie pour incarner le visage de la campagne Trouve ton X.

**(JB) Option-travail a récemment procédé au dévoilement de la nouvelle plateforme Web [trouvetonx.ca](http://trouvetonx.ca), un outil visant à mettre en valeur les services offerts par les centres-conseils en emploi membres d'AXTRA, l'Alliance des centres-conseils en emploi.**

Ce site a été créé afin de permettre à la population québécoise de trouver plus rapidement les services d'emploi adaptés à ses besoins. La nouvelle plateforme, qui s'adapte aussi bien aux téléphones dits intelligents qu'aux ordinateurs, permet à l'utilisateur de trouver rapidement des services clé en main grâce à un système de géolocalisation. Avec cet outil, on peut

également effectuer une recherche selon les différentes spécialités des centres-conseils, tout en ayant accès à des trucs et astuces pour maximiser ses chances d'obtenir un emploi.

« La mission même d'Option-travail étant de contribuer à l'épanouissement professionnel des gens, nous sommes très heureux qu'une plateforme créée par l'Alliance des centres-conseils (AXTRA) puisse permettre à la population d'être non seulement informée de notre existence en titre de centre-conseil en emploi et en développement de carrière, mais aussi d'être en mesure de nous localiser facilement, a déclaré Lanie Desrochers,

directrice générale d'Option-travail. Nous sommes aussi enthousiastes de la vidéo de promotion mettant en vedette cette superbe porte-parole qu'est Chantal Lamarre. Il n'y a plus aucune raison d'accepter de ne pas être sur son X. »

« Que ce soit pour obtenir un accompagnement personnalisé ou des conseils judicieux en matière d'emploi, la plateforme vient répondre à un besoin, autant pour les chercheurs d'emploi que pour ceux qui souhaitent cheminer dans leur carrière », a ajouté Valérie Roy, directrice d'AXTRA. ■



Cimetière  
Notre-Dame  
de-Belmont

Respect | Dignité | Tradition | Mémoire

**Appelez-nous!**  
**418 688-0566**

701, Nérée Tremblay, Québec  
[cimetierebelmont.ca](http://cimetierebelmont.ca)

## Au cœur de la ville

- Emplacements intérieurs et extérieurs pour répondre à tous vos besoins.
- Arrangements anticipés de sépulture



# RETIREZ DES

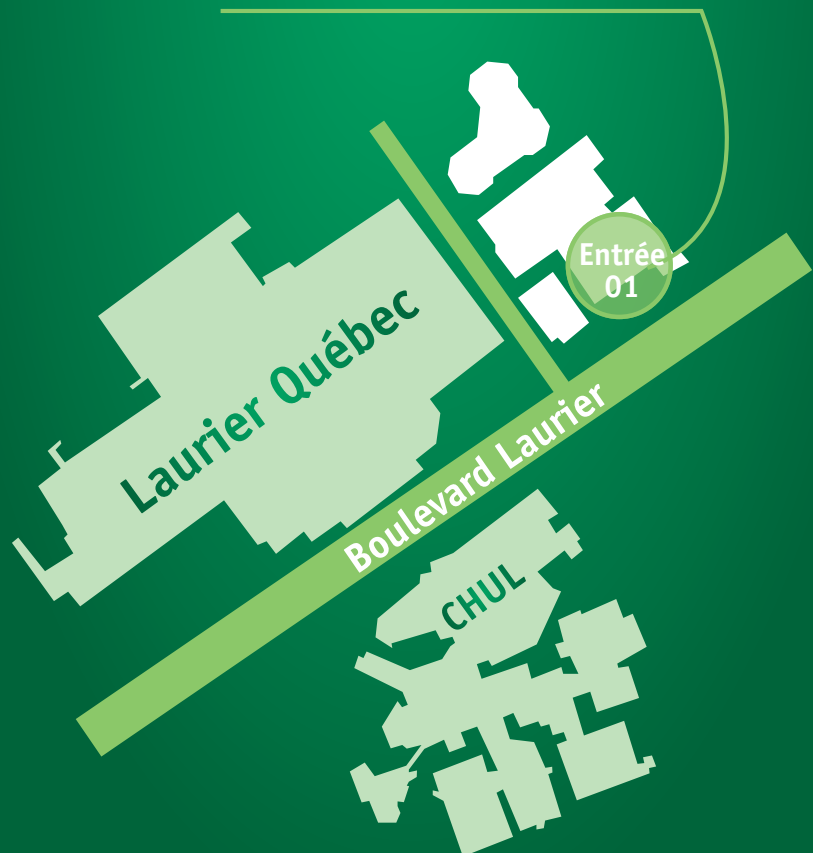


## EUROS



## US

### au guichet automatique de Place de la Cité



Sans frais:  
1 888 653-0515

www.caissesaintefoy.ca

Caisse Desjardins de Sainte-Foy

**Desjardins**  
Caisse de Sainte-Foy

## Pédalons avec Louis contre l'obésité

# Objectif atteint! 5 000 \$ à l'IUCPQ



Dans l'ordre habituel : Michel Lambert, président d'honneur et directeur des événements pour le compte du Cabinet National; Louis Fréchette, instigateur de l'événement; Dr Simon Marceau, chef du département de chirurgie bariatrique pour l'IUCPQ-UL; Dr Frédéric-Simon Hould, chirurgien général et bariatrique pour l'IUCPQ-UL; Mélika Robert, coordonnatrice senior aux communications et au marketing, Fondation de l'IUCPQ.

(JB) C'est le 25 août dernier, que s'est tenue la seconde édition du défi cycliste Pédalons avec Louis contre l'obésité, une activité-bénéfice au profit de la Fondation de l'Institut universitaire de cardiologie et de pneumologie de Québec (IUCPQ). La présidence d'honneur a été confiée à Michel Lambert, homme d'affaires et ancien patient de l'Institut.

Une vingtaine de cyclistes, dont deux chirurgiens bariatriques de l'IUCPQ, ont commencé leur randonnée à Montmagny pour couvrir les 80 km qui relient cette ville à Québec. C'est à l'Hôtel Château Laurier, sur la Grande Allée, que l'activité a pris fin.

Fort de ses nombreux partenaires, l'initiateur de la campagne, Louis Fréchette, a réussi à atteindre son objectif en recueillant 5 000 \$

qui seront remis à la Fondation de l'IUCPQ. Depuis ses débuts, c'est 10 000 \$ qui ont été amassés afin de soutenir le fonds de chirurgie de l'obésité. Grâce à une chirurgie bariatrique, Louis a pu perdre 240 livres et a pu retrouver une qualité de vie à laquelle il n'aspirait plus.

Le défi cycliste s'inscrit dans une longue démarche d'introspection et de dépassements physiques. En accomplissant cette prouesse, Louis Fréchette veut, encore une fois, se prouver qu'il a repris le contrôle de son corps, mais aussi engager la population dans une campagne de sensibilisation sur les problèmes liés à l'obésité et recueillir des fonds afin de permettre à d'autres personnes d'avoir accès à ce qu'il a pu obtenir : la santé et le goût de se dépasser et de vivre. ■

## La sécurité aux abords des écoles Un service essentiel



Le député sortant de Jean-Talon et ministre de l'Éducation, du Loisir et du Sport et ministre responsable de la région de la Capitale-Nationale, Sébastien Proulx, était sur place.

(JB) « Ralentissez, au nom de la sécurité », c'est le slogan de Solidarité familles et sécurité routière, qui fait la promotion de la conduite responsable depuis 9 ans. Le 21 septembre dernier, une équipe de bénévoles engagés dans la cause de la sécurité routière était présente à l'école Saint-Louis-de-France de la Commission scolaire des Découvreurs pour une campagne de sensibilisation. ■

L'espace entre les deux cônes orange représente la distance de freinage sur une chaussée sèche à 50 km/h, soit 30 mètres ou 100 pieds.





# COLLECTION INTENSIVE

MOLÉCULES D'INTERVENTION BEAUTÉ



PHOTO RETINOL

*Faites peau neuve*



PHOTO HYALURONIC

*Hydrate, lisse et protège*



PHOTO SPIRULINE

*Éclat immédiat, nourrie et revitalise*



**MAQUILLAGE PERMANENT**

SPÉCIAL D'OCTOBRE RABAIS 50\$

# Clin D'Œil Esthétique Enr.

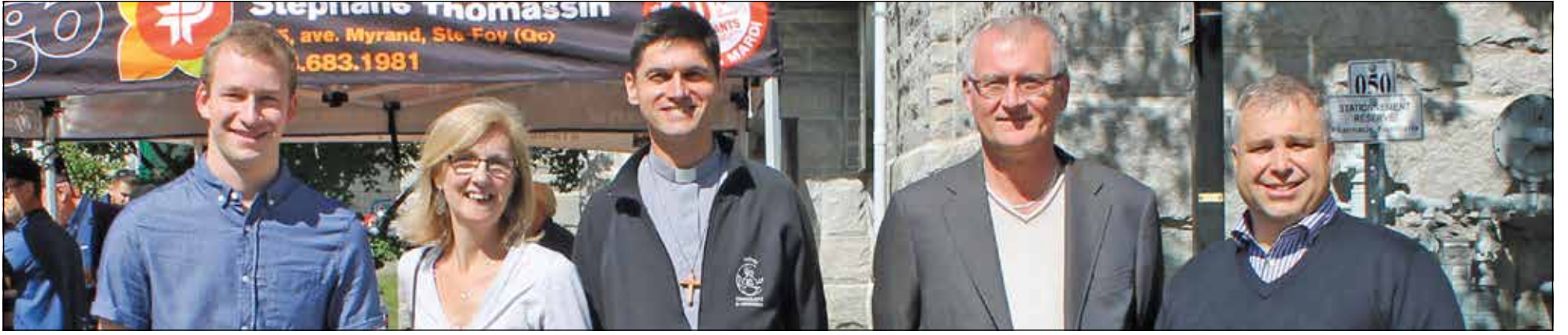
Place des Quatre-Bourgeois  
Sainte-Foy

418 656-0556  
clindoeilesthetique.ca



Grande fête familiale à la paroisse Saint-Thomas-d'Aquin

## Ouverte à toute la population



De gauche à droite : Vincent Breton; Claire Mercier, coordonnatrice du Festival Saint-Thomas; Brice Petitjean, curé de la paroisse; Claude Dubé, de la Société Saint-Vincent de Paul et Sébastien Proulx, député sortant de Jean-Talon, ministre de l'Éducation, du Loisir et du Sport et ministre responsable de la région Capitale-Nationale.

(JB) Le 9 septembre dernier, c'était le Festival Saint-Thomas sur le terrain de l'église Saint-Thomas-d'Aquin. L'activité phare de la journée était un brunch servi, en grande partie, par des membres des Chevaliers de Colomb et la nourriture était commanditée par Stéphane Thomassin, exploitant du supermarché Provigo de la rue Myrand.

« Bien que ce soit une fête paroissiale, nous accueillons les gens des quatre coins de la région, explique Brice Petitjean, curé de la paroisse. C'est une fête où tout le monde peut venir échanger tout en savourant un bon brunch. »

Il en coûtait seulement cinq dollars pour avoir un coupon donnant droit au repas. Celui-ci était composé d'œufs brouillés,

de saucisses, de fèves au lard, de pain, de muffins et de café. Les sommes recueillies sont dédiées aux activités de la paroisse. Le *Journal de Sainte-Foy* a pu fureter dans le mini marché aux puces qui regorgeait de livres, de CD et de DVD, sans oublier divers articles utiles pour la vie de tous les jours.

Pour Claire Mercier, coordonnatrice du Festival Saint-Thomas, géré par la paroisse Saint-Thomas-d'Aquin, cette journée, qui attire environ 300 participants, « permet d'organiser des activités destinées aux familles de la paroisse. C'est une agréable façon de recueillir des fonds. » ■



Les bénévoles responsables de la billetterie : Françoise Gravel, Claude Gravel, Élise Amyot et Marc Ladouceur.



Le curé Petitjean a procédé au bénédicité avant le repas.

Cégep de Sainte-Foy

## Deux certifications environnementales renouvelées

(JB) Au cours des dernières semaines, le Cégep de Sainte-Foy a vu son statut d'Établissement vert Brundtland de la Centrale des syndicats du Québec (EVB-CSQ) renouvelé, et a obtenu à nouveau la certification Cégep Vert du Québec, niveau Excellence, octroyée par Environnement Jeunesse, pour l'année 2017-2018.

Parmi les activités réalisées durant l'année 2017-2018 ayant permis au Cégep de renouveler ses certifications, mentionnons la plantation de plus de 330 arbres sur le campus dans des visées de verdissement, la tenue de nombreuses rencontres du Comité d'action et de concertation en environnement du Cégep, l'organisation d'activités de sensibilisation et de formations ouvertes à la communauté, de même que la création par le Collège d'un fonds en mobilité durable permettant de soutenir les diverses initiatives dans le futur et celle d'un emploi étudiant d'aide technique en agriculture urbaine. ■

# BOUCHERIE D'EXPÉRIENCE

- Veau de grain
- Poulet de grain
- Agneau du Québec

**POULET CUIT SUR  
CHARBON DE BOIS**

# ÉPICERIE PRODUITS SPÉCIALISÉS

- MAROC
- ALGERIE
- LIBAN
- TUNISIE
- INDE
- AFRIQUE  
et plus...

# PRIX MONTRÉAL

حلال

2690,  
chemin Ste-Foy



**418 651-9999**

# La Société artistique et culturelle de Québec expose au Palais Montcalm



Le comité organisateur : Andrée Gagné, Isabelle Bouchard (derrière M<sup>me</sup> Gagné), Ginette Bourassa, Christine Lahaie-Beaulieu, France Beauchesne, Claire Savard, Muriel Poitras, Jocelyne Audy, Michel Déry et France Laliberté.

(JB) Le 30 septembre dernier, la Société artistique et culturelle de Québec (SACQ) a effectué le vernissage de son exposition *Touche d'art*, à la Galerie du Palais Montcalm, à Québec. Cet événement a été précédé par l'activité *Ceuvre collective et artistes en direct #MomentsLaCoop*.

Dans le cadre des Journées de la culture, quelques membres de la SACQ ont peint une œuvre sur place en se laissant inspirer par la musique ambiante. Le public a pu ensuite discuter avec eux et participer à la création d'une œuvre collective.

L'exposition *Touche d'art* souligne le cinquantième anniversaire de la SACQ. Lors du vernissage de l'événement, on a remis le prix d'excellence Bistro La Cohue à l'artiste Anne Marrec. Le deuxième prix, Mention du jury, a été attribué à Claire Denis. Le jury était composé de Noëlla Dionne, professeur et artiste en art visuel, Claude Marcoux, artiste peintre, et Stella Bissonnette, responsable de la Collection Desjardins. Quant au comité organisateur, il

hommes et une femme. Il s'agit de Pauline Bourassa, Maurice Le Bon, Francesco Iacurto et Guy Martineau, qui sera le premier président, de 1967 à 1970. Une trentaine de présidents se sont succédé depuis un demi-siècle, créant ainsi une parité avant l'heure puisque, au fil des ans, 16 femmes et 14 hommes ont occupé ce poste.

Le 12 septembre 1968, le Cercle adopte le nom de Société artistique de Sainte-Foy et en 1996, l'organisme est enregistré OSBL et est soutenu par la Ville de Sainte-Foy. En 2007, la SACQ acquiert le statut de partenaire de l'arrondissement Sainte-Foy-Sillery-Cap-Rouge.

Il est intéressant de noter qu'en 1968, Francesco Iacurto, âgé de 60 ans, enseigne depuis quelques années au Service des loisirs de Sainte-Foy. Couvert de lauriers de son vivant, déjà sa solide réputation déborde nos frontières. Sa présence dans le premier conseil d'administration contribue à raffermir la crédibilité du nouvel organisme. La Société lui a d'ailleurs rendu hommage en créant en 1997 le centre de documentation



Anne Marrec, à gauche sur la photo, a reçu le prix d'excellence Bistro La Cohue des mains de Ginette Bourassa, qui représente cette entreprise, partenaire platine de l'événement.



Le livre d'artiste avec, de gauche à droite, Marie Plante, Huguette Thibault, Georges Boddaert et Isabelle Bouchard.

réunissait Andrée Gagné, Isabelle Bouchard, Ginette Bourassa, Christine Lahaie-Beaulieu, France Beauchesne, Claire Savard, Muriel Poitras, Jocelyne Audy, Michel Déry et France Laliberté.

Le livre d'artiste, une œuvre inédite réalisée pour le 50<sup>e</sup> anniversaire de la SACQ, porte le titre *Harmonie* et a été réalisé sous la direction d'Isabelle Bouchard. La conception et la réalisation de l'ouvrage ont été confiées à Isabelle Bouchard, Marie Plante, Georges Boddaert et Huguette Thibault. Cette œuvre était présentée hors concours, mais sa qualité a été soulignée par le jury.

## Un peu d'histoire

Retournons quelques années en arrière, plus précisément en 1967, année de la création du Cercle Gabriel Le Prévost. Le groupe fondateur, qui peignait souvent en plein air avec Albert Rousseau, était composé de trois

Iacurto, sur lequel Claudelle Gingras veille depuis 10 ans.

## Saviez-vous que?

À ses débuts, le bulletin d'information se nommait modestement *Le communiqué*, était ronéotypé, comptait environ 8 pages et reproduisait sur sa couverture un dessin à l'encre, car l'organisme ne pouvait payer le coût de la couleur. Aujourd'hui, *L'Esquisse* compte 18 pages enrichies de couleurs attrayantes.

En mars 1979, la secrétaire de l'Assemblée générale se nommait Andrée P. Boucher, celle-là même qui allait devenir mairesse de Sainte-Foy. L'art mène à tout!

La Société comptait 212 membres en 1983, ce qui est remarquable, puisqu'elle en compte aujourd'hui 280. ■

s o l u t i o n  
**saveursanté**

Alimentation spécialisée sans les 11 principaux allergènes\*

**PROFITEZ DE LA VIE**  
avec les produits sans gluten



**GRANDE PROMOTION!**

OBTENEZ

**15%** de rabais  
sur le prix régulier



*Un nouveau monde de saveurs et de gourmandise!*

Cette offre est valide jusqu'au 28 octobre 2018 ou jusqu'à épuisement de la marchandise.

**Grand choix de pains non congelés. Pains tranchés, petits pains, craquelins sucrés ou salés, tartines et biscottes, biscuits, etc.**

• Des conseillères formées et compétentes

• Consultation avec une nutritionniste sur rendez-vous

\* Référence ACIA

1670, avenue Jules-Verne, local 105 (Québec) G2G 2R1  
Autoroute 40, sortie Legendre  
418 780-8182

[solutionsaveursante.com](http://solutionsaveursante.com)

Suivez-nous sur Facebook

**Plus de 5 000 produits différents en magasin!**

# Un événement sportif au profit de Laura Lémerveil

(JB) Le 14 octobre prochain, des coureurs « prêteront » leurs jambes à des jeunes vivant une situation de handicaps multiples et sévères dans le cadre du marathon SSQ de Québec.

Les enfants seront jumelés aux coureurs et vivront un sentiment d'accomplissement et de dépassement de soi. L'organisme Laura Lémerveil, qui a pour mission de soutenir, d'accompagner et de cheminer avec les enfants polyhandicapés et leur famille tout au long de leur parcours de vie, désire que ces enfants puissent avoir une vie comme les autres.

Si vous n'avez pas eu l'occasion de vous inscrire à cette activité, vous pouvez envoyer un don à Laura Lémerveil. Leur site : lauralemerveil.ca. ■



Le 14 octobre prochain, des coureurs « prêteront » leurs jambes à des jeunes vivant une situation de handicaps multiples et sévères dans le cadre du marathon SSQ de Québec. Photo prise lors de l'édition de l'année dernière.

## Les Œuvres Jean Lafrance à La Montée des sommets GBV Une belle leçon d'entraide

(JB) Des jeunes de la Maison Jean Lafrance étaient présents lors de l'activité La Montée des sommets GBV.

Cet événement, organisé par GBV Avocats, est consacré à la cueillette de fonds destinés à une cause soutenant les enfants en difficulté. Cette année, les profits ont été versés à la Fondation du Centre jeunesse de Québec.

L'activité, qui a lieu au mont Sainte-Anne, consiste à gravir le sentier La Pichard, une ascension de 625 mètres de dénivelé, le plus de fois possible en trois heures.

Le service de nourriture a été effectué par des jeunes de la Maison Jean Lafrance. Les organisateurs ont saisi l'occasion pour saluer cette initiative dans leur page Facebook. Un événement d'entraide auquel participe une œuvre communautaire, voilà un double geste d'altruisme qu'il faut saluer! ■



Des jeunes de la Maison Jean Lafrance étaient présents lors de l'activité La Montée des sommets GBV.



La plus récente photo couverture de la page Facebook des Œuvres Jean Lafrance.

Crédit photo : Photo tirée de la page Facebook de GBV Avocats

## Du pain sur la planche pour deux amis de L'Arche L'Étoile



Cyril Pringault, de la boulangerie communautaire Des pains sur la planche, entouré de Paul (à gauche sur la photo) et de Jean-François, usagers du centre de jour L'Arche L'Étoile.

(JB) Cyril Pringault, de la boulangerie communautaire Des pains sur la planche, a visité L'Arche L'Étoile, un organisme qui œuvre auprès de personnes vivant avec une déficience intellectuelle. Il y a rencontré Paul et Jean-François, deux usagers du centre de jour. Comme la future boulangerie sera située tout près des locaux de L'Arche L'Étoile, il leur a proposé de participer à l'aventure.

Les deux amis auront le loisir de confectionner leur propre pain, une activité valorisante pour tous, mais la boulangerie communautaire a besoin de votre aide. Vous pouvez les aider financièrement en allant sur le site de La ruche Québec à <https://laruchequebec.com/projet/des-pains-sur-planche-4088/#/>.

Rappelons que L'Arche L'Étoile de Québec a été fondée en 1976 et compte quatre foyers résidentiels ainsi qu'un centre de jour. On y accueille 20 personnes ayant une déficience intellectuelle et 15 assistants partagent leur quotidien, leur travail, leurs joies et leurs souffrances dans une ambiance familiale et fraternelle. ■

Crédit photo : L'Arche L'Étoile

**duProprio**  
Sans agent,  
sans commission.

**MAISON UNIFAMILIALE**  
**1299, rue des pins Est, L'Ancienne-Lorette - 285 000 \$**



À 2 minutes de la polyvalente de L'Ancienne-Lorette, à 10 minutes de l'Université Laval, grande terrasse meublée, meubles du sous-sol inclus.

**418 872-1991**

## Le projet résidentiel QG

## Des constructeurs d'expérience de vie

(JB) Imaginez un lieu de vie où les personnes qui logent ont accès à tous les services : offre alimentaire complète, accès à des unités d'habitation abordables et à des soins de santé. C'est le tour de force qu'a réussi la Société immobilière Capwood, qui œuvre en partenariat avec Groupe MJC, courtier Via Capitale. L'édifice sera situé sur la rue Roland-Beaudin, près de la route de l'Église.

Questionné sur l'idée qui a engendré ce projet unique à Québec, Mathieu J. Caron, de Groupe MJC, explique qu'elle vient de Denis Epoh, directeur général de Capwood. « M. Epoh, qui occupait précédemment le poste de vice-président exécutif Investissement chez Ivanhoé Cambridge, a eu l'idée de créer une communauté à l'intérieur de ce que nous appelons trois districts. Ces derniers sont : gourmet, services et résidentiel. »



Mathieu J. Caron, faisant une démonstration de l'écran tactile mis à la disposition des clients.

## District Gourmet

« Imaginez un regroupement d'artisans qui travaillent ensemble. Prenons, par exemple, un boucher, qui fournira la viande à nos deux restaurants et aux autres commerces nécessitant cette denrée : sandwicherie, cuisine asiatique, grecque ou italienne. Il n'y a pas de compétition et tous les artisans travaillent de concert pour présenter une offre complète de produits. Et, comme la tâche première de l'artisan est de créer, il fallait trouver un mode de gestion qui inclurait l'ensemble des services comme la livraison et les commandes. Ce sera assuré par Capwood, qui sera sur place pour gérer le projet. C'est sécurisant comme transaction. »

Pour les résidents des unités d'habitation, cela se traduit par une offre de services qui dépasse ce qui existe actuellement. « Vous êtes dans votre unité de condo. Vous sortez votre application et commandez directement à une centrale. Cette dernière prend la commande et communique avec

les artisans. Nous avons un service de conciergerie qui apportera le tout à votre porte. »

Pour Yannick Gagné, directeur du marketing, il était important de confier le District Gourmet à des artisans locaux. « Dans chacune des régions où nous nous installerons, il y aura des artisans locaux. Nous ne ferons pas affaire avec des chaînes ou des bannières. »

## District Services

Du côté est de l'édifice, un restaurant, doté d'une terrasse, assurera le déjeuner et le dîner et, du côté sud, un autre restaurant, également avec terrasse, sera dédié au dîner et au souper. « Le rez-de-chaussée a une hauteur équivalente à deux étages, soit une vingtaine de pieds de plafond. Les étages 3, 4 et 5 accueillent la partie Services. Ce district est composé d'un médecin spécialisé ainsi que d'autres spécialités comme la médecine douce de type ergothérapeute, physiothérapeute, massothérapeute et ostéopathe. Cet espace comprend également une pharmacie et une garderie. »

## District Résidentiel

Les unités résidentielles sont situées sur les étages 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11 et 12. « Lorsque nous avons conçu nos condos, le but était de réunir les générations dans un même édifice, explique M. Gagné. C'est pour cette raison qu'il y a des condos pour tous les budgets, qui peuvent accueillir autant les milléniaux que les baby-boomers. On parle ici de condos dont le prix d'achat varie entre 167 000 \$ et 800 000 \$, les condos à 160 000 \$ ayant tous trouvé preneurs. » M. Caron précise que 37 unités ont déjà été réservées jusqu'à maintenant, sur les 134 au total.

## Une logistique à valeur ajoutée

« Grâce à une tablette électronique, tous nos condos seront reliés à tous les commerçants, poursuit M. Gagné. Cela signifie que si, un matin, vous prenez votre café et désirez savourer des croissants frais, vous n'aurez qu'à les commander et on va les livrer à votre condo. »

Au bureau des ventes, les personnes intéressées peuvent parcourir un écran tactile où ils peuvent découvrir toutes les facettes du projet QG. « On construit notre édifice de façon à ne pas avoir d'ouverture côté plein nord. Ainsi, tous les propriétaires ont une unité où l'éclairage y est généreux. »

Décidément, ils ont pensé à tout... ■



Maquette du projet QG.

Crédit photo : Société immobilière Capwood.

## Devenez partenaire du plus grand réseau d'opérateurs spécialisés en entretien ménager commercial au Canada!

Seul JAN-PRO Canada peut vous offrir un partenariat d'affaires avec autant de bénéfices :

### Contrats clients initiaux garantis

- Investissement de départ de 1 500 \$ ;
- un programme de formation spécifique, avec certification de compétences ;
- un support administratif et technique vous permettant d'opérer votre entreprise à son maximum ;
- des avantages concurrentiels incomparables ;
- des résultats financiers les plus performants de l'industrie.



# JAN-PRO

Obtenez plus que ce que vous voyez

**Alain Ratelle**  
Associé directeur

alain.ratelle@jan-pro.ca  
T. (418) 527-1400 poste 110  
C. (418) 520-2835

jan-pro.ca

# 2 LES SOIRÉES POUR 1

# BAROLO

PÂTES • GRILLADES • PIZZAS

2959, boulevard Laurier, Québec  
418 380-0133 | lebarolo.com

**LUNDI** TARTARES  
**MERCREDI** PÂTES FRAÎCHES  
**MARDI** BURGERS  
**JEUDI** APÉRITIVO\*

Valide dès 17 h, ne peut être jumelée à aucune autre promotion. \*Valide sur les verres seulement, ne s'applique pas à l'achat de bouteilles.

BAROLO

CARTE-  
CADEAU

# 20\$

Sur présentation de cette carte-cadeau, obtenez 20\$ de rabais applicable à l'achat de deux repas du nouveau menu Barolo à prix régulier sur une même facture. Limite d'une carte par facture. Valable de 17 h à la fermeture, tous les soirs. Ne peut être jumelée à aucune autre promotion.

Expiration : 31 octobre 2018.

## Bénédition des croix de chemin

# Avec la participation des sociétés d'histoire de Sainte-Foy et de L'Ancienne-Lorette

(JB) Deux croix de chemin ont été récemment restaurées, un événement rarissime de nos jours. Il s'agit de la croix Bédard et de la croix Noreau, toutes deux situées sur le territoire de la paroisse Notre-Dame-de-l'Annonciation, dans le quartier de l'Aéroport international Jean-Lesage, à Québec.

Comme le veut la tradition, c'est le curé de la paroisse, l'abbé Pierre Gastonguay, qui est venu bénir ces croix à l'invitation de la Société d'histoire de L'Ancienne-Lorette, qui a coordonné l'événement. Près d'une cinquantaine de personnes, paroissiens, propriétaires de croix de chemin, membres de sociétés d'histoire et amis du patrimoine ont participé à cette activité. M. Gilles Falardeau, président de l'organisme, a agi à titre de maître de cérémonie.



Les personnes qui ont participé à la bénédiction de la croix de chemin Bédard, du rang Sainte-Anne, à Québec.

## La symbolique des croix expliquée par la SHSF

La Société d'histoire de Sainte-Foy (SHSF) a été représentée par son président, M. Alain

Côté. Il a profité de l'occasion pour expliquer la symbolique des nombreux éléments décoratifs qui ornent ces deux croix de chemin, les rendant ainsi exceptionnelles dans le paysage paroissial, chaque croix rappelant, à la manière d'un livre d'images, la Passion du Christ. Il a ajouté que ces croix de chemin érigées le long des rangs constituaient souvent des points de repère géographique.

Par la suite, M. Armand Dubé, étroit collaborateur de l'événement, a lu quelques vers qu'il avait composés pour chacune de ces croix, sous forme de méditation. La Société d'histoire de L'Ancienne-Lorette lui doit d'avoir été sensibilisée très tôt à la conservation et à la mise en valeur des neuf croix de chemin et du calvaire, présents sur le territoire paroissial. C'est M. Dubé qui avait dressé la carte d'un circuit de découverte à vélo de ce patrimoine historique. Chacune des bénédiction s'est achevée par des chants entonnés par M<sup>mes</sup> Lucie Savard et Lise Fiset. La famille de M<sup>me</sup> France Trudel, propriétaire d'une des deux croix, a ensuite invité les participants à un goûter offert à sa résidence. Les nombreuses personnes présentes ont grandement apprécié cette belle activité riche en histoire et en signification.

## Les croix Bédard et Noreau

De ces deux croix bénies à cette occasion, la première a été la croix Bédard située au 3337, rang Sainte-Anne. Elle a été érigée

pour la première fois par Gabriel Hamel et les habitants du rang Sainte-Anne en 1905, à proximité de l'école de rang. C'est à la famille Bédard – Thérèse, Alain et Daniel – que l'on doit la restauration de cette croix, qui est l'une des deux plus ornées de la paroisse et qui se distingue par le coq du reniement de Pierre perché à son sommet. M. Daniel Bédard a expliqué aux participants les raisons qui l'ont amené à la restauration de cette croix, notamment celle visant à témoigner de la foi du milieu rural durant plusieurs générations.

On ignore l'année de construction de la seconde, la croix Noreau, désignée aussi sous l'appellation de croix de chemin de Bélair. Érigée en face du 3335, avenue Notre-Dame, elle a été fièrement remise à neuf par ses propriétaires, M<sup>me</sup> France Trudel et M. Denis Guay. Elle témoigne d'une promesse faite par M. Alfred Noreau, grand-père maternel de M<sup>me</sup> Trudel, d'ériger une croix si son épouse survivait à un difficile accouchement. La mère de M<sup>me</sup> Trudel, présente à la bénédiction, était particulièrement réjouie de revoir de son vivant la vénérable croix dressée de nouveau sur son lieu d'origine. Cette croix est plantée du côté sud de la route, à l'intérieur d'un espace sacré que délimite une petite clôture. Un système d'éclairage la met en valeur dès la tombée du jour. Elle reprend plusieurs éléments de la croix Bédard en plus d'en révéler quelques autres rappelant la Passion du Christ. ■



Alain Côté, président de la Société d'histoire de Sainte-Foy, explique la symbolique des éléments décoratifs de la croix de chemin Noreau, située sur la rue Notre-Dame.

## Restaurant de cuisine italienne situé à Ste-Foy



Rejoignez-vous à une équipe dynamique depuis 15 ans avec une clientèle fidèle et achalandage 12 mois par année.

Ambiance chaleureuse et bonnes conditions de travail.

### Serveur/euse

- Serveur/euse de jour pour petit déjeuner et ou de soir
- Temps plein ou partiel (3 jours / semaine minimum incluant les samedi et dimanche)
- Expérience requise
- Uniforme fournie, vaste stationnement gratuit, 25 % de rabais sur les repas en tout temps

### Hôtesse assistante gérante

- Travail de jour du mercredi au dimanche, 40 h / semaine, soit de 8 h à 16 h à 17,50 \$ / h pour un salaire hebdomadaire de 700 \$
- Uniforme fournie, repas gratuit, stationnement gratuit
- Expérience en restauration exigée

Veillez vous présenter avec votre CV entre 14 h et 18 h ou faire parvenir votre CV au :

**info@tuscanosquebec.com**

Visitez notre Internet : tuscanosquebec.com

1445, Jules-Verne (angle Duplessis)



Les personnes qui ont participé à la bénédiction de la croix de chemin Bédard, du rang Sainte-Anne, à Québec.

## La Baratte

# De plus en plus présente au sein de la collectivité

(JB) La Baratte, dont les locaux sont situés dans le secteur de Sainte-Foy, est de plus en plus présente lors d'événements tenus dans la région de Québec.

À preuve, la participation de l'organisme au Salon FADOQ 50+ qui s'est tenu à ExpoCité les 28 et 29 septembre derniers. Des bénévoles de La Baratte ont pu faire part de leur offre de services auprès des aînés de la grande région de Québec.

Ces derniers ont pu en savoir davantage sur la popote roulante La Belle Visite, ouverte à tous ceux qui, pour une raison de santé,

de temps ou de perte d'autonomie, ne peuvent avoir accès à un repas complet. Ce service est offert sur une base temporaire ou permanente, en formule livraison.

Les gens qui reçoivent, tant les particuliers que les entreprises, peuvent avoir recours au service de traiteur, disponible pour toutes occasions et à prix amical.

Pour ceux et celles qui désirent venir sur place pour choisir leurs repas congelés, prendre un repas ou un café et échanger avec d'autres personnes, La Baratte propose Le Comptoir, situé dans les locaux des

entreprises de cœur au 2120, rue Boivin à Québec.

Les personnes atteintes de dysphagie ont accès aux aliments Epikura, livrés à La Baratte. Ce sont des mets en purée et formés pour imiter de vrais aliments. L'apparence naturelle contribue au plaisir de manger et de s'alimenter convenablement.

Pour information : labaratte.ca ou 418 527-1173 ■



Des bénévoles de La Baratte ont participé au Salon FADOQ 50+ qui s'est tenu à ExpoCité les 28 et 29 septembre derniers.

# Organismes reconnus, arrondissement de Sainte-Foy

(JB) Les organismes du secteur de Sainte-Foy apportent un soutien considérable à la population des quartiers qu'ils desservent. Voici une liste qui pourra vous aider. Pour tout changement ou ajout, prière de contacter Jacques Bélanger au jbelanger@journal-local.ca . ■

<p><b>4 Loisirs</b> Nadia Jolicœur, coordonnatrice 581 998-6301 Du lundi au jeudi de 9 h à 12 h coord@4loisirs.com   4loisirs.com</p>	<p><b>Accès-Loisirs Québec</b> Pauline Tanguay 418 657-4821 acces-loisirs@bellnet.ca</p>	<p><b>AGIR en santé mentale</b> Richard Langlois 418 640-5253 info@agirensantementale.org</p>	<p><b>Arche (L') L'Étoile</b> Pierre Anctil 418 837-0215 anctil.pierre@gmail.com</p>	<p><b>Association canadienne pour la santé mentale</b> Monique Boniewski 418 529-1979 info@acsmquebec.org</p>	<p><b>Association de hockey mineur Sainte-Foy / Sillery (Gouverneurs)</b> Roger Thibodeau 418 641-6301 poste 3383 info@lesgouverneurs.com</p>	<p><b>Association des familles de personnes assassinées ou disparues (AFPAD)</b> Andrée Champagne 418 686-5443 andree.champagne@afpad.ca</p>
<p><b>Association des handicapés respiratoires de Québec</b> Louise Boulet 418 657-2477 ahrq@videotron.ca</p>	<p><b>Association des proches aidants de la Capitale-Nationale</b> Suzanne Girard 418 688-1511 poste 2 info@apacn.org</p>	<p><b>Asthme et allergies Québec</b> Gervais Bélanger 418 627-3141 ubfi@asthmeallergies.com</p>	<p><b>La Baratte</b> Baratte (La) Stéphane Paradis 418 527-1173 direction@labaratte.ca</p>	<p><b>Centre d'entraide Émotions</b> Joanne Boutet 418 682-6070 emotions@qc.aira.com</p>	<p><b>Centre de céramique de Sainte-Foy</b> France Turcotte 418 688-3166 info@centredeceramique.qc.ca</p>	<p><b>Centre de yoga Sainte-Foy</b> Marie-Chantale Bureau 418 688-3003 mariechantalebureau@yogasaintefoy.com</p>
<p><b>Centre Femmes d'aujourd'hui</b> Isabelle Boily 418 652-2101 c.f.a@oricom.ca</p>	<p><b>Cercle de Fermières Notre-Dame-de-Foy</b> Linda Carrier 418 658-0897 lindacarrier@gmail.com</p>	<p><b>Cercle de Fermières Sainte-Geneviève-de-Sainte-Foy</b> Claire Laganière 418 658-6686 cfq-stg-stf@hotmail.com</p>	<p><b>Chantelait</b> Groupe de soutien à l'allaitement Isabelle Poulin, directrice générale 418 877-5333 www.chantelait.org</p>	<p><b>Chevaliers de Colomb Conseil # 5685 Sainte-Foy</b> François Denis 418 570-4763 cdcstefoy5685@gmail.com</p>	<p><b>Chœur du Vallon</b> Francine Lévêque 418 627-0248 francine.leveque@videotron.ca</p>	<p><b>Club de soccer Caravelles de Sainte-Foy / Sillery</b> Christophe Rouy 418 641-6301 poste 3377 ecrire@caravelles.ca</p>
<p><b>Club de scrabble Sainte-Geneviève</b> Roselyne L'Italien 418 651-1473 rlitalien131@hotmail.com</p>	<p><b>Kiwanis Québec</b> au service des enfants <b>Club Kiwanis de Québec</b> François-Michel Lorange info@kiwanisquebec.org</p>	<p><b>Club Rotary de Sainte-Foy</b> Jacques Bossinotte 418 563-0214 info@rotary-ste-foy.org</p>	<p><b>Collectif 55+</b> Daniel Guay collectif55plus@gmail.com www.collectif55plus.org</p>	<p><b>Comité Logement d'aide aux locataires</b> Cheryl-Ann Dagenais 418 651-0979 clal1@videotron.ca</p>	<p><b>Comptoir Louise et Frédéric</b> Marc Harvey 418 659-3993 comptoirlouiseetfrederic@gmail.com</p>	<p><b>La Courtepointe</b> Valérie Dubé 418 657-3836 info@lacourtepointe.ca</p>
<p><b>Ensemble classique a piacere</b> Maurice Nadeau 418 650-3525 mauricenadeau36@videotron.ca</p>	<p><b>Entraide Ste-Foy</b> Guylaine Leblanc 418 650-5544 guylaineleblanc@entraidestefoy.org</p>	<p><b>Fabrique de la paroisse Notre-Dame-de-Foy</b> Marc Lavoie 418 653-9575 poste 21 NDF@paroissendf.com</p>	<p><b>Fibrose kystique Canada du Québec</b> Jean-Sébastien Ferron 418 653-2086 info@fibrosekystiquequebec.ca</p>	<p><b>Fondation du Centre Psycho-Pédagogique de Québec</b> Lily Perron 418 650-1171 poste 251 lilyperron@cppq.qc.ca</p>	<p><b>Fondation En Cœur</b> Janic Allard 418 650-2270 quebec@en-cœur.org</p>	<p><b>Fondation Réno-Jouets</b> Annie Asselin 418 877-6758 info@fondationrenojouets.ca</p>

418-651-2951  
Pour elle et lui

**RABAIS 15%**

Coupe et mise en plis
































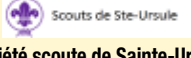


L'équipe de SuperCoiffe célèbre son **18<sup>e</sup> ANNIVERSAIRE**

Pour souligner l'événement nous tenions à remercier notre aimable clientèle... Vous êtes invités à profiter sans tarder de notre promotion.

3648, rue du Campanile

**418 651-2951**

Valide jusqu'au 31 octobre 2018.  
Sur présentation de ce coupon.

 <p><b>Fondation Élan</b> Annie Gagnon 418 529-9141 poste 4366 annie.gagnon@irdpq.qc.ca</p>	 <p><b>GIT Services-conseils en emploi</b> Karine Roussy 418 686-1888 gitcre@git.qc.ca</p>	 <p><b>Gite Jeunesse / Résidence de Sainte-Foy</b> Denis Bouchard 418 652-9990 gitejeunesse@videotron.ca</p>	 <p><b>Horizon Nouveau</b> Véronique Cazeault 418 651-8027 info@horizonnouveau.org</p>	 <p><b>La Fripe.com</b> Natasha Alix 418 688-5162 lafripe.com@videotron.ca</p>	 <p><b>Laura Lémerville</b> Sandra Lambert 418 462-3325 administration@lauralemerville.ca</p>	 <p><b>Loisirs (Les) Saint-Benoît</b> Senso Laau 418 654-4015 loisirsst-benoit@hotmail.com</p>
<p><b>Loisirs (Les) Saint-Thomas</b> Rita Giguère 418 527-1027</p>	 <p><b>Ludothèque (La) de Sainte-Foy</b> Catherine Giguère-Duval 418 641-6301 poste 4081 coordoludostefoy@gmail.com</p>	 <p><b>Maison de la famille Louis-Hébert</b> Caroline Lafrance 418 681-0141 info@maisonfamilieleouishebert.com</p>	 <p><b>Maison de la musique de Sainte-Foy</b> France Sanfaçon 418 650-2657 mmsf1986@gmail.com</p>	 <p><b>Maison des entreprises de cœur</b> Audrey Simard directrice générale 418 684-0087 direction2@videotron.ca</p>	 <p><b>Maison des grands-parents de Sainte-Foy</b> Rosanne Montminy 418 658-8484 grandsparents2014@gmail.com</p>	 <p><b>Maison des jeunes L'Envol de Sainte-Foy</b> Caroline Flamand 418 656-6039 mdjlenvol@hotmail.com</p>
 <p><b>Maison Hélène-Lacroix</b> Julie Beaulieu 418 527-4682 info@maisonhelenelacroix.com</p>	 <p><b>Maison L'Éclaircie</b> Myriame Trudel 418 650-1076 mtrudel@maisonclaircie.qc.ca</p>	 <p><b>Maison pour femmes immigrantes</b> Lisette van Lier 418 652-9761 maisonpourfemmesimmigrantes@hotmail.com</p>	 <p><b>Maison Richelieu Hébergement Jeunesse</b> Julie Emond 418 659-1077 info@hebergementjeunesse.org</p>	 <p><b>Mieux-être des immigrants</b> Gloria Lizama 418 527-0177 info@meiquebec.org</p>	 <p><b>Moisson Québec</b> Élaine Côté 418 682-5061 info@moissonquebec.com</p>	 <p><b>Œuvres (Les) Jean Lafrance</b> Jean Lafrance 418 681-3883 info@lesojl.com</p>
 <p><b>Option Travail / Carrefour jeunesse emploi Sainte-Foy</b> Lanie Desrochers 418 651-6415 ldesrochers@optionje.qc.ca</p>	 <p><b>Organisation communautaire d'écoute et d'aide naturelle (OCEAN)</b> Diane Joncas 418 522-3352 info@org-ocean.com</p>	 <p><b>Passage (Le)</b> Nathalie Paquet 418 527-0916 info@centrelepassage.org</p>	 <p><b>Pavois (Le) de Sainte-Foy</b> Francine Cyr 418 948-1280 pavoisste-foy@videotron.ca</p>	<p><b>Popote roulante Laval</b> Suzanne St-Laurent, présidente 418 654-9017 popoteroulantelaval@bellnet.ca</p>	 <p><b>Société artistique et culturelle de Québec</b> Céline Normand, présidente 418 659-1372 sacq.normand@gmail.com</p>	 <p><b>Ressource Espace Familles</b> Cindy-Lee McKenzie 418 681-9740 communication@refamilles.ca</p>
<p><b>Société d'histoire de Sainte-Foy</b> Alain Côté 418 641-6301 poste 4082 histoiresaintefoy@gmail.com</p>	 <p><b>Société d'horticulture de Sainte-Foy</b> Nicole Caron 581 981-4441 nicky101.2008@outlook.fr</p>	<p><b>Société de modélisme ferroviaire de Québec</b> Raynald Pouliot 418 657-7932 pppraynald@videotron.ca</p>	 <p><b>Société Saint-Vincent-de-Paul Conférence Sainte-Geneviève</b> Françoise Simard-Gagnon 418 659-2474 gagi@videotron.ca</p>	 <p><b>Société Saint-Vincent-de-Paul Conférence Sainte-Ursule</b> Richard Girard 418 653-1381 ssp_quebec.org</p>	 <p><b>Société Saint-Vincent-de-Paul Saint-Benoît Abbé</b> Jeannot Lachance 418 653-6362 jolachance@hotmail.com</p>	 <p><b>Société Saint-Vincent-de-Paul Conférence Saint-Mathieu</b> Réal Camiré 418 650-2252 realcamire@videotron.ca</p>
 <p><b>Société scout de Sainte-Ursule</b> Sylvie Mondor 418 654-0262 smondor92@gmail.com</p>	 <p><b>TRAC jeunesse</b> Viviane Gélineau Adjointe à la coordination info@traicjeunesse.org</p>	 <p><b>Verger (Le)</b> Véronique Chabot 418 657-2227 info@leverger.ca</p>				

# PORTES OUVERTES



COLLÈGE DES  
**COMPAGNONS**  
DYNAMISME PROJETS-ÉTUDES

**21 OCTOBRE 13h à 16h**

3643, avenue des Compagnons

**418 652-2170**

[www.collegedescompagnons.com](http://www.collegedescompagnons.com)

[desdecouvreur.ca](http://desdecouvreur.ca)

**NOUS  
JOINDRE**

COMMISSION SCOLAIRE DES DÉCOUVREURS  
100-945, avenue Wolfe  
Québec (Québec) G1V 4E2  
418 652-2121



Découvreur **en tête!**



Commission scolaire des  
**Découvreur**

Découvreur **en tête!**

# De Rochebelle intronise ses ambassadeurs



Une partie des ambassadeurs de l'école De Rochebelle.

**(JB) Le mur des ambassadeurs a été inauguré récemment à l'école De Rochebelle, près de la salle Monet-Chartrand. Celui-ci met en évidence d'anciens élèves qui ont réussi un parcours de vie remarquable dans divers domaines professionnels.**

Ces 33 ambassadeurs serviront de modèles pour les élèves et de référence, pour leurs

parents. Le projet, qui a vu le jour il y a un peu plus de deux ans, avait pour mission de présenter les réalisations exceptionnelles d'anciens élèves de l'école.

Les ambassadeurs qui ont été intronisés récemment sont : Pierre Champagne (1964), Paul Martin (1971), Suzanne Petit (1971), Gilles Lépine (1972), André Philippe

Côté (1973), François Pérusse (1976), Jean Brouillard (1977), Geneviève Rioux (1978), Steve Penney (1978), Johanne Gervais (1979), Paul Poirier (1979), Paule Halley (1981), Mario St-Amand (1985), Dominique Mayrand (1987), Sébastien Leblanc (1987), Alexandre Lebel (1991), Patrick Huot (1992), Amélie Geoffroy (1995), Christian Roy (1995), Denis St-Pierre (1995), Louis-Philippe

Lampron (1996), Marc-André Vézina (1996), Pascale Lévesque (1996), Émilie Bibeau (1997), Youri Cormier (1997), Andrée-Anne St-Arnaud (1998), Valérie Côté (1998), Jean Sayegh (1999), Monia Chokri (1999), Marie-Pier Deschênes Rompré (2001), William St-Michel (2002), Joël Lightbound (2005) et Anne-Marie Rouleau (2008). ■

## Fillactive

### Une nouvelle activité de financement



Mères et filles lors du Relais Mère / Fillactive dans le cadre du MégaRelais Madame Labriski.

**(JB) L'organisme Fillactive, dont la mission est de faire découvrir aux jeunes Canadiennes les avantages et le plaisir de la pratique d'activités physiques, vient de lancer une nouvelle activité de financement.**

Il s'agit du Relais Mère / Fillactive, qui s'est tenu les 15 et 16 septembre derniers. La première édition de cette activité s'inscrit dans le cadre du MégaRelais Madame Labriski, une course à relais de 287 km qui s'effectue en équipe de 6 à 12 coureurs sur plus de 24 heures.

« Fillactive est très heureuse de se joindre au MégaRelais Madame Labriski qui partage le même objectif auprès des jeunes filles :

faire la promotion des nombreux bienfaits de l'activité physique. Le Relais Mère / Fillactive est une magnifique occasion de développer des liens privilégiés mère-fille en partageant des moments de complicité, de dépassement de soi et d'accomplissement à travers la préparation et la réalisation d'un défi d'activité physique commun », a expliqué la fondatrice et présidente de Fillactive, Claudine Labelle.

Les duos mère-fille inscrits à cette première édition ont été invités à compléter les deux premiers (samedi) et les deux derniers segments (dimanche) du parcours de course du MégaRelais Madame Labriski pour un total de 25 km. ■

Les bienfaits de l'activité physique

### Conférence de Parkinson région de Québec

**(JB) Benoit Labbé, physiothérapeute à la Clinique Synapse, présentera une conférence sur l'exercice physique. Les participant(e)s pourront voir les avantages et inconvénients de certaines activités physiques. Ils pourront également démystifier le rôle des différents professionnels de la santé physique (physiothérapeute, kinésologue, ergothérapeute, etc.).**

L'activité se tiendra le 9 octobre au Centre de loisirs du Petit-Village, 2900, boulevard du Loiret, à Québec.

Information : [information@prqca.ca](mailto:information@prqca.ca) ou 418 527-0075 ■



Parkinson Québec Chaudière-Appalaches offre des services et activités aux personnes atteintes de la maladie de Parkinson et leurs proches.

## Les chroniques de votre audioprothésiste



Ordre des audioprothésistes du Québec



**MYRIAM BRUNEL**  
Audioprothésiste

### CHRONIQUE MENSUELLE

#### Acouphènes persistants : la marche à suivre...

Il est normal d'entendre parfois des tintements, des sifflements dans ses oreilles. Cela arrive en sortant d'un concert ou lorsqu'on est stressé ou fatigué.

Mais si vous entendez de façon permanente un acouphène depuis des mois, il faut consulter. Il peut s'agir d'une perte d'audition ou d'une maladie de l'oreille (maladie de Ménière, cholestéatome, otosclérose...)

Demandez à passer un test d'audition dans une clinique.

Votre acouphène peut être dû à votre perte auditive (80% des cas) : un appareil auditif permet alors de redonner une bonne audition et de faire disparaître ou de diminuer votre acouphène.

Demandez conseil à votre audioprothésiste.



### RECYCLAGE DES APPAREILS AUDITIFS :

Redonnez une deuxième vie à vos appareils auditifs et faites en profiter les plus démunis. Venez les apporter chez Harmonie Audition, Cap-Rouge 790, route Jean-Gauvin, local 230 (stationnement du IGA des Sources).

Visitez le site [APDA.ca](http://APDA.ca) pour de plus amples informations.

**HARMONIE AUDITION**  
Myriam Brunel ~ Audioprothésiste

790, route Jean-Gauvin, local 230  
Québec (Près du IGA des Sources)

**418 476-1455**

[harmonieaudition.com](http://harmonieaudition.com)

Réseau Santé  
**360°**



CLINIQUE MULTIDISCIPLINAIRE À SAINTE-FOY  
**PHYSIOTHÉRAPIE, ERGOTHÉRAPIE, CHIROPATRIQUE,  
OSTÉOPATHIE, MASSOTHÉRAPIE**

- Douleurs au dos
- Blessures
- Accidents de travail
- Accidents de la route



Dossiers GNESST  
et SAAQ acceptés

[reseausante360.ca](http://reseausante360.ca)

Appelez-nous pour plus d'informations ! **418 952-1723**



## NOMINATION DE VALÉRIE LEHOX À TITRE DE CONSEILLÈRE EN COMMUNICATION CHEZ BROUILLARD

Jean Brouillard, président de BROUILLARD, a l'immense plaisir d'annoncer la nomination de Mme Valérie Lehoux à titre de conseillère en communication. Tout comme ses collègues, Valérie est diplômée de l'Université Laval à Québec où elle a obtenu, en 2013, un baccalauréat en communication publique, après des études collégiales en sciences humaines au Cégep de Thetford. Excellente communicatrice, polyvalente, dynamique, Valérie Lehoux est originaire de Thetford Mines et elle est retournée travailler dans sa région natale après l'obtention de son baccalauréat. Ses qualités de rédactrice seront un atout pour l'entreprise et comme pour ses collègues, on comptera sur elle pour assurer également le développement des affaires de l'entreprise.



Sur la photo : Valérie Lehoux

Crédit : Lynn Gosselin - Infinity photo design

## OUVERTURE IMMINENTE D'UN BÂTON ROUGE STEAKHOUSE & BAR PAR LE GROUPE D RESTO À SAINT-HYACINTHE

Dans la foulée des succès que connaissent les restaurants **Bâton Rouge Steakhouse & Bar** de Québec, Sainte-Foy et Drummondville, le **Groupe D Resto**, filiale du **Groupe Marketex**, est fier d'annoncer l'ouverture prochaine d'un quatrième restaurant de la même bannière à Saint-Hyacinthe. Le futur restaurant Bâton Rouge, membre de la famille du **Groupe MTY**, l'un des plus grands franchiseurs de l'industrie de la restauration au Canada, ouvrira officiellement à l'automne 2018 sur la rue Daniel-Johnson.



Sur la photo, de gauche à droite : M<sup>me</sup> Deborah Smith, vice-présidente location Beauward Immobilier, M. J-Daniel Tremblay, président du Groupe Marketex, Ronald Simard, chef de marque, Bâton Rouge, M. Claude Corbeil, maire de Saint-Hyacinthe

## DÈS SEPTEMBRE 2018 : MÉRICI COLLÉGIAL PRIVÉ OFFRIRA LE PROGRAMME

### PILOTAGE D'AÉRONEFS - PILOTAGE PROFESSIONNEL

Dans la foulée du succès de la formation pour pilote de ligne (*Pilotage d'aéronefs - Programme intégré ATP (A)*) offerte depuis septembre 2017 et dans le but de répondre à la demande toujours croissante de main-d'œuvre dans le domaine de l'aviation, **Méridien collégial privé** offre, depuis la rentrée scolaire 2018, le programme pour pilote commercial (*Pilotage d'aéronefs - Pilotage professionnel CPL (IR)*). Ce nouveau programme qui conduit à l'obtention d'une attestation d'études collégiales (AEC), permet d'acquérir les connaissances et de développer les habiletés pratiques nécessaires dans l'exercice des fonctions de pilote commercial, et il mène enfin à la licence CPL (*Commercial Pilot Licence*), émise par Transport Canada.



Sur la photo, de gauche à droite : Johanne Décoste, directrice des études de Méridien collégial privé, Roger Samson, président d'Orizon Aviation, Nicole Bilodeau, directrice générale de Méridien collégial privé, et Bruno Lemieux, responsable de la formation continue de Méridien

Crédit : Cath Langlois photographe



Sur la photo : La Grande Tablée Québec 2017

## LA GRANDE TABLÉE QUÉBEC DÉVOILE SA BRIGADE DE CHEFS!

Une expérience culinaire unique au profit de La Tablée des Chefs, le 19 novembre 2018, au Fairmont Le Château Frontenac

C'est avec une immense fierté et beaucoup d'excitation que l'organisme La Tablée des Chefs annonce le retour de son incomparable soirée-bénéfice annuelle *La Grande Tablée Québec*, qui se déroulera cette année le 19 novembre 2018, au Fairmont Le Château Frontenac. Cet événement culinaire tant attendu sera coprésidé par M<sup>me</sup> Christiane Germain, coprésidente et cofondatrice du Groupe Germain Hôtels, et M. Jean Gattuso, président et chef de l'exploitation des Industries Lassonde inc.

Lors de la soirée, six chefs bourrés de talent et dont la réputation n'est plus à faire uniront leurs forces pour créer un menu décadent qui charmera à coup sûr les centaines de chanceux présents.

## DISPONIBLES DÈS AUJOURD'HUI DANS LES 4 RESTOS ET BIENTÔT DANS PLUSIEURS ÉPICERIES!

### LE COSMOS OFFRE MAINTENANT SES PIZZAS SURGELÉES

Les restaurants **Cosmos** sont fiers de lancer, en partenariat avec Les Aliments Bégin (l'entreprise derrière la *Resto Pizz*, la pizza surgelée favorite des Québécois!), leur gamme de pizzas surgelées à croûte mince. Ces délicieuses pizzas sont disponibles dès maintenant dans les quatre **Cosmos** et le seront prochainement dans plusieurs épiceries, aux quatre coins de la province. À croûte mince et cuite en quelques minutes, il est possible de se procurer la **DALLAS** aux quatre fromages et fines herbes, la classique **MAMA** toute garnie, ou encore la **JACK BBQ** avec lanières de poulet, oignons, poivrons rouges et sauce BBQ.



Sur l'image : les trois pizzas du Cosmos

## LA BELGIQUE S'INVITE SUR GRANDE ALLÉE AVEC LE NOUVEAU RESTAURANT LE BELGA PAR LA BRASSERIE HAATCH!

La Grande Allée abrite depuis quelques mois un tout nouveau resto-bar, dans le local d'une adresse bien connue. La grande Brasserie Belge Haatch y a ouvert son premier bar à bières à Québec, au 680 Grande Allée Est. Proposant les produits exclusifs et inédits de ce brasseur émérite de Belgique, le **BELGA** offre à sa clientèle une expérience distinctive. Avec à son menu 7 bières belges et 3 bières de la Microbrasserie de l'Île d'Orléans, l'endroit propose aussi une cuisine d'inspiration belge permettant d'étonnants accords mets et bières qui plairont sans doute aux palais les plus fins comme aux amateurs de bonne bouffe. Le détour vaut le coup, ne serait-ce que pour admirer la gigantesque et originale cuve à bière en cuivre qui trône au-dessus du bar central!



Sur la photo : Le Belga

## UN TOUT NOUVEAU RESTAURANT SUR L'AVENUE MAGUIRE LIO FESTA : LE POULET PORTUGAIS À SON MEILLEUR!

Ouvert depuis la fin juin dans le quartier Sillery, le charmant restaurant Lio Festa propose une cuisine dite « semi-rapide », dans le confort d'une salle à manger qui imprègne ses convives de la culture portugaise. Utilisant des équipements provenant directement du sud de l'Europe, le poulet y est cuit dans le respect de la tradition portugaise : grillé à point et bien arrosé de sauce *piri piri* (une recette unique élaborée spécialement pour le Lio Festa). En salle à manger, en commande pour emporter ou même en livraison, les délicieux mets peuvent être accompagnés d'une bouteille de vin, d'une bière portugaise Superbock ou de bières québécoises de la microbrasserie Archibald. Le restaurant offre 42 places en salle à manger et 46 sur la terrasse ensoleillée de l'avenue Maguire.



Sur la photo : le restaurant Lio Festa

Crédit : Eve Drouin-V

# Martine Dugrenier à l'Académie d'arts martiaux du Québec



Martine Dugrenier, à gauche sur la photo, en visite à l'Académie d'arts martiaux du Québec, en compagnie des jeunes athlètes brésiliens. Frédéric Métiavier, à droite sur la photo, directeur général de l'Académie d'arts martiaux du Québec.

(JB) L'Académie d'arts martiaux du Québec a reçu récemment la visite de Martine Dugrenier, une lutteuse de catégorie olympique, qui a participé au camp d'entraînement intensif avec les athlètes brésiliens en formation à Québec.

Née en 1979, Martine Dugrenier a participé aux Jeux olympiques deux fois, la première à Beijing en 2008 et la seconde, à Londres, en 2012. Elle est l'une des lutteuses les plus décorées au Canada, ayant remporté des médailles six années de suite à des championnats du monde. En 2005, elle a été nommée Lutteuse canadienne de l'année. ■

## Championnat du monde juniors de snowboard Une étudiante du Cégep de Sainte-Foy en Nouvelle-Zélande



Marguerite Sweeney s'est envolée, le 14 août dernier, pour participer au Championnat du monde, catégorie juniors.

(JB) Marguerite Sweeney, une étudiante du Cégep de Sainte-Foy, s'est envolée, le 14 août dernier, pour participer au Championnat du monde, catégorie juniors, de snowboard à Cardona, en Nouvelle-Zélande. La jeune femme participera aux épreuves de *slopestyle* et de *big air*.

Marguerite Sweeney, inscrite au programme de Sciences humaines, s'est notamment illustrée, en février dernier à Mont-Tremblant, en remportant une première et une deuxième places. Elle s'est également hissée au 14<sup>e</sup> rang lors de la Coupe du monde qui avait lieu en Italie, en mars dernier. Elle est classée 7<sup>e</sup> au Canada. ■

## Une étudiante du Cégep de Sainte-Foy au Canada Open de taekwondo

(JB) Estelle Duval, étudiante-athlète en taekwondo du Cégep de Sainte-Foy, participera au Championnat international de taekwondo Canada Open à Richmond, en Colombie-Britannique.

Celle qui en est à sa troisième compétition a dû s'absenter du circuit l'année dernière en raison d'une blessure au genou. Elle se dit heureuse d'effectuer un retour à la compétition, d'autant plus que l'événement marque officiellement le début de la saison 2018-2019. Son équipe et elle prévoient participer aux trois événements provinciaux de la Coupe Québec ainsi qu'aux championnats canadiens. Si la saison augure bien, ils auront peut-être l'occasion de participer à d'autres événements comme le Canada Open.

Rappelons qu'Estelle Duval, qui a obtenu sa ceinture noire à seulement 13 ans et qui pratique le sport au niveau Élite depuis, souhaite entamer un baccalauréat en architecture à l'Université Laval dès l'automne 2019. ■



Estelle Duval, étudiante-athlète en taekwondo du Cégep de Sainte-Foy, participera au Championnat international de taekwondo Canada Open à Richmond, en Colombie-Britannique.



# COLLÈGE SAINT-CHARLES-GARNIER

GÉNÉRATEUR DE RÉUSSITES !



*Merci aux 453 familles venues nous rencontrer lors de nos portes ouvertes !*

## TESTS DE CLASSEMENT

— 13 OU 20 —  
OCTOBRE 2018 - 8 h 30



INSCRIPTION AU [COLLEGEGARNIER.QC.CA](http://COLLEGEGARNIER.QC.CA)

T 418 681-0107 - COLLEGEGARNIER.QC.CA



ROLAND-BEAUDIN

# Un nouveau concept d'habitation UNIQUE arrive à Québec!



Vivez  
VOTRE réalité.  
Vivez  
VOTRE quartier.



**VIVEZVOTREQUARTIER.CA**

Bureau des ventes : 2828, chemin des Quatre-Bourgeois, suite #100, Québec G1V 1X9