



À Stoneham-et-Tewkesbury
Une relâche qui promet de faire fondre l'hiver

Page 4



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

Page 10



Lac-Delage —
Bilan de ses 100 premiers
jours à la mairie
**Alexandre Pelletier
prend ses
marques**

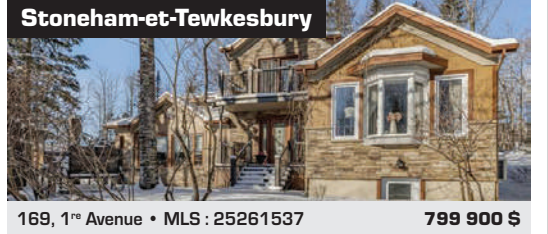
Page 6

L'ÉCHO DU LAC

LAC-BEAUPORT
STONEHAM-ET-TEWKESBURY
LAC-DELAGE

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

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



Stoneham-et-Tewkesbury
169, 1^{re} Avenue • MLS : 25261537 799 900 \$



Entretien mensuel
avec le député Gabriel Hardy
**L'esprit olympique
comme boussole**

Page 7



Maison des jeunes de Lac-Beauport
**Relâche et bourses:
Le Cabanon gâte les jeunes**

Page 15



Un commerce bâti sur le cœur
**Depuis 20 ans, Julie Couture
fait grandir Café Noisette**

Page 12



Lac-Beauport en neige
**Jouer dehors et
célébrer février**

Page 17



Classique de hockey de Stoneham
**Deux jours de sport et de fête
au parc des Fondateurs**

Page 18



Maison des jeunes l'Atôme - BGC
Stoneham-et-Tewkesbury
**Des jeunes qui décident...
et qui s'impliquent**

Page 16



André Dussault
Courtier immobilier
résidentiel et commercial

Sotheby's | Québec
INTERNATIONAL REALTY

418 849-0555 andredussault.com

URGENT

NOUS SOMMES EN MANQUE D'INVENTAIRE

Agiro mobilise l'imaginaire pour protéger l'eau

Les gardiens de l'eau : quand créer, c'est déjà protéger

(CR) À l'automne 2025, des élèves de 5^e année de l'école La Passerelle ont participé au projet *Les gardiens de l'eau*, une initiative de médiation culturelle d'Agiro rendue possible grâce au financement de la Ville de Québec. Mêlant art, science et environnement, l'expérience a permis aux jeunes de s'approprier des notions clés liées à la préservation de l'eau à travers la création de bandes dessinées engagées, porteuses d'un message clair sur l'importance de protéger cette ressource essentielle.

Quand l'art éclaire les enjeux de l'eau

Développé en collaboration avec l'artiste multidisciplinaire Jean-Sébastien Drouin, le projet visait à encourager l'adoption de comportements écoresponsables chez les jeunes. Par le biais d'histoires inventées par les élèves eux-mêmes, plusieurs réalités contemporaines ont été explorées : la surconsommation d'eau, les services rendus par la nature ou encore la nécessité de protéger les milieux naturels.

La bande dessinée s'est révélée un médium particulièrement pertinent pour aborder ces thèmes. Elle permet de raconter autrement, de donner vie aux idées et de rendre accessibles des notions parfois complexes, tout en laissant libre cours à l'imagination. Entre bulles et crayons, l'apprentissage prend une forme vivante — et souvent mémorable.

Un cheminement pédagogique stimulant

Trois classes de 5^e année ont pris part à une série de trois ateliers à la fois éducatifs et créatifs. Accompagnés par des contenus scientifiques vulgarisés et par un encadrement artistique, les élèves ont travaillé en équipes afin de concevoir des récits originaux, ludiques, mais porteurs de sens.

Au fil du processus, ils ont été amenés à réfléchir aux conséquences des gestes du quotidien sur les ressources en eau. L'exercice a également permis de développer des compétences variées : narration, illustration, collaboration et sens critique. Apprendre en créant, créer en comprenant — un cercle vertueux où chaque idée devient un pas vers la conscience écologique.

Quatre recueils pour quatre regards

Au terme du projet, quatre recueils de bandes dessinées ont vu le jour. Trois présentent les œuvres originales produites par les élèves, un par classe, chacune reflétant sa vision et sa sensibilité face aux enjeux abordés. Le quatrième volume rassemble quant à lui trois histoires sélectionnées, redessinées par Jean-Sébastien Drouin dans le respect de l'esprit et du message initial.

Cette démarche permet non seulement de valoriser le travail des jeunes, mais aussi d'en



Le groupe qui a participé au projet.

assurer une diffusion plus large, en mettant en lumière la force de leur regard sur le monde.

Donner une voix à la relève

Les gardiens de l'eau démontre avec éloquence le pouvoir des projets de médiation culturelle pour créer des ponts entre art, science et engagement citoyen. En offrant aux enfants un espace pour réfléchir, créer et s'exprimer, l'initiative contribue à former des citoyens informés, sensibles et impliqués — bref, des adultes de demain déjà conscients des défis d'aujourd'hui.

Celles et ceux qui souhaitent découvrir ces créations peuvent consulter les bandes dessinées sur agiro.org. ■



Extrait de « Bobby contre la pollution », par Logan, Henri, Zack, Noam, Alma et Léane.

TROUVEZ LA

PROPRIÉTÉ
PRESTIGE

DE VOS RÊVES

581 308-1222

noemietremblay.ca



Contactez-nous pour une ÉVALUATION GRATUITE!

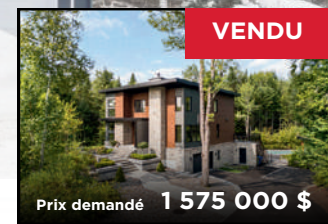
32 Mtée du Bois-Franc
LAC-BEAUPORT



514 Ch. du Tour-du-Lac
LAC-BEAUPORT



1067 Bd du Lac
LAC-BEAUPORT



13 Ch. du Grand-Bois
LAC-BEAUPORT

1 275 000 \$



TREMBLAY
PERREAULT
ÉQUIPE IMMOBILIÈRE

RE/MAX

La semaine de relâche à Lac-Beauport

Des souvenirs à fabriquer en famille

CAROLE ROY

caroleroy@journal-local.ca

Quand mars pointe le bout de son nez, les cartables se referment et l'air se remplit d'un parfum de liberté. À Lac-Beauport, la semaine de relâche se transforme en véritable terrain de jeux pour petits et grands, avec une programmation chaleureuse et diversifiée qui invite à sortir, découvrir... et surtout s'amuser ensemble.

Du 1^{er} au 8 mars 2026, la bibliothèque L'Écrin devient le cœur battant de cette pause bien méritée. Entre histoires, animaux fascinants, défis ludiques et jeux sur écran géant, chaque journée promet son lot d'émerveillement.

Les tout-petits seront particulièrement choyés le lundi 2 mars à 10 h avec une lecture animée du livre *Le coffre à histoires de K-Blo*. Inspirée de l'émission jeunesse du même nom produite par la CCAP, l'activité sera animée par Sandra Lapointe, qui fera voyager les enfants à travers deux histoires pleines de fantaisie. Et parce qu'une bonne histoire donne envie de bouger, un moment d'activité physique est prévu entre les lectures, avant l'arrivée d'une invitée très attendue : la mascotte K-Blo elle-même. Photos, autographes, surprises et possibilité d'acheter le livre sur place compléteront cette

rencontre d'environ 75 minutes qui s'annonce aussi douce que pétillante.

Autre rendez-vous à inscrire en lettres majuscules sur le calendrier familial : la visite d'Éducazoo, le mercredi 4 mars à 13 h 30 à la salle Philippe-Laroche. Petits curieux et grands amoureux de la nature pourront y rencontrer des animaux étonnants et en apprendre davantage sur leurs habitudes, leurs particularités et leur rôle dans l'écosystème. Une activité interactive et captivante d'une heure qui promet de susciter autant de « wow » que de questions. La réservation est toutefois obligatoire auprès de la bibliothèque, les places étant limitées.

Pour les esprits compétitifs — et les amateurs de défis tranquilles — le grand concours de casse-tête se déroulera tout au long de la semaine à la bibliothèque. Les équipes de deux à quatre personnes devront assembler un puzzle de 300 morceaux le plus rapidement possible, sous l'œil attentif du chronomètre. Les trois meilleures équipes repartiront avec des prix offerts par des entreprises locales, une belle façon de joindre l'utile à l'agréable... et de tester la patience familiale!

Et parce que la relâche rime aussi avec détente, la bibliothèque proposera une zone de jeux vidéo sur écran géant grâce à une

Nintendo Switch installée spécialement pour l'occasion. Mario Kart 8, Mario Party, Sonic Racing, Sonic Mania et Super Smash Bros. seront au rendez-vous pour des parties endiablées, que l'on soit joueur occasionnel ou champion autoproclamé. Une invitation à rire, à se défier et à partager des moments complices, sans pression ni performance.

Pour permettre à tous d'en profiter pleinement, la bibliothèque L'Écrin prolongera ses heures d'ouverture durant la semaine, accueillant le public du lundi au vendredi de 10 h à 11 h 30 et de 13 h à 16 h.

Au-delà des activités elles-mêmes, cette programmation a quelque chose de précieux : elle offre du temps de qualité, celui qu'on passe ensemble sans regarder l'heure. Des souvenirs simples, mais durables — un éclat de rire devant un jeu, un animal tenu dans ses mains, une histoire racontée à voix haute.

Bref, à Lac-Beauport, la relâche ne sera ni morose ni monotone : elle sera vivante, joyeuse et rassembleuse. Une semaine pour découvrir, bouger, jouer... et rentrer à la maison avec des étoiles plein les yeux. ■



Sandra Lapointe fera voyager les enfants à travers deux histoires pleines de fantaisie lors de lecture animée du livre *Le coffre à histoires de K-Blo*.



Joannie Asselin d'Éducazoo saura captiver toute la famille.

Crédit photo : Courtoisie

Mobilité et qualité de vie

Transport collectif : Lac-Beauport consulte sa population

(CR) Pour mieux répondre aux réalités d'aujourd'hui, la Municipalité de Lac-Beauport invite ses citoyens à s'exprimer sur le service de transport en commun offert sur son territoire.

Cette démarche vise à vérifier si l'offre actuelle correspond aux besoins des familles, des travailleurs et des aînés, et à identifier les ajustements possibles pour mieux desservir la communauté.

Les résidents pour qui le transport collectif est important sont invités à remplir un court sondage accessible sur la page d'accueil du site municipal au www.lac-beauport.quebec.

La consultation se déroule jusqu'au 5 mars prochain. La Municipalité remercie d'avance les participants, dont la contribution aidera à orienter les décisions futures en matière de mobilité et de qualité de vie. ■



Crédit photo : Geneviève Roussel

VISION SANTÉ

Clinique d'optométrie

Bf/ex
eyewear



Avec les branches de lunettes amovibles, vive le confort sous vos casques, en vélo ou en ski alpin!



418 825-0044
 caroleroy@cliniquevision.ca
www.cliniquevision.ca
 1025, boulevard du Lac
 Lac-Beauport

À Stoneham-et-Tewkesbury

Une relâche qui promet de faire fondre l'hiver

CAROLE ROY

caroleroy@journal-local.ca

Du 2 au 5 mars, Stoneham-et-Tewkesbury se transforme elle aussi en immense terrain de jeux pour les familles. Entre patinage festif, activités créatives, chasse au trésor et ski de fond au flambeau, la Municipalité déploie une programmation aussi chaleureuse que rassembleuse — de quoi occuper les jeunes... et faire sourire les grands.

La semaine de relâche s'annonce animée à Stoneham. On y propose une série d'activités accessibles, variées et pensées pour tous les âges, du parc des Fondateurs à la bibliothèque Jean-Luc-Grondin, en passant par les pistes enneigées du centre de ski de fond. Impossible de dire « on ne sait pas quoi faire » : il y aura du mouvement, de la créativité et surtout beaucoup de plaisir partagé.

Une patinoire sous les tropiques

Point culminant de la programmation extérieure : la soirée thématique du mercredi 4 mars, de 17 h à 20 h, à la patinoire couverte. Le service des Loisirs promet une transformation complète des lieux avec une ambiance hawaïenne digne d'une carte postale — décorations colorées, musique ensoleillée et atmosphère festive pour faire oublier, l'espace d'une soirée, les frissons de l'hiver.

Les familles pourront chausser leurs patins dans ce décor tropical improbable,



En plus de la soirée thématique du mercredi 4 mars, la patinoire couverte offrira aussi des périodes de patinage libre élargies.

où le contraste entre neige et palmiers promet de faire sourire. Pour compléter l'expérience, la cantine de la Maison des jeunes se métamorphosera en Tiki-Bar, offrant collations et boissons pour recharger les batteries entre deux tours de glace.

Et comme toute fête réussie mérite un invité spécial, la mascotte Stitch sera sur place pour rencontrer les enfants et ajouter une dose supplémentaire de fantaisie. Un rendez-vous parfait pour créer des souvenirs lumineux au cœur de la saison froide.

À noter que tout au long de la relâche, la patinoire offrira aussi des périodes de patinage libre élargies, permettant aux citoyens de profiter pleinement des installations municipales.



Les plus jeunes ne voudront pas manquer « Le coffre à histoires de K-Blo », cet atelier animé par notre lumineuse et merveilleuse Sandra Lapointe.

Une bibliothèque qui bouge et qui étonne

À quelques pas de là, la bibliothèque Jean-Luc-Grondin deviendra un véritable carrefour d'activités. Loin d'être un lieu figé dans le silence, elle vibrera au rythme d'animations ludiques et éducatives du 2 au 5 mars.

Parmi les propositions les plus originales, la « Chasse aux aliments de Stitch » invitera les jeunes détectives à partir à la recherche de huit images d'ingrédients dissimulées dans les rayons. Chaque image renferme une lettre, et l'ensemble permet de découvrir un mets québécois que le célèbre personnage aurait tenté de préparer... avec une erreur culinaire à repérer. Ceux qui trouveront la bonne réponse pourraient repartir avec un panier-surprise tiré au sort.

Le mardi matin, les familles sont conviées au « coffre à histoires de K-Blo », un atelier animé par la lumineuse M^{me} Sandra qui aura la veille visité les jeunes de Lac-Beauport. Au menu : deux contes captivants, des moments pour bouger entre les lectures, la visite de la mascotte K-Blo, une séance photo et même quelques surprises pour les enfants. Une activité gratuite, sans inscription, qui promet un beau moment de complicité parent-enfant.

Le lendemain, place à la créativité avec un atelier d'initiation au tricot offert par l'Association féminine des Cantons Unis. Ouvert aux participants de neuf ans et plus, il permettra d'apprendre les bases nécessaires pour commencer un foulard — matériel fourni et accompagnement bienveillant inclus. Deux plages horaires sont prévues afin d'accueillir le plus grand nombre.

En complément, la bibliothèque proposera aussi des espaces de lecture libre, de jeux de société, de bricolage et de coloriage. Autant d'occasions de ralentir le rythme tout en nourrissant l'imaginaire.

Une soirée magique sur les pistes

Pour ceux qui préfèrent la glisse nordique, le mardi 3 mars, de 18 h 30 à 20 h, le centre de ski de fond de Stoneham accueillera une sortie familiale au flambeau organisée en collaboration avec la Municipalité.

L'expérience promet d'être mémorable : ski sous les lumières, ambiance musicale, feu de foyer et chocolat chaud pour se réchauffer. Les participants sont invités à apporter leur lampe frontale, et les plus audacieux pourront même se déguiser — une surprise attend ceux qui joueront le jeu.

Bonne nouvelle pour les familles : l'activité est gratuite pour les jeunes de moins de 17 ans. Le prêt d'équipement pour enfants sera également offert en quantité limitée, selon le principe du premier arrivé, premier servi. Une belle occasion de découvrir le ski de fond dans une atmosphère conviviale, sans pression de performance.

Au-delà des activités phares, l'ensemble de la programmation reflète la volonté municipale d'offrir un relâche inclusif, accessible et rassembleuse. Qu'on soit sportif, créatif, contemplatif ou simplement en quête d'un moment en famille, chacun peut y trouver son bonheur.

Dans un monde où les agendas débordent et où le temps file trop vite, cette parenthèse hivernale ressemble à une invitation à ralentir, à rire et à se retrouver.

Toutes les informations détaillées et les horaires complets sont disponibles sur le site de la Municipalité de Stoneham-et-Tewkesbury. ■



La bibliothèque proposera aussi des espaces de lecture libre, de jeux de société, de bricolage et de coloriage.



Le duo qui s'occupe de tout!

Le duo présent pour vous!

Achat | Vente | Location



nancyetmax.com

courtiers immobiliers

info@nancyetmax.com

418-809-5555

418-455-5355

795 Boul. du Lac
Québec, Québec G2M 0E4



REMAX Accès

Une famille d'ici depuis plus de 30 ans

Lac-Delage — Bilan de ses 100 premiers jours à la mairie

Alexandre Pelletier prend ses marques

(CR) Élu le 2 novembre dernier, Alexandre Pelletier a rapidement plongé dans l'univers exigeant de la gestion municipale. Cent jours plus tard, le maire de Lac-Delage dresse un premier bilan d'une immersion soutenue, marquée par l'apprentissage, la prise en main des dossiers et la volonté de tracer une vision à long terme pour sa communauté de 802 habitants (recensement juillet 2025).

Première expérience en politique, nouveau conseil majoritairement novice, dossiers complexes déjà sur la table : les débuts ont été tout sauf tranquilles. « C'était un nouveau monde... beaucoup d'apprentissages », confie le maire, qui se dit néanmoins stimulé par le défi.

Dans une petite municipalité comme Lac-Delage, cette période d'apprentissage se vit au quotidien, au contact direct des employés et des citoyens. Avec seulement huit employés municipaux, les décisions se prennent dans une proximité qui exige autant d'écoute que de pragmatisme. Cette réalité, loin d'être un frein, constitue selon lui une force. Mais cette immersion rapide s'est faite dans un contexte particulier : celui d'une communauté encore marquée par une campagne électorale polarisée.

Tourner la page sans l'arracher

Le dossier Empire 47 demeure au cœur des préoccupations et des discussions publiques. Pendant la campagne, il a divisé la population et nourri de nombreuses tensions. Aujourd'hui, le nouveau conseil veut privilégier une approche apaisée.

« L'avenue qu'on a proposée, c'est de négocier une entente plutôt que de persister dans une confrontation juridique », explique le maire. Des échanges sont en cours avec les différents partenaires, dont la municipalité voisine de Stoneham-et-Tewkesbury. Un projet de camping et d'installations récréotouristiques pourrait notamment y absorber une partie de l'achalandage, sans toutefois faire disparaître Empire 47 de Lac-Delage.

Pour Alexandre Pelletier, l'objectif n'est pas de gagner un bras de fer, mais de trouver une solution viable pour l'ensemble de la communauté.

Une fois l'urgence des dossiers hérités du passé stabilisée, le regard se tourne vers l'avenir. La grande priorité pour 2026 sera

l'élaboration d'une planification stratégique à long terme.

L'exercice ne vise rien de moins qu'à imaginer le Lac-Delage des 50 prochaines années. Une réflexion essentielle, puisque la municipalité dispose de très peu d'espace pour se développer. « Géographiquement, il reste deux terrains développables », rappelle le maire.

La population ne devrait donc jamais croire de façon importante, ce qui oblige à penser autrement le développement : qualité de vie, services de proximité et vitalité communautaire plutôt que croissance démographique. Cette vision ne sera pas imposée d'en haut. Elle reposera sur une vaste consultation citoyenne afin de définir collectivement ce que les résidents souhaitent pour leur milieu.

Parmi les besoins évoqués figure l'accès à des services de base sans devoir quitter la municipalité. Un petit commerce général, un café ou un lieu de rencontre sont souvent mentionnés comme des éléments qui pourraient renforcer le tissu social.

Le maire insiste toutefois : la Ville n'entend pas se substituer aux promoteurs. Son rôle sera d'accompagner les initiatives compatibles avec la vision collective.

Dans la même logique, la question du vieillissement de la population se pose déjà. De nombreux résidents vivent à Lac-Delage depuis plusieurs décennies. Or, lorsque l'autonomie diminue, les options locales sont inexistantes. L'idée d'une petite résidence pour aînés fait partie des pistes explorées. Un tel projet permettrait aux personnes âgées de demeurer dans leur communauté tout en libérant des maisons pour les jeunes familles — un cercle vertueux dans un territoire où le développement immobilier est limité.

Un budget serré, mais structuré

Toutes ces ambitions doivent toutefois composer avec une réalité incontournable : les finances municipales. La hausse moyenne des taxes foncières atteint 9,2 %, dont environ 4 % consacrés à la création de réserves financières pour la voirie et les infrastructures d'eau. Cette approche vise à éviter un endettement futur en mettant de l'argent de côté dès maintenant.

Dans une petite municipalité, où les dépenses essentielles sont incompressibles, chaque choix budgétaire devient un exercice d'équilibre entre services offerts et capacité de payer des citoyens.

Une gouvernance axée sur la collaboration

Malgré le renouvellement massif du conseil municipal, le maire décrit un climat de travail harmonieux. « On est un conseil uni qui travaille ensemble », affirme-t-il, soulignant l'absence de partisanerie et l'importance des discussions constructives.

Cette volonté de collaboration s'étend également aux employés municipaux, dont plusieurs portent plusieurs responsabilités à la fois — une réalité typique des petites administrations.

Mais pour Alexandre Pelletier, la clé d'une gouvernance efficace réside surtout dans la communication avec les citoyens.

Rapprocher la politique du quotidien

Le maire souhaite rendre l'action municipale plus accessible, plus compréhensible et plus transparente. « Expliquer ce qu'on fait, pourquoi on le fait et quel est l'impact sur le citoyen », résume-t-il.

Dans une époque où l'attention est fragmentée et où peu de gens assistent aux séances du conseil, cette volonté de vulgarisation vise à recréer un sentiment de connexion entre la population et ses élus.

Un engagement personnel assumé

Jeune retraité du secteur des technologies et du marketing, Alexandre Pelletier peut consacrer beaucoup de temps à ses fonctions. Après avoir vendu son entreprise en 2021 et quitté ses activités professionnelles en 2024, il a choisi de s'impliquer pleinement dans sa communauté. Pour lui, la mairie représente moins une carrière qu'une occasion de redonner, malgré une rémunération modeste.

Une communauté petite... mais dynamique

Lac-Delage se distingue par une population relativement jeune — autour de la trentaine —



Crédit photo : Courtoisie

Élu le 2 novembre dernier, le maire de Lac-Delage, Alexandre Pelletier, dresse le bilan de ses 100 premiers jours à la tête de la Ville.

composée à la fois de résidents de longue date et de jeunes familles attirées par les habitations plus récentes. Les événements locaux, comme la Fête des Tuques, témoignent d'un fort engagement bénévole. La participation aux séances du conseil municipal, souvent d'une trentaine de personnes, confirme également l'intérêt des citoyens pour les décisions locales.

Un mandat placé sous le signe de l'écoute

Cent jours après son entrée en fonction, Alexandre Pelletier ne promet pas de bouleversements spectaculaires. Son approche repose plutôt sur la concertation, la planification et la recherche d'équilibre.

Dans une municipalité où tout se sait et où chaque décision a un impact immédiat, gouverner relève moins de la stratégie que de la relation humaine.

Et à Lac-Delage, cette relation se construit jour après jour — à taille de village, mais avec des ambitions bien ancrées dans l'avenir. ■

Vous accompagnez à domicile une personne en soins palliatifs et en soins de fin de vie?

Nous sommes là pour vous!



*Offerts le jour, le soir, la nuit et la fin de semaine aux résidents de la **grande région de Québec et de la Rive-Sud dans un rayon de 40 km de la Maison Michel-Sarrazin.**

MS Michel-Sarrazin
Service de répit

Services intégrés de répit et d'accompagnement **pour les personnes proches aidantes***

418 688-0878 poste 367 | repit@michel-sarrazin.ca
michel-sarrazin.ca

En partenariat avec :



86% DES LECTRICES ET LECTEURS
 L'APPRECIENT

Merci!
JOURNAL.CA INC.

 Casier postal 133
 Saint-Antoine-de-Tilly, Québec, G0S 2C0
 Tél. : 418 780-0999
 info@journal-local.ca
 www.journal-local.ca

DIRECTION

 Éditeur-directeur général :
Pierre Cassivi
RÉDACTION

 Rédactrice : **Carole Roy**
 caroleroy@journal-local.ca
 Réviseur/Correcteur : **Traduction M**

 Collaborateurs : **Marc-André Perron,**
Danielle Gauthier De Varennes et
Lucy Trahan.
PUBLICITÉ
Carole Roy
 Développement des affaires
 Cell. : 418 580-0537
 caroleroy@journal-local.ca

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

WEBMESTRE
Viva Design
PRODUCTION
Viva Design
 production@journal-local.ca

QUÉBECOR
 Média

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

PROCHAINE PARUTION :

AVRIL 2026

DATE DE TOMBÉE :

11 mars 2026

Société française de Québec

Un départ empreint de gratitude, une arrivée pleine d'élan

(CR) **Au sein d'un organisme, certains bénévoles deviennent bien plus que des collaborateurs : ils deviennent des piliers. C'est avec émotion et reconnaissance que la Société française de Québec (SFQ) souligne le départ officiel de Philippe Mercier de son conseil d'administration — tout en ouvrant la porte à une nouvelle recrue porteuse d'énergie et d'idées.**

Après plusieurs années d'engagement soutenu, Philippe Mercier tourne une page importante de son implication administrative. Depuis 2018, il a occupé tour à tour les fonctions de trésorier, de secrétaire, puis de vice-président lors de son dernier mandat. Un parcours marqué par la constance et le sens du devoir, mais surtout par des qualités humaines qui ont laissé leur empreinte.

Son honnêteté, sa rigueur et sa disponibilité ont fait de lui un repère pour ses collègues. Toujours prêt à soutenir, à conseiller ou à retrousser ses manches, il a placé le bien collectif au centre de chacune de ses actions. Bref, le genre de bénévole qu'on espère... et qu'on garde précieusement.

Car bonne nouvelle : même s'il quitte le conseil d'administration, Philippe Mercier poursuivra son engagement comme bénévole actif. Une transition qui ressemble davantage à un changement de rôle qu'à un véritable adieu.

Dans le même souffle, la SFQ accueille une nouvelle administratrice : Sophie Robitaille. Décrite comme dynamique, organisée et déjà pleinement investie, elle apporte une énergie rafraîchissante et une solide expérience en animation. Son arrivée promet de nourrir les projets à venir et d'insuffler un vent d'enthousiasme aux activités de l'organisme.

Les membres auront d'ailleurs eu l'occasion de faire sa connaissance le 22 février lors de l'activité familiale du Mardi gras « Le temps des sucres ».

Au-delà des personnes, c'est tout l'esprit de la SFQ qui se révèle dans ce passage de témoin : une organisation portée par l'engagement citoyen, la solidarité et le désir de faire vivre une communauté dynamique. Et le message est clair : toutes les bonnes volontés sont les bienvenues. ■



Philippe Mercier



Sophie Robitaille

Crédit photo : Courtoisie

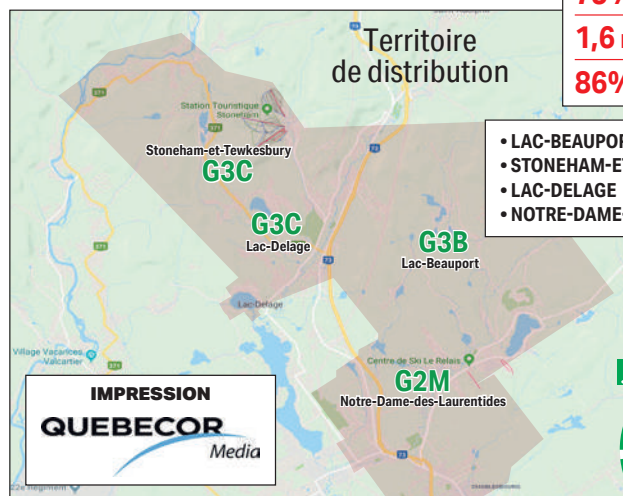
ACHAT DE PUBLICITÉ : ventes@journal-local.ca

 TIRAGE :
13 000 exemplaires

 DISTRIBUTION
 RÉSIDENTIELLE

 DISTRIBUTION
 COMMERCIALE


PRÉSENTOIRS

 Territoire
 de distribution

73% de lecteurs assidus

1,6 lecteur par foyer

86% l'apprécient

 IMPRESSION
QUEBECOR
 Média

 JOURNAL
100%
 LOCAL

Distribution par Postes Canada ou, en cas de conflit, par points de dépôt.

PROFIL DU LECTEUR

 Sexe : Femmes 55 %
 Hommes 45 %

Âge moyen : 49 ans

 Revenu moyen : Revenu familial
 annuel brut de
 60 500 \$

 Scolarité : Diplôme d'études
 collégiales et
 universitaires

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

 source **Léger**
 MARKETING www.legermarketing.com

TRANSFORMEZ VOTRE EXPERTISE ET VOTRE LEADERSHIP EN AGENT DE CHANGEMENT.

 Devenez membre du CA
 et contribuez à faire avancer la région.

 DÉPOSEZ VOTRE
 CANDIDATURE
 MAINTENANT


Entretien mensuel avec le député Gabriel Hardy

L'esprit olympique comme boussole

(CR) Alors que les Jeux olympiques captivent la planète, le député fédéral Gabriel Hardy invite à regarder au-delà des médailles. Pour lui, l'esprit olympique se mesure d'abord à la capacité de se relever, d'apprendre et de devenir meilleur — un message qui résonne particulièrement à Lac-Beauport, terre de sport et d'inspiration.

Dans un climat politique parfois chargé, le député de Montmorency-Charlevoix a choisi de mettre de côté la controverse pour parler d'un thème rassembleur : le dépassement de soi. Selon lui, les Jeux rappellent une vérité essentielle, valable bien au-delà du sport.



Entre deux dossiers, le député Gabriel Hardy a troqué complet et cravate pour casque et fatbike, aux Sentiers du Moulin.

« L'esprit olympique, ce n'est pas que tout va bien. C'est d'être capable de traverser les difficultés et d'en sortir meilleur », affirme-t-il.

Résilience... et antifrabilité

Gabriel Hardy distingue deux façons d'affronter l'adversité : la résilience et ce qu'il appelle l'« antifrabilité ». La première consiste à survivre aux épreuves sans être brisé. La seconde va plus loin : elle permet d'en sortir transformé et renforcé. « Quand tu es antifrangible, tu passes à travers des périodes difficiles et tu en sors grandi », résume-t-il.

Les parcours d'athlètes illustrent bien cette réalité : blessures, échecs et remises en question précèdent souvent les grandes réussites. Il cite aussi une idée attribuée à Bruce Lee : ne pas chercher une vie facile, mais la force de traverser une vie difficile.

L'adversité comme tremplin

Le député insiste sur le rôle essentiel de l'entourage. Derrière chaque réussite se trouve souvent une famille ou une communauté prête à soutenir un rêve, parfois au prix de sacrifices importants.

Il raconte l'exemple d'un jeune joueur de hockey profondément découragé après avoir été retranché de son équipe. Plutôt que d'adoucir la situation, il l'a encouragé à voir cette épreuve comme une étape formatrice. « L'adversité crée des caractères forts », affirme-t-il. Un message qui s'adresse aussi aux parents : vouloir protéger est naturel, mais

les obstacles contribuent à bâtir la confiance et la détermination.

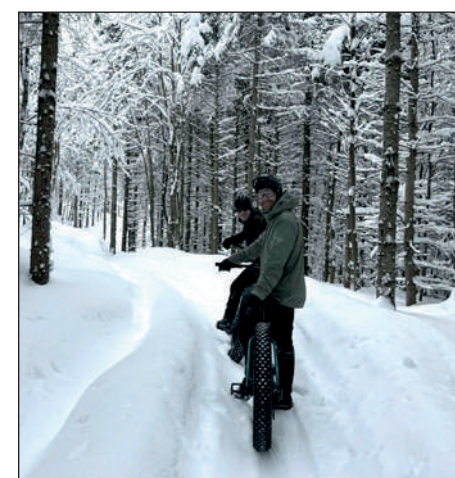
Lac-Beauport, un incubateur de champions

Impossible d'aborder l'esprit olympique sans évoquer Lac-Beauport, que Gabriel Hardy décrit comme un bassin exceptionnel d'athlètes. Les installations de calibre international attirent des sportifs du monde entier et offrent aux jeunes locaux des modèles inspirants.

Observer ces athlètes s'entraîner, échouer et recommencer rend la performance plus humaine et accessible. « Ça montre que l'erreur fait partie du processus », souligne-t-il.

Dans sa tournée de la circonscription, le député a fait un arrêt récemment aux Sentiers du Moulin. Déjà reconnu comme une destination internationale pour le vélo de montagne, le site doit aussi accueillir la rampe d'eau et le centre d'entraînement en ski acrobatique actuellement situés au Centre de ski Le Relais.

Pour Gabriel Hardy, ce transfert viendrait consolider un pôle sportif majeur et renforcer l'attractivité de la région. « Ce n'est pas juste pour gagner des médailles, c'est pour former de meilleurs humains », insiste-t-il. L'objectif dépasse l'élite : inspirer la population à bouger et à poursuivre ses propres défis.



Crédit photo : Courtoisie

Guy Gilbert, conseiller politique de Gabriel Hardy, aux côtés de Julien Lévesque-Boulianne — directeur général des Sentiers du Moulin — lors d'une visite sur le terrain, au cœur de ce site qui fait bouger toute une région.

Une fierté collective

Participer aux Jeux représente l'aboutissement d'années d'efforts et une expérience qui marque toute une vie. « C'est toute une région qui est derrière eux, c'est un pays complet qui les suit », rappelle-t-il. Au final, le message de Gabriel Hardy dépasse l'actualité olympique. L'esprit des Jeux appartient à chacun : dans les défis quotidiens, les échecs transformés en apprentissage et les rêves poursuivis avec ténacité. ■

ENGEL & VÖLKERS®

L'Art de vendre l'exceptionnel !



Marie-Hélène Poulin
Courtier immobilier résidentiel
418.930.3313

François Leroux
Courtier immobilier résidentiel
418.802.4969



Babillard Jeunesse | Pleins feux sur nos jeunes

Collaboration spéciale : Marc-André Perron, enseignant de 5^e année

(CR) Au babillard jeunesse, on termine février et on plonge dans le mois de mars en se délectant des mots qu'a pour ses préférés M. Marc-André. Découvrons ensemble quatre jeunes de l'école Montagnac, bâtiment de la Montagne : William, Emma-Frédérique, Arthur et Alexia.

William Houde

Joueur de baseball actif et profondément investi, William est un athlète qui possède cette capacité de se projeter dans le jeu avec une détermination palpable. Sur le terrain, il n'a pas froid aux yeux : il fonce avec audace et s'investit dans l'effort à en avoir chaud, ne ménageant pas son énergie pour le pur plaisir du sport et de la compétition. Pour lui, l'action physique est un espace de dépassement où il se sent pleinement à sa place.

Par ailleurs, c'est un être surprenant qui cache une aisance naturelle à s'exprimer et à captiver son auditoire dès qu'il l'interpelle. Son rythme de vie est celui d'un moteur puissant qui demande un certain temps de préparation : il lui faut parfois un moment pour s'installer, observer et « partir sa machine ». C'est dans cette patience qu'il puise sa force, prouvant que la constance et la volonté finissent toujours par porter leurs fruits. Une fois l'impulsion donnée, William trouve son erre d'aller et progresse avec une efficacité tranquille. Ce sens du rythme s'accompagne d'un amour pour les plaisirs simples; il apprécie particulièrement les moments de pause où vient le temps de collationner et de déguster, savourant chaque instant avec une satisfaction contagieuse.

Avec son regard rafraîchissant, William illumine le quotidien par son humour taquin et saisissant. Entre son intensité sportive et la douceur des rires partagés, ce préféré est une « bonne prise » qui sait attendre le bon lancer pour transformer chaque moment en un coup de circuit d'authenticité.



William Houde

Emma-Frédérique Déry

Véritable source d'enthousiasme, Emma-Frédérique est une jeune fille dont l'énergie ne connaît aucun repos. Allumée et résolument positive, elle porte en elle une flamme rayonnante qui captive instantanément son entourage. Par sa simple présence, elle exerce une influence lumineuse sur ses pairs, agissant comme un catalyseur qui tire chacun vers le haut. Elle insuffle ainsi un élan de vie partout où elle passe, animée par une détermination personnelle qui force l'admiration.

Particulièrement articulée, elle se distingue par des talents d'interprétation d'une fidélité saisissante. Emma-Frédérique possède ce don rare de savoir lire l'essence d'un texte, d'en saisir l'émotion profonde pour la rendre avec une justesse désarmante. Cette expressivité se double d'une nature dégourdie et rassembleuse : elle est celle qui ouvre les bras, qui fait de la place à chacun et qui veille jalousement à l'harmonie du groupe.

Sur l'eau, elle se démarque avec force au canoë, une discipline où elle aime laisser une empreinte durable. Portée par le désir de faire bouger les choses et d'avoir un impact réel sur le monde, elle reste pourtant profondément ancrée dans ses racines, chérissant les traditions familiales qui sont son port d'attache. Entre l'effervescence de ses passions et la loyauté envers ses valeurs, cette préférée entreprenante et proactive est une force de la nature dont la clarté, à la fois vive et bienveillante, promet de laisser des éclats merveilleux sur son passage.



Emma-Frédérique Déry



CAMP DE JOUR MUNICIPAL DE LAC-BEAUPORT

INSCRIPTIONS DÈS LE 10 MARS 2026

CAMP RÉSERVÉ AUX RÉSIDENTS ET AUX ENFANTS NON-RÉSIDENTS FRÉQUENTANT L'ÉCOLE MONTAGNAC.

ACTIVITÉS PROPOSÉES :

Camping, basketball, planche à pagaie, cheerleading, gymnastique, danse, vélo de montagne, tennis, et bien plus!



Programmation et infos :
lac-beauport.quebec

418 849-7141 poste 287
feuilleverte@lacbeauport.net



Arthur Lagacé

Arthur est un créateur né dont l'imagination ne connaît aucune frontière. Qu'il soit en train de concevoir des structures complexes avec une précision ingénieuse ou d'explorer les univers virtuels des jeux vidéo, son esprit est un moteur inventif perpétuel. Grand amoureux des connaissances, il se passionne pour l'univers social et les mystères de l'espace, portant un regard rêveur vers l'infini. On le retrouve souvent un roman à la main, totalement immergé dans son récit, ou encore s'instruisant avec ferveur pour écrire ses propres histoires et réaliser des documentaires fascinants.



Arthur Lagacé

Au-delà de son intellect, Arthur est un grand sensible doté d'une facilité déconcertante à ressentir et à comprendre les autres. Véritable « monsieur bonheur », il porte en lui l'idéal d'un monde en paix où chacun y trouverait sa place. Sa bonté est immense : il aime aider, partager et s'assurer du bien-être de son entourage avec une sincérité exemplaire. Toujours articulé et profondément authentique, il s'exprime avec une vérité qui touche droit au cœur.

Ce préféré est une véritable boîte à surprises au tempérament spontané et lumineux. S'il lui arrive d'être un brin gaffeur, cette maladresse ne fait que souligner son charme et sa fraîcheur irrésistibles. Prêt à plonger dans la vague de la vie avec un enthousiasme débordant, ce « Bloup Bloup » si attachant est un être d'une rare noblesse dont la présence transforme le quotidien en une aventure humaine marquante et remplie d'espoir.

Alexia Gilbert

Alexia est une élève dont la présence apporte un cadre rassurant et apaisant à son entourage. Habitée d'une bonté et d'une gentillesse absolue, elle fait preuve d'une reconnaissance sincère pour ce qui l'entoure. Bien qu'elle apprécie son équilibre, elle est capable de surprendre par sa volonté de sortir de sa zone de confort, révélant une force intérieure que l'on ne soupçonne pas au premier coup d'œil.



Alexia Gilbert

Véritable artiste aux multiples facettes, Alexia se laisse porter par la musique et les arts. Que ce soit à travers les cordes de son violon ou par la peinture, où elle explore autant l'abstrait que le concret, sa créativité est sans limites. Cette passion s'étend à la langue française, qui la fait vibrer : grande lectrice, elle possède une facilité remarquable à rédiger, nous plongeant dans des univers littéraires à la fois beaux, rythmés et puissants. Ses travaux, toujours d'une qualité exceptionnelle, témoignent de sa rigueur frôlant la perfection.

Au-delà des salles de classe et des ateliers d'art, Alexia carbure au grand air. Captivée par l'univers animalier, et plus particulièrement par le monde équestre, elle trouve son équilibre dans le calme et la sérénité de la nature. Posée et authentique, Alexia ne réalise pas encore toute l'ampleur de l'impact positif qu'elle a sur autrui. Cette préférée est une jeune fille inspirante dont la lumière, douce et constante, laisse une empreinte légère qui fait tant de bien dans le cœur de ceux qui croisent son chemin. ■

Toutes les raisons sont bonnes pour aller...

JOUER DEHORS

BONNE SAISON HIVERNALE !

BUREAU DE CIRCONSCRIPTION
418 827-8909

Gabriel **HARDY**

Député de Montmorency – Charlevoix

SUIVEZ-MOI

GABRIEL.HARDY@PARL.GC.CA



Belle visite chez les Chevaliers de Colomb de Lac-Saint-Charles.

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

(CR) En feuilletant l'agenda du député de Chauveau, Sylvain Lévesque, voici les activités que l'Écho a retenues.

Le 14 février, accompagné de son épouse Yaneysi, il a participé à diverses célébrations de la Saint-Valentin dans la circonscription. La soirée s'est notamment déroulée à Saint-Émile, où se tenait la clôture du 64^e festival d'hiver du quartier, un événement marquant

par sa longévité. Le député a également rendu visite à plusieurs organismes locaux, dont la FADOQ Les joyeux retraités de Charlesbourg ainsi que les Chevaliers de Colomb de Lac-Saint-Charles et de Saint-Émile, soulignant l'engagement des bénévoles et organisateurs.

Le 8 février, M. Lévesque s'est joint à des citoyens de Stoneham pour encourager la planchiste olympique Laurie Blouin lors de l'épreuve du grand saut (big air). Médaillée d'argent aux Jeux de PyeongChang en 2018, l'athlète a terminé au 14^e rang, manquant la finale de peu. Malgré tout, le député a salué sa performance et la fierté qu'elle inspire à la région.

Quelques jours plus tôt, le 3 février, il participait à l'inauguration officielle de la patinoire couverte et réfrigérée du parc du Bon-Pasteur, dans le quartier Notre-Dames-Laurentides. Ce projet, réalisé par la Ville de Québec, et soutenu financièrement par le gouvernement du Québec à hauteur d'environ 5,8 millions de dollars par le programme PAFIRSPA, permettra une utilisation prolongée de la glace malgré les hivers plus doux.

Ces activités témoignent de l'implication soutenue du député auprès des citoyens et des organisations locales de Chauveau. ■



Les organisateurs de la soirée Gervais Barbeau et Josée Leblanc et Maxime Blanchette, président des Chevaliers de Colomb de Saint-Émile.



En compagnie de M. Allen (beau-père de Laurie) et M^{me} Collins (mère de Laurie) et mon ami et collègue Joël Godin, député fédéral de Portneuf-Jacques-Cartier.



En compagnie d'Isabelle Charest, députée de Brome-Missisquoi, ministre responsable du Sports, Loisirs et Plein air; Bruno Marchand, maire de Québec; Tommy Castonguay, vice-président des opérations, les Remparts de Québec; Paule Laroche, directrice de BRIO Loisirs Charlesbourg-Nord; des conseillers municipaux Raphaël Lebailly et Éric Courtemanche-Baril et de Champion la mascotte des Remparts de Québec.

hop

Faites le GRAND SAUT vers la technologie tv IP!

Votre service télé amélioré

- ◆ Un guide imagé et instinctif
- ◆ La fonction *Rejouer*
- ◆ Votre service télé qui se déplace partout où vous allez
- ◆ Une application disponible sur Fire Tv et Android



CCAP
ccapcable.com

Des milliers d'utilisateurs l'apprécient,
serez-vous le prochain à sauter?

1,2,3, GO! APPELEZ-NOUS 418.849.7125



André Dussault.com

DE L'INTERMÉDIAIRE À LA PROPRIÉTÉ DE LUXE

418.849.0555



418.956.8605

Sotheby's
INTERNATIONAL REALTY

Québec



5 850 000 \$

289 Ch. du Tour-du-Lac, Lac-Beauport
MLS 12443566



1 999 000 \$

71 Ch. du Godendard, Lac-Beauport
MLS 28537830



865 000 \$

624 Ch. Thomas-Maher, Lac-Saint-Joseph
MLS 20202198



NOUVEAUTÉ

1 495 000 \$ +TXS

668 Route 365 Neuville, QC
MLS 10057107



NOUVEAUTÉ

895 000 \$

356 Ch. du Lac-Dion, Saint-Damien-de-Buckland
MLS 11855726



NOUVEAUTÉ

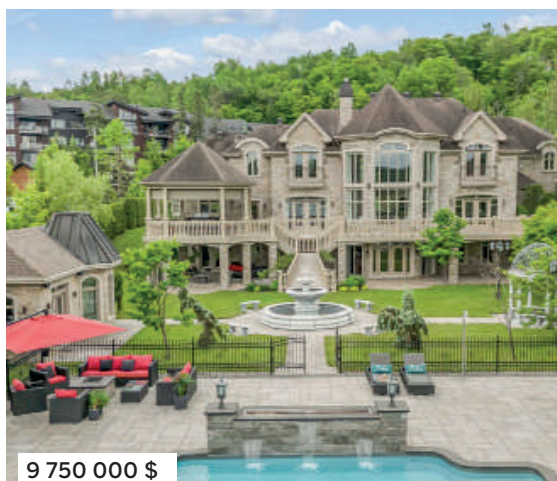
895 000 \$

4 Ch. St-James, Lac-Beauport
MLS 23444524



775 000 \$ +TXS

4600 Av. De Gaulle, Apt. 200, Charlesbourg
MLS 26886046



9 750 000 \$

149 Ch. du Tour-du-Lac, Lac-Beauport
MLS 24344981

L'ÉQUIPE



Sabrina Martinez
Courtier Immobilier Résidentiel

Noël Gingras
Courtier Immobilier

Un commerce bâti sur le cœur

Depuis 20 ans, Julie Couture fait grandir Café Noisette

(CR) Il y a deux décennies, Julie Couture quittait un poste de cadre chez Bell sans plan d'affaires, mais avec une certitude : elle voulait une autre vie. Aujourd'hui, Café Noisette souffle ses bougies dans la maison qu'elle a achetée entre-temps, entourée d'employées qu'elle appelle affectueusement ses « noisettes », de sa famille et d'une clientèle devenue amie. Plus qu'un commerce, c'est un lieu de vie — un refuge chaleureux où l'on vient autant pour un objet, un café ou un conseil que pour l'ambiance.

Quand Julie Couture repense au saut dans le vide qu'elle a fait à 40 ans, elle sourit. « Je ne voulais plus la vie de fou que j'avais chez

Bell », résume-t-elle simplement. Pas de projections financières savantes ni de plan rigide : seulement l'intuition qu'il fallait changer de cap. « Si ça ne marchait pas, je ferais autre chose. »

Vingt ans plus tard, Café Noisette n'est pas seulement toujours là : il est devenu une institution locale, un endroit où le temps semble ralentir — presque suspendu au parfum du café du matin.

Une famille avant tout

Dès qu'elle parle de son équipe, le mot « famille » revient sans cesse. Julie appelle ses employées ses « noisettes », un surnom tendre qui dit tout du climat qui règne sur place. Certaines sont là depuis le tout début : Lucie, par exemple, y travaille depuis l'ouverture, tandis que d'autres cumulent près de deux décennies de présence. « J'arrive ici, je me sens comme si j'arrivais à la maison », confie Julie.

La plupart des jeunes sont embauchées vers 15 ans et restent souvent jusqu'à la fin de leurs études universitaires. Plusieurs reviennent même plus tard, entre deux obligations professionnelles ou familiales, pour donner un

coup de main — preuve que le lien ne se brise pas avec le temps.

Ce souci des autres se manifeste jusque dans les détails. Julie préfère embaucher plus de personnel que nécessaire afin de faciliter les remplacements et permettre à chacune de concilier travail, études et vie personnelle. « Profiter de la vie » n'est pas qu'un slogan : c'est une règle non écrite.

Des matins qui ressemblent à un salon

La journée commence toujours de la même façon : par un bon café partagé. Avant même de parler ventes ou inventaire, on échange des nouvelles, on rit, on se confie. Les clients du matin sont parfois témoins — et même participants — de ces conversations.

Avec le temps, plusieurs habitués sont devenus des amis. Cette proximité explique sans doute pourquoi l'endroit dégage une chaleur si particulière. Ici, on ne se sent jamais pressé d'acheter ni observé de près. On peut flâner, prendre son temps, respirer.

Julie insiste d'ailleurs sur un point qui peut sembler contre-courant : aucune pression de vente. « On conseille les clients pour les rendre heureux », dit-elle.

Pas d'objectifs imposés, pas d'évaluations stressantes, pas de stratégies pour vendre « le petit quelque chose de plus ». Seulement l'idée que si les gens se sentent bien, ils reviendront.

Une boutique qui a grandi avec le temps

Au départ, Café Noisette proposait surtout du café, des thés, des chocolats et quelques bijoux. Au fil des années, l'offre s'est élargie : accessoires de cuisine, décoration, vêtements, chaussures... Aujourd'hui, chaque espace a son identité, mais tout est pensé pour former un ensemble cohérent.

Le renouvellement est constant. Les nouveautés arrivent régulièrement, et les surplus sont soldés rapidement pour faire place au reste. « Il faut que ça roule », explique Julie.

Elle privilégie largement les entreprises québécoises capables d'offrir un volume suffisant pour maintenir des prix compétitifs, tout en travaillant aussi avec des fournisseurs européens ou Ouest canadiens pour certaines lignes de vêtements. L'objectif est simple : offrir des produits qui correspondent à la clientèle du nord de Québec, sans jamais faire payer plus cher parce qu'on est « au lac ».

Une relève déjà en marche

Depuis quelques années, sa fille Stéphanie — qu'elle appelle Steph — est devenue copropriétaire. À la trentaine, elle apporte un regard neuf, particulièrement en matière de technologies et de tendances, tandis que Julie met à profit son expérience en gestion et en administration.

« On se complète vraiment », souligne-t-elle. Steph supervise notamment les départements vêtements et chaussures, contribuant à faire évoluer la boutique sans en trahir l'esprit. Julie imagine même, avec un sourire, que sa petite-fille, Blanche, pourrait un jour rejoindre l'aventure.



Julie Couture, celle qui fait fleurir Café Noisette.



Café Noisette, c'est un mélange de chaleur, de douceur et d'une petite étincelle qui donne envie de revenir.

Un lieu unique

Malgré le succès, l'idée d'ouvrir d'autres succursales ne l'a jamais séduite. « C'est tellement d'ouvrage », dit-elle, évoquant aussi son désir d'être présente sur place et de préserver le caractère unique de l'endroit.

La fermeture du dimanche, décidée après la pandémie, s'inscrit dans la même logique : privilégier l'équilibre de vie. Même si certains clients en sont déçus, Julie estime que cette décision contribue à la pérennité du commerce — et au bien-être de ceux qui le font vivre.

Traverser les épreuves

Les dernières années n'ont pourtant pas été de tout repos. Julie a perdu son conjoint et doit composer avec la maladie d'Alzheimer de sa mère, en plus des responsabilités quotidiennes d'une entreprise qui demande une présence presque constante.

Elle reconnaît que ces épreuves sont lourdes, mais insiste sur la douceur qui persiste malgré tout — grâce à son entourage, au yoga et à la vie au lac, qu'elle affectionne profondément.

À 60 ans, Julie rêve surtout d'équilibre. Travailler encore, oui — mais peut-être un peu moins, choisir ses journées, profiter davantage de sa famille et de la nature environnante.

Son souhait pour la prochaine décennie tient en un mot : la santé. « Si on est en santé, on peut faire ce qu'on veut », résume-t-elle. Pas de grands projets d'expansion, pas d'ambitions tapageuses. Juste continuer à faire vivre cet endroit unique, fidèle à ses valeurs.

Deux décennies après avoir quitté une carrière confortable pour suivre son intuition, Julie Couture a bâti bien plus qu'une boutique : un lieu où l'on cultive la bienveillance, où les générations se croisent, où les liens se tissent autour d'un café fumant.

Julie, je t'aime! ■




Café Noisette, notre si beau magasin général à Lac-Beauport!

Crédit photo : Carole Roy

Crédit photo : Courtoisie


Votre TV locale




Improvisation

Lutte • Jeux de société

BD • Marché de l'étrange


Airsoft • Collections



EXPÉRIENCES LUDIQUES

www.ccap.tv



La chronique canine

Ton chien grogne et garde des objets?

DANIELLE GAUTHIER DE VARENNES
Éducateur comportementaliste
canin et félin

Collaboration spéciale

Lorsqu'un chien grogne, se fige ou montre les dents quand on s'approche de son jouet, de sa nourriture ou d'un objet qu'il protège, la réaction instinctive de beaucoup d'humains est de gronder, crier, menacer ou forcer le chien à obéir. C'est compréhensible... mais c'est aussi très souvent la pire chose à faire.

Un grognement n'est pas une provocation ni un défi d'autorité. C'est un signal clair d'inconfort. Ton chien te dit : « *Ce que tu fais me met mal à l'aise* ». Ignorer ou punir ce message augmente le risque d'escalade... et de morsure. Voici quoi faire à la place.

1. Stoppe immédiatement ce que tu fais

La première action est simple, mais cruciale : arrête-toi.

- Si tu marchais vers ton chien, cesse d'avancer
- Si tu tendais la main, immobilise-la ou retire-la
- Si tu essayais de lui enlever un objet, arrête immédiatement



Crédit photo : Courtoisie

Il faut savoir analyser la situation en une fraction de seconde.

Continuer malgré un grognement, c'est ignorer le langage canin et pousser la situation vers un conflit plus grave. Le grognement est un outil de communication, pas une menace. Un chien qui grogne tente d'éviter une morsure, pas de provoquer.

2. Analyse la situation en une fraction de seconde

Une fois arrêté, évalue rapidement la situation :

- Le corps est-il très tendu ou figé?
- Les dents sont-elles visibles?
- As-tu déjà ignoré des signaux plus subtils auparavant?

Si tu penses qu'une morsure est possible, recule immédiatement. Si tu n'es pas sûr... recule quand même. Ta sécurité passe avant tout.

Pose-toi ensuite deux questions clés :

- Quelle ressource protège-t-il? (jouet, os, nourriture, espace, humain)

- Quel comportement précis a déclenché la réaction? (approche, geste, regard)

Comprendre ces éléments permet d'éviter que la situation se répète.

3. Recule... mais de façon stratégique

Les comportements de protection de ressource ont un seul objectif : faire partir l'autre. Si tu recules immédiatement après un grognement, ton chien apprend :

« *Mon grognement a fonctionné.* »

Or, tout comportement efficace a tendance à se renforcer. Si la situation est totalement sécuritaire, rester immobile quelques secondes et attendre un léger relâchement (respiration plus calme, posture moins rigide), puis t'éloigner tranquillement, permet d'enseigner autre chose :

« *Me détendre a fait partir mon humain.* » Tu renforces alors le calme, pas la menace.

Attention : ne tente jamais cela si ta sécurité est incertaine.

4. Gère l'environnement pour prévenir les conflits

La gestion est une étape essentielle.

- Donne des objets de grande valeur uniquement quand tu n'auras pas à les retirer
- Utilise des espaces calmes (cage, pièce isolée) pour les os et récompenses spéciales
- Ne dérange jamais un chien qui mange ou mâchouille un objet précieux

Avec des enfants, la vigilance doit être maximale. Les enfants ne lisent pas le langage canin. Si tu ne peux pas superviser activement, mets ton chien à l'écart. C'est une protection pour tout le monde.

5. Travaille avec un professionnel bienveillant

La protection de ressources n'est pas un problème d'obéissance, mais un problème émotionnel. Elle ne se règle ni par la force ni par la punition.

Un professionnel utilisant des méthodes positives peut aider à modifier l'émotion du chien face à l'approche humaine. Un exercice central est l'apprentissage de l'échange :

- Le chien donne un objet contre une récompense de très grande valeur
- On commence avec des objets peu importants
- On progresse graduellement
- Le chien apprend que l'humain annonce un gain, pas une perte

Pense stratégie, pas rapport de force

Ton chien ne cherche pas à te défier. Il cherche à se sentir en sécurité. Un chien qui grogne communique. Un chien puni pour avoir grogné apprend à mordre sans prévenir. Prendre ce message au sérieux est le premier pas vers une relation plus sereine, sécuritaire et basée sur la confiance. ■

Les rendez-vous à ne pas manquer en mars Société d'horticulture et d'écologie de Ste-Foy

(CR) En mars, la Société d'horticulture et d'écologie de Ste-Foy (SHESF) proposera des conférences qui donnent envie de voir la saison froide autrement : une période idéale pour apprendre, s'inspirer... et préparer son printemps. Au programme: les arbres fruitiers et gros arbustes, les légumes à feuillage au potager — bien au-delà des laitues — ainsi que la place de la biodiversité.



Mardi 3 mars — Arbres fruitiers et gros arbustes

Le 3 mars, Louis Saint-Hilaire présentera différentes variétés de pommiers, poiriers, pruniers, cerisiers, noisetiers et sureaux. Il abordera également la plantation, la récolte, la taille ainsi que les soins nécessaires pour assurer leur croissance et leur productivité.

Mardi 17 mars — Les légumes à feuillage au potager, pas que des laitues!

Le 17 mars, Marcel Lamontagne explorera l'univers des légumes dont le feuillage est apprécié en cuisine. Au-delà des laitues, il sera question notamment de kale, de bette à carde et de nombreuses autres variétés nutritives et savoureuses.

Mardi 24 mars — La place de la biodiversité

Le 24 mars, Gabriel Rousseau, du Domaine Joly-De Lotbinière, présentera les bénéfices et les gains associés à la mise en place de méthodes favorisant la biodiversité. Une conférence pour mieux comprendre l'importance de ces pratiques pour l'environnement et les écosystèmes.

Les conférences de la SHESF ont lieu le mardi à 19 h 30 au Centre de glaces Intact Assurance, situé au 999, avenue Rochebelle (local 121), Québec; cout d'entrée : 8 \$ pour les non-membres. Pour informations, visitez le SHESF.ca (section « Activités ») ou communiquez avec France Doyon au 418 658-844, ou à fradoyon@hotmail.com. ■

WILLIAMSON
notaire

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

Service de rendez-vous et de signature à distance

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

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

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

Vers un *ensemble* meilleur

Le sens de l'engagement

LUCY TRAHAN

Fondatrice de l'Atelier en Vrac

Collaboration spéciale

Vous souvenez-vous d'un engagement pris avec vous-même? Je ne parle pas ici des résolutions de fin d'année, mais d'un engagement profond, sincère, solide.

Une promesse chuchotée à vous-même, dans un recoin du quotidien, à l'abri des regards pendant que la vie battait son plein.

Une certitude apparue, ressentie, provenant de l'intérieur et traçant son chemin jusqu'à votre conscience. Comme une évidence que nous serions tentés de taire, parce que trop bruyante, risquée et propice aux changements. Un élan du cœur, un message de notre âme, un appel à la cohérence, quel que soit le mot, la base reste la même; cet engagement fraie son chemin jusqu'à la conscience parce qu'il veut être entendu, pris en soin.

C'est un doux chuchotement pointant au détour d'un trop-plein d'émotions, d'une limite dépassée. Lors d'un moment de calme, une fois la garde baissée. Le mental arrive rapidement au galop, nous convaincant bien souvent d'en faire fi, de l'ignorer et nous dresse une liste de toutes les impossibilités... possibles.

C'est une rencontre avec soi-même. Et puisque nous sommes le maître de notre navire, nous seul(e)s pouvons actualiser ou non cette rencontre. Qu'importe notre vie, les circonstances extérieures, le vécu passé, la réalité présente. Nous seul(e)s pouvons l'entendre, y donner sens, crédibilité et lui permettre de devenir un engagement.

Non pas un engagement envers l'autre, les autres ou les responsabilités. Un engagement rare, trop peu expérimenté,

trop peu pratiqué. La sorte d'engagement pouvant attirer les jugements, l'incompréhension ou... l'admiration. Inspirer les autres puisque la véracité est ressentie, palpable dans l'intouchable.

Se faire une promesse, un serment, tout comme on pourrait le faire envers une autre personne, mais cette fois en se permettant de le faire avec soi-même, en reconnaissant ce qui crie à l'intérieur, ce qui demande à être, à vivre.

C'est une nourriture pour l'âme, une alimentation pour la (re) connexion avec soi. Une fortification du lien entre la vie et le sens de notre existence.

Au printemps dernier, ces mots sont apparus à l'intérieur de moi et ont résonné puissamment : « Dream it. Believe it. Make it happen. » C'était le début d'un engagement. Une ouverture à ce qui est possible, à ce que je peux accomplir. J'étais la seule à l'entendre, à l'imaginer, à pouvoir activer ce potentiel et lui permettre de se réaliser. Certains choisiront d'ignorer, de faire fi ou tout simplement de ne pas y croire. Et c'est correct. D'autres comme vous, comme moi, ressentiront cette résonance, ce possible, cet appel à quelque chose de plus grand, à ce quelque chose d'autre. Comme une évidence qu'il y a plus. Que la Vie est autre que ce que nous nous contentons de vivre!

Parfois les mots nous parviennent plus tard, plus loin malgré ce besoin irrésistible d'entendre les réponses, de connaître les solutions ici et maintenant. Mais chaque chose en son temps. Et le temps trace son chemin, à son rythme, en organisant ce qu'il se doit et comme il se doit. L'étape première, non la moindre, est de s'autoriser à entendre ce qui est, à nous redonner l'importance d'être, de s'engager avec et envers soi-même tout comme nous le faisons à maintes reprises avec les autres, avec les gens que l'on aime, avec les engagements tout autour. C'est de se ramener doucement dans le centre de

notre vie et ne plus y vivre en périphérie. Se réintégrer dans ce grand cercle de vie et d'amour, composé de tout ce qui nous est important et précieux. Réaliser qu'il est temps d'apprendre à s'aimer autant que nous aimons les autres et honorer cet engagement en vivant dignement et authentiquement, peu importe nos différences. ■



Lucy Trahan

Crédit photo : Carole Roy

Demande de rendez-vous
EN LIGNE



Clinique dentaire
Stoneham



Dr Stéphane Coulombe, DMD
418 848-8000



Healthman
est toujours rejoinable
par texto pour vous venir
en aide!

BONNE SEMAINE DE RELÂCHE!

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

www.cliniquedentairestoneham.ca

Loisirs municipaux

Le printemps s'annonce actif à Lac-Beauport

(CR) Avec les journées qui rallongent et l'envie de sortir de l'hiver, Lac-Beauport dévoilera le 12 mars sa nouvelle programmation printanière de loisirs. Une offre variée qui promet de remettre les citoyens en mouvement, à l'intérieur comme à l'extérieur.

Les activités extérieures seront à l'honneur, notamment au terrain de tennis et de pickleball, dont la saison débute au printemps. La programmation comprendra aussi les détails du Défi « Nage ton lac Beauport », prévu le 8 août au Centre nautique, un rendez-vous estival déjà bien attendu.

Les inscriptions pour les résidents se dérouleront du 24 mars au 5 avril, tandis que les non-résidents pourront s'inscrire du 31 mars au 5 avril. L'accès aux activités débutera le 7 avril, et les cours commenceront officiellement le 11 avril. Comme les places sont souvent prises d'assaut, mieux vaut consulter rapidement le site municipal pour ne rien manquer au www.lac-beauport.quebec.



Crédit photo : Courtoisie

C'est le 12 mars que sera dévoilée la programmation printanière.

À noter qu'un compte sur la plateforme Voilà! est nécessaire pour s'inscrire. Bonne nouvelle également pour les résidents de Stoneham-et-Tewkesbury : grâce à l'entente intermunicipale, ils peuvent participer aux activités sans frais supplémentaires.

Pour de plus amples informations, vous pouvez contacter le Service des loisirs, de la culture et de la vie communautaire par téléphone au 418 849-7141, poste 244, ou par courriel à loisirs@lacbeauport.net. ■

Maison des jeunes de Lac-Beauport Relâche et bourses : Le Cabanon gâte les jeunes

(CR) À Lac-Beauport, la semaine de relâche ne rime pas avec ennui. Du 2 au 6 mars, la Maison des jeunes (MDJ) Le Cabanon propose une foule d'activités pour faire bouger, rire et décrocher — sans oublier de souligner son 30^e anniversaire avec un coup de pouce financier aux jeunes d'ici.

Village Vacances Valcartier, Bora Parc, laser tag, cuisine collective et bien d'autres sorties figurent au programme de cette semaine festive. Une journée spéciale sera aussi consacrée à la relève — les élèves de 5^e et 6^e année — avec un avant-midi de patinage sur le lac suivi d'un après-midi tout en douceur : pyjama, chocolat chaud et film. Une parenthèse hivernale parfaite avant le retour en classe.

En parallèle, les bourses de la MDJ reviennent pour une quatrième édition, dans un contexte

particulièrement symbolique : les 30 ans de l'organisme. Au total, 4500 \$ seront remis à des jeunes de la communauté, en plus de plusieurs prix de présence. Une belle façon d'encourager l'engagement, les projets et les rêves qui prennent racine ici même.

Pour consulter les détails des activités ou déposer une candidature pour les bourses, il suffit de visiter le site de la MDJ au www.mdj-lacbeauport.com. ■



Crédit photo : Courtoisie

Lors de la remise des bourses en mars 2025, de gauche à droite : Julien April, directeur d'Entourage sur-le-Lac; Isabelle Côté, directrice des loisirs de la Municipalité de Lac-Beauport; Olivia Morneau; Victor Morneau; Noémie Brien; Anaëlle Laforest; Maxime Savard; Danaé Couillard, Caroll-Ann Verrier, directrice de la MDJ, et Sylvain Lévesque, député de Chauveau.



**ASSEMBLÉE
NATIONALE
DU QUÉBEC**

**JOURNÉE
INTERNATIONALE
DES DROITS
DES FEMMES**

B

Mars



SYLVAIN LÉVESQUE
DÉPUTÉ DE CHAUVEAU

☎ 418 842-3330
✉ sylvain.levesque.chau@assnat.qc.ca

📍 1680, avenue Lapierre, bur. 201
Québec G3E 0G1

Maison des jeunes l'Atôme – BGC Stoneham-et-Tewkesbury

Des jeunes qui décident... et qui s'impliquent

(CR) À la Maison des jeunes (MDJ) l'Atôme – BGC Stoneham-et-Tewkesbury, les jeunes ne sont pas seulement des participants : ils deviennent de véritables acteurs de leur milieu. Ici, on mise sur une approche « par et pour les jeunes », où leur voix compte réellement dans les décisions.

Chaque mois, une assemblée des jeunes permet de construire la programmation à venir. Activités, projets spéciaux, sorties : tout passe par leurs idées et leurs discussions. On débat, on choisit, on ajuste. Résultat : un calendrier qui leur ressemble et qui répond à leurs intérêts du moment.

L'implication ne s'arrête pas là. Les jeunes participent aussi aux réflexions sur l'évolution

de la MDJ : ce qu'ils souhaitent améliorer, développer ou mettre de l'avant. Cette participation active nourrit leur sens des responsabilités, leur confiance et leur sentiment d'appartenance.

Ils sont également invités à prendre part à l'assemblée générale annuelle de l'organisme, et deux représentants siègent même au conseil d'administration. Une occasion rare, mais précieuse, de porter la voix des jeunes au cœur des décisions plus larges.

Tout au long de ce processus, les animateurs-intervenants accompagnent sans diriger. Ils soutiennent, encadrent et encouragent, laissant aux jeunes l'espace nécessaire pour s'exprimer et apprendre. Cette posture

favorise l'autonomie et l'engagement, tout en transformant la MDJ en un véritable lieu d'apprentissage citoyen.

Au final, ce modèle participatif fait bien plus qu'organiser des activités : il prépare des jeunes capables de prendre leur place dans la communauté — aujourd'hui et demain. ■



À la MDJ, activités, projets spéciaux, sorties... tout passe par les idées des jeunes

Crédit photo : Courtoisie

On recrute à Stoneham

Camp de jour : un été qui change tout

(CR) Un été peut filer doucement... ou devenir inoubliable. À Stoneham-et-Tewkesbury, le Programme Animation Vacances (PAV) invite les jeunes adultes à choisir la deuxième option en rejoignant son équipe du camp de jour 2026.

Plusieurs postes sont ouverts : animateurs, aides-animateurs, accompagnateurs, coordonnateurs adjoints et coordonnateur en chef. Autant d'occasions de vivre une expérience professionnelle formatrice, dans un environnement dynamique et humain.

Travailler au PAV, c'est intégrer une équipe soudée où l'entraide et la collaboration sont au cœur du quotidien. Les employés bénéficient d'un encadrement solide et d'un soutien constant, tout en développant des compétences concrètes : animation, leadership, organisation, communication... des acquis précieux, bien au-delà de l'été.

Mais ce qui marque le plus, ce sont les souvenirs. Les étés de camp laissent rarement indifférents; ils forgent des liens, bâtissent la confiance et offrent un sentiment d'utilité immédiat.

Les candidatures pour les postes de coordination sont acceptées jusqu'au 1^{er} mars, tandis que celles pour l'équipe d'animation peuvent être soumises jusqu'au 8 mars. Pour en savoir davantage ou déposer sa candidature, il suffit de consulter les plateformes officielles de la Municipalité de Stoneham-et-Tewkesbury ou de communiquer avec le service des loisirs. ■



Crédit photo : Courtoisie

ABONNEMENT VÉLO DE MONTAGNE 2026

EN VENTE MAINTENANT



**SENTIERS
DU MOULIN**

www.sentiersdumoulin.com

418 849-9652

info@sentiersdumoulin.com

Lac-Beauport en neige Jouer dehors et célébrer février

CAROLE ROY

caroleroy@journal-local.ca

Lac-Beauport en neige a pris son envol le 13 février en soirée et encore cette année, la programmation donnait envie de jouer dehors. La soirée de patinage à la lampe frontale a rassemblé une foule impressionnante venue profiter de l'hiver autrement — dehors, ensemble, et le sourire aux lèvres.

Près de 600 personnes se sont réunies au Centre nautique pour enfile leurs patins et s'élaner sur l'anneau de glace, guidées par la douce lueur de leurs lampes. Vue de loin, la scène ressemblait à une guirlande mouvante déposée sur le lac. Petits et grands ont partagé ce moment simple, mais ô combien rassembleur!

Les conditions étaient idéales : une glace impeccable, un froid supportable et une ambiance chaleureuse qui donnait envie de prolonger la soirée. Certains patinaient en famille, d'autres entre amis, tandis que plusieurs savouraient simplement la beauté du décor hivernal. Une participante résumait l'impression générale : « Superbe glace, belle ambiance, pas trop froid. »

Cette première activité donnait le ton à une programmation entièrement tournée vers le plaisir de jouer dehors. Contes au coin du feu, randonnée aux flambeaux et journée plein air gratuite ont, depuis, poursuivi cette célébration de la saison froide, confirmant que l'hiver peut être tout sauf monotone lorsqu'il se vit collectivement.

Au final, cette soirée à la lampe frontale aura surtout rappelé à quel point quelques ingrédients bien choisis — une belle glace, une organisation efficace et des citoyens prêts à sortir — suffisent pour créer un moment rassembleur dont on parlera encore longtemps. ■



Petits et grands ont partagé ce moment simple.



Du pur plaisir que l'on pouvait lire sur ces visages!



Quelques minutes avant que le soleil ne disparaisse complètement. Majestueux, le lac... et le patineur, bien entendu!



La maison des jeunes Le Cabanon était présente pour distribuer des breuvages chauds.

Crédit photo : Courtoisie

HUÎTRE & CHAMPAGNE À l'ilot

REPÈRE GOURMAND

Les vendredis
13, 20 et 27 mars 2026
Dès 17 h

Des huîtres fraîches.
Des bulles raffinées.
Une soirée parfaite au bord du lac.

- Huître à 3\$ toute la soirée, jusqu'à épuisement
- Champagne Laurent-Perrier Brut au verre à 19\$

Faites pétiller votre fin de semaine dans une ambiance conviviale et gourmande !

RÉSERVATION
RECOMMANDÉE
En ligne ou
418.463.8999



@lilotresto
@resort_entourage

99, chemin du Tour-du-Lac, Lac-Beauport

CITQ : 005736

Classique de hockey de Stoneham

Deux jours de sport et de fête au parc des Fondateurs

(CR) Les amateurs de hockey extérieur ont rendez-vous les 13 et 14 mars au parc des Fondateurs : la Classique de hockey de Stoneham revient pour une cinquième édition qui s'annonce relevée, festive et rassembleuse.

Devenu un incontournable de la fin d'hiver, ce tournoi en plein air attire chaque année joueurs, familles et curieux dans une atmosphère où la compétition côtoie la convivialité. L'évènement est gratuit et ouvert à tous, une invitation à profiter du hockey... version grand air.

Un tournoi bonifié

Pour cette édition 2026, les organisateurs ont revu la formule afin d'augmenter le suspense jusqu'aux dernières minutes. Le tournoi comportera désormais des demi-finales et une finale, une nouveauté qui devrait rehausser l'intensité des affrontements.

Autre signe de l'évolution de la classique : la présence accrue du hockey féminin. En raison de sa popularité grandissante, une équipe féminine supplémentaire s'ajoute cette année, témoignant de l'enthousiasme et du talent des joueuses de la région.

La relève locale ne sera pas en reste. Un match mettant en vedette les jeunes Yétis de Stoneham, sera présenté pendant la fin de semaine. Les organisateurs se disent fiers d'offrir cette vitrine aux futurs talents et de contribuer au développement du hockey chez les jeunes.

Un évènement qui rassemble

Au-delà de la compétition, la Classique mise sur une ambiance festive. Un DJ animera la patinoire tout au long des deux journées, transformant le parc en véritable lieu de rassemblement hivernal.

La Maison des jeunes participera également à l'évènement en tenant une cantine payante proposant hot-dogs et collations. Une initiative qui permettra de soutenir l'organisme tout en offrant aux spectateurs de quoi se réchauffer et reprendre des forces entre les matchs.

Le tournoi sera précédé d'un repêchage officiel le 23 février à La Souche, un moment toujours très attendu et ouvert au public. Cette soirée marque traditionnellement le coup d'envoi des festivités et suscite déjà beaucoup d'enthousiasme chez les participants.

Une tradition bien vivante

L'an dernier, les organisateurs Éric Rousseau et Alexandre Loignon rappelaient l'importance de préserver cette compétition communautaire. En reprenant le flambeau de leurs prédécesseurs, ils s'étaient donné comme mission de faire grandir l'évènement. « On s'est dit, on ne peut pas laisser mourir ça », confiait M. Rousseau.

Au fil des éditions, la classique a gagné en intensité et en popularité, attirant des joueurs toujours plus jeunes et compétitifs. « Pour nous, c'est important un évènement comme

ça dans l'hiver », soulignait M. Loignon, évoquant l'engouement suscité par le tournoi.

La présence de joueurs âgés de 17 à 20 ans avait d'ailleurs contribué à hausser le calibre du jeu. Un match particulièrement marquant avait vu l'équipe Nordique Spa l'emporter 11 à 2, illustrant l'évolution rapide du niveau de compétition.

Un rendez-vous à ne pas manquer

Cinq ans après sa création, la Classique de hockey de Stoneham s'impose comme un évènement phare de la saison froide. Entre rivalités sportives, musique, relève et esprit communautaire, tout est en place pour offrir une fin de semaine mémorable. ■



Lors de l'édition 2025, les organisateurs Alexandre Loignon et Eric Rousseau entourés du député Sylvain Lévesque et du maire Sébastien Couture.

Crédit photo : Courtoisie

Choisir le bon bac.

Pour un meilleur tri des matières résiduelles



Styromousse alimentaire



Sac de croustilles



Carton de lait



Pellicule de plastique



Litière d'animaux domestiques



Restes de table



Boîte de pizza souillée



Stylo usagé



Textile inutilisable



Couche souillée



Le bac à déchets, pour les matières qui ne vont **nulle part ailleurs**

INSCRIPTIONS OUVERTES

SAISON **ESTIVALE**

CLUB DE SOCCER JACQUES-CARTIER



LAC-BEAUPORT
STONEHAM-ET-TEWKESBURY
SAINTE-BRIGITTE-DE-LAVAL

**PROGRAMMES OFFERTS À 100%
DANS CHAQUE MUNICIPALITÉS :**

Programme U4 à U7

Activités dans votre secteur

Soccer adultes amical

«Soccer Moms/Dads»

CAMPS D'ÉTÉ :

Plusieurs options pour les jeunes U6 et +

Détails sur csjc.ca

**PROGRAMMES CONJOINTS
ROTATION DES PLATEAUX D'ACTIVITÉ**

Nouveau • U8

Programmes revampés

Programmes U9 à U18

Camps d'identification dès le 22 mars

Programme U13 et +

Niveau compétitif

Senior compétitif

Nouveau • École de gardiens

Programme spécialisé — U9 et +

INSCRIPTIONS EN COURS SUR CSJC.CA

• JUSQU'AU 17 MARS 2026 •

Entraînements pré-saison dès le **22 mars** pour les joueurs U9 et +





ÉQUIPE
**MARC
BONENFANT**



Karine Picher
Adjointe
administrative

Louis Hudon
Courtier immobilier
résidentiel et commercial

Marc Bonenfant
Courtier
immobilier

Cindy Fortier
Courtier immobilier
résidentiel

Nicolas Desharnais
Courtier immobilier
résidentiel et commercial

Stoneham-et-Tewkesbury
35, ch. du Hameau #23 339 000 \$ + txs
NOUVEAU
Location court terme permise

Stoneham-et-Tewkesbury
33, ch. des Skieurs 950 000 \$
NOUVEAU
Location court terme permise

Stoneham-et-Tewkesbury
2940, boulevard Talbot 1 149 000 \$

Stoneham-et-Tewkesbury
11 ch. des Bolets
VENDU

Stoneham-et-Tewkesbury
11, ch. des Montagnards 1 450 000 \$

Québec
30, rue Valéda-Auclair
VENDU

Stoneham-et-Tewkesbury
37, ch. des Skieurs 799 000 \$ + txs
Location court terme permise

Stoneham-et-Tewkesbury
5, chemin des Skieurs 1 075 000 \$ + txs
Location court terme permise

418 912-8787

marcbonenfant.com

3 bureaux
Stoneham - Limoilou - Charlesbourg

Bourses d'études 2026



À LA RECHERCHE DE
jeunes motivés

Peu importe vos notes, soumettez votre candidature entre le 1^{er} et le 31 mars.

En postulant, vous êtes admissible à plusieurs programmes de bourses, dont celui de votre caisse qui offre 89 bourses pour un total de 100 000 \$ à des étudiant(e)s de niveau secondaire à universitaire.

Inscription et règlement au desjardins.com/etudiants

 **Desjardins**
Caisse de Charlesbourg