



Le député fédéral Joël Godin
Prêt pour un deuxième mandat Page 6



École Montagnac
Les activités Pédagogie extérieure Page 8



Exposition à la
bibliothèque L'Écrin
Champ libre,
les oeuvres de
Francine Rivest Page 9

L'ÉCHO DU LAC **HC** LAC-BEAUPORT
STONEHAM-ET-TEWKESBURY
LAC-DELAGE

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

M EQUIPE
MARC
BONENFANT
UN CHOIX JUDICIEUX
418 912-8787
Venez voir nos inscriptions
à la page 2
ROYAL LEPAGE
Inter-Québec
AGENCE IMMOBILIERE
marcbonenfant.com



Fonds de la région de la Capitale-Nationale
Plus de 920 000 \$ pour des projets d'ici

Page 3



Nouvelle offre d'hébergement à Lac-Beauport
Le Saiso se renouvelle Page 7



Randonnée urbaine à Lac-Beauport
Ça marche Doc! Page 10



100 000 \$ en bourses
La Gaisse de Charlesbourg appuie la jeunesse! Page 10

Postes Canada : N° PP4-18705-16



ANDRÉ DUSSAULT

POUR VOUS SERVIR AUX 4 COINS DE LA RÉGION!
andredussault.com
418 849-0555



JE RECHERCHE ACTIVEMENT
BORD DE LAC

LAC BEAUPORT - LAC MORIN
LAC BLEU - LAC DELAGE
LAC ST-CHARLES

JE RECHERCHE ACTIVEMENT
**COTTAGE
AVEC GARAGE
DOUBLE**

ENTRE 350 000 \$ ET 600 000 \$



**EQUIPE
MARC
BONENFANT**

UN CHOIX JUDICIEUX

de tout le réseau royal lepage inter- québec

1^{RE} ÉQUIPE DE VENTE
2016-2017-2018





Nicholas Desharnais
Courtier immobilier commercial

Frédérique Berthiaume
Adjointe administrative

Sylvie Thériault
Courtier immobilier Directrice des ventes

Marc Bonenfant
Courtier immobilier

Mélanie Delisle
Courtier immobilier administration

Claudia Lemelin-Marsan
Courtier immobilier résidentiel adj. à la direction

Frédérique Lajoie
Courtier immobilier résidentiel

Pierre-Martin Belleville
Courtier immobilier résidentiel

**3 BUREAUX POUR MIEUX VOUS SERVIR :
STONEHAM, STE-FOY ET LIMOILOU**

418 912-8787 | 418 653-0488
MARCBOENFANT.COM

Lac-Beauport



VENDU

19, ch. de la Source # 20004915

Lac-Beauport



VENDU

169, ch. des Granites # 25957297
699 000 \$

Stoneham-et-Tewkesbury



NOUVEAU

50, ch. Balbuzard # 24712887
579 000 \$

Lac-Beauport



143, ch. des Granites # 18874673
389 000 \$

Stoneham-et-Tewkesbury



VENDU

80, ch. des Faucons # 21088510

Lac-Beauport



16, ch de la Promenade # 26474837
529 000 \$ +TX

Stoneham-et-Tewkesbury



NOUVEAU

3, ch. Valbourg # 14320172
349 900 \$

Stoneham-et-Tewkesbury



NOUVEAU

12, ch. des Buses # 25442942
449 000 \$



CELI 2020

Cotisez plus tôt à un meilleur taux

Cotisez dès maintenant et profitez d'un **taux plus élevé** que le taux courant jusqu'au 31 décembre 2019*.

Parlez-en à votre conseiller!

* Pour plus de détails, visitez desjardins.com/CELI.

418 626-1146



Desjardins
Caisse de Charlesbourg

Fonds de la région de la Capitale-Nationale

Plus de 920 000 \$ pour des projets d'ici



Crédit photo : Carole Roy

De gauche à droite : Guy Gilbert, conseiller municipal de Lac-Beauport; Sylvain Lévesque, député de Chauveau; Sylvie Roy, directrice du Service des loisirs, de la culture et de la vie communautaire; le maire Michel Beaulieu; Isabelle Provencher, coordonnatrice aux programmes de loisirs et Pierre Dolbec, président de la SDE de la Jacques-Cartier.

CAROLE ROY

caroleroy@journal-local.ca

Le 11 octobre, à Entourage sur-le-Lac, la MRC de La Jacques-Cartier et le gouvernement du Québec annonçaient une aide financière de plus de 1,5 M\$ pour la réalisation de neuf projets dans le cadre du Fonds de la région de la Capitale-Nationale (FRCN). De ces projets, cinq concernent notre région.

Le préfet de la MRC de La Jacques-Cartier, M. Michel Beaulieu, a fait l'annonce des projets retenus en compagnie du député

de Chauveau, M. Sylvain Lévesque, au nom de la vice-première ministre, ministre de la Sécurité publique et ministre responsable de la région de la Capitale-Nationale, M^{me} Geneviève Guilbault, du ministre délégué à la Transformation numérique gouvernementale et député de La Peltrie, M. Éric Caire, du député de Montmorency, M. Jean-François Simard, du président de la SDE de La Jacques-Cartier et maire de Sainte-Catherine-de-la-Jacques-Cartier, M. Pierre Dolbec, ainsi que d'entrepreneurs et de maires. Ces initiatives, qui seront réalisées sur le territoire de la MRC de La Jacques-Cartier, auront également

des incidences considérables sur son développement.

«Notre MRC connaît un boom démographique et économique sans précédent. Les sommes octroyées nous permettent de bonifier la qualité de nos milieux de vie et de consolider l'offre touristique, pour laquelle notre région se distingue par ses activités plein air et ses infrastructures de qualité», a fait observer le préfet Michel Beaulieu qui se réjouit aussi en tant que maire de Lac-Beauport puisque deux des projets concernent sa municipalité, dont celui de la construction d'un bâtiment d'accueil touristique.

«Les projets annoncés aujourd'hui témoignent bien de la vitalité de la région. Leur réalisation positionnera encore davantage la région comme un pôle touristique d'importance, notamment pour le vélo de montagne et les activités plein air», a ajouté le député Sylvain Lévesque.

20 000 \$ Coop Tewkesbury : Implantation d'une coopérative de services dont la mission est d'offrir et développer, en fonction des besoins des membres de la Coopérative, des services de proximité de qualité.

250 000 \$ E47 : Développement structurant du vélo de montagne 2019-2020, notamment en aménageant des sentiers familiaux et en mettant en place un programme jeunesse ainsi qu'un parcours ludique.

179 200 \$ Golf Mont Tourbillon : Rénovation et reconfiguration de la majorité des 18 trous du parcours de golf et mise en place d'infrastructures pour une académie de golf.

241 573 \$ Municipalité de Lac-Beauport : Construction d'un bâtiment d'accueil touristique et amélioration des installations du parc de la Gentiane.

230 000 \$ Ville de Lac-Delage : Aménagement d'une aire d'accueil complémentaire et touristique. ■

Une journée pour s'outiller, s'inspirer et réseauter Forum culturel; Vivre la culture en Jacques-Cartier

Crédit photo : MRC de La Jacques-Cartier



Devant l'œuvre collective créée au forum culturel : M. Michel Beaulieu, préfet de la MRC de La Jacques-Cartier et maire de Lac-Beauport; Mégane Fortin, jeune peintre de Stoneham-et-Tewkesbury et M. Mike-James Noonan, maire de Shannon.

(CR) Le 30 octobre dernier au Manoir du Lac Delage, une cinquantaine de participants étaient réunis pour s'outiller, échanger et s'inspirer à l'occasion de la 3^e édition du forum culturel; Vivre la culture en Jacques-Cartier.

En matinée, les gens étaient invités à participer à un atelier en lien avec l'actualisation de la politique culturelle de la MRC de La Jacques-Cartier. Chacun était alors prié de partager

sa vision et ses idées sur les enjeux culturels à prioriser dans la région.

Ensuite, les participants ont pu s'inspirer des projets des MRC de Portneuf et de Charlevoix, en plus de s'outiller grâce à la conférence de Frédéric Gonzalo sur les médias sociaux et d'en connaître davantage sur les services du Conseil de la culture des régions de Québec et de Chaudière-Appalaches. Lors des pauses, la jeune artiste de Stoneham-et-Tewkesbury, Mégane Fortin, a par ailleurs initié les personnes présentes à son style dynamique, spontané et épuré avec une démonstration d'art en direct.

«La participation des acteurs du milieu culturel de toute la région de La Jacques-Cartier est essentielle à la démarche de l'actualisation de notre politique culturelle», a mentionné le préfet de la MRC de La Jacques-Cartier et maire de Lac-Beauport, M. Michel Beaulieu. «Un événement comme le forum culturel est important pour la région, puisqu'il permet de se réunir, d'échanger et de partager nos bons coups, afin qu'ensemble, nous fassions rayonner davantage notre culture et notre patrimoine», a-t-il conclu. ■

Party de bureau

22 et 29 novembre
6 et 13 décembre

Rock around "Lac-Delage"

Le forfait «Rock around "Lac-Delage"» est aussi offert en salle privée. Informez-vous!

Restez donc à coucher!
à partir de **124\$**
plus taxes

LE MANOIR DU LAC DELAGE
* depuis 1964 *

COCKTAIL THÉMATIQUE

SOUPER TABLE D'HÔTE 4 SERVICES

COUPON COCKTAIL (bière ou vin, sélection du maître d'hôtel)

ANIMATION ET SOIRÉE DANSANTE

ESPACE COMMUN DE RÉCEPTION

STATIONNEMENT

à partir de **69⁹⁵\$**
par personne plus service et taxes

Sur réservation : 418 848-2551 www.lacdelage.com

Un vent de nouveautés pour la 10^e édition du Marché de Noël de Stoneham-et-Tewkesbury

Une fin d'année animée à Stoneham-et-Tewkesbury!



CAROLE ROY

carolero@journal-local.ca

La Municipalité de Stoneham-et-Tewkesbury met la main aux derniers préparatifs de l'édition toute spéciale de son Marché de Noël. Oh, mais qu'est-ce?

Comme par le passé, on retrouvera sur place un village d'une quarantaine d'exposants offrant des produits et services diversifiés et originaux, histoire de faciliter le magasinage du temps des fêtes. En plus des animations et des ateliers proposés tout au long des six jours de festivités, le marché de Noël réservera quelques surprises :

- **Un nouveau nom** : Marché de Noël de Stoneham-et-Tewkesbury
- **Une nouvelle image de marque** : le nouveau logo avec sa boule à neige reflète le caractère traditionnel, ludique et effervescent de cet événement municipal tant attendu des visiteurs et des artisans de la région.

- **Quatre soirées festives sous chapiteau** : Le premier spectacle sera gratuit et les trois autres soirées festives seront accessibles par billetterie au coût de 20 \$. Possibilité d'acheter des passes pour l'ensemble des spectacles. Tous les détails sont sur le site Internet et la page Facebook de la Municipalité.

La réalisation du Marché de Noël de Stoneham-et-Tewkesbury est rendue possible grâce à la Caisse Desjardins de Charlesbourg ainsi que Groupe E.S.T. et Équipe Marc Bonenfant Royal Lepage Inter-Québec pour les soirées festives.

Activité de sensibilisation écoresponsable et ludique pour les jeunes

Lors de la journée pédagogique du 25 octobre dernier et dans le cadre de la Semaine québécoise de réduction des déchets, la Municipalité a fait participer près de 160 enfants, inscrits au service de garde de l'école Harfang-des-Neiges, à l'activité écoresponsable « Parcours tes bacs! », animée par la Coop FA.

Par une course à relais, les enfants devaient aller chercher un objet et revenir le déposer le plus rapidement possible dans le bac,



Crédit photo : Carole Roy

L'édition 2018 du très couru Marché de Noël.

qui selon eux, était le meilleur choix environnemental. Le but était de présenter les différents types de matières que l'on place dans les bacs, de développer les bons réflexes de tri et de découvrir deux types de bacs que l'on peut gérer soi-même : les résidus domestiques dangereux et les objets à donner. Depuis le déploiement de la collecte des matières organiques sur son territoire en mai dernier, la Municipalité multiplie ses efforts pour sensibiliser les citoyens à la bonne gestion des matières résiduelles. ■



Crédit photo : Courtoisie

Les jeunes étaient bien attentifs à ce qu'ils devaient déposer dans les bacs.

Communauté affaires et tourisme Stoneham

La soirée casino, un succès!

(CR) On le sent, ça se voit, on a insufflé une nouvelle énergie à la Communauté affaires et tourisme Stoneham (CATS).

Le dynamisme de la CATS était palpable lors du 5 à 7 de réseautage qui avait lieu le 9 octobre à la bibliothèque Jean-Luc Grondin. Nous aurons d'ailleurs l'occasion de parler de cette belle relance

prochainement avec le président Bernard Chartier.

Soirée Casino

Un véritable succès que cette soirée qui avait lieu le 19 octobre à la Grange du presbytère. L'évènement, ouvert à tous, aura permis de tisser des liens, de faire de

belles rencontres et c'est dans la bonne humeur que les gens ont tantôt joué à la roulette, au poker et au blackjack. Qui dit casino, dit Tournée des millionnaires et les gagnants sont : Sylvain Légaré, Anne-Marie Kimpe et Mario Bidégaré. Cette soirée a été rendue possible grâce à la collaboration de La Souche, de la



Crédit photo : CATS

On était attentif à la table de blackjack.

Distillerie Stadaconé, de Restos Plaisir et de l'Équipe Panache. ■

Vivez Noël dans la Jacques-Cartier

du 16 novembre au 15 décembre

mrc.jacques-cartier.com/noel

30 novembre et 1^{er} décembre

Féerie de Noël Proludik présentée par Desjardins Zone communautaire

du 6 au 8 et du 13 au 15 décembre

Marché de Noël de Stoneham-et-Tewkesbury Grange du Presbytère

Visitez nos marchés de Noël et courez la chance de gagner de nombreux prix.

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

CAROLE ROY

caroleroy@journal-local.ca

L'agenda d'octobre a à nouveau propulsé le député Sylvain Lévesque aux quatre coins de la circonscription de Chauveau. Exception faite de son séjour à Washington, nous avons retenu les activités qui avaient lieu sur le territoire de l'Écho.

Le 5 octobre, c'est au club nautique de Lac-Beauport qu'il a fait un arrêt pour assister aux Championnats provinciaux longue distance de canoë-kayak. «J'ai eu le privilège de remettre des médailles aux athlètes des quatre coins de la province, dont plusieurs champions de la municipalité de Lac-Beauport», a commenté le député tout en félicitant Georges Delisle, président-fondateur du Club de Canoë-Kayak Lac-Beauport et les nombreux bénévoles pour l'organisation de l'événement.



Lors de la remise des médailles aux Championnats provinciaux. L'histoire ne dit pas si le chiot a grignoté la médaille d'Andréanne Langlois.

Le 6 octobre, il participait au «Défi chaîne de vie» au Centre de ski Le Relais. Parmi les personnes présentes, bon nombre d'entre elles ont bénéficié d'un don d'organe. «J'ai eu le privilège de discuter avec Alexandre Tremblay et sa famille. Alexandre est un double greffé du cœur. Également, j'ai rencontré la petite Julianne qui a reçu une greffe à l'âge de trois mois seulement. J'ai signé ma carte pour le don d'organes il y a quelques années, et vous?».



Sylvain Lévesque est en compagnie d'Alexandre Tremblay, double greffé du cœur et sa famille. Julianne, sa maman, Marie-Eve, son frère Thomas, de même que François Guy Thivierge, alpiniste émérite et propriétaire du Roc Gyms.

Le 22 octobre, à Entourage sur-le-Lac lors du déjeuner-conférence organisé en collaboration avec le Regroupement du Lac, la ministre du Tourisme, Caroline Proulx, députée de Berthier, a pris la parole devant une salle attentive. On a profité de cette rencontre pour annoncer une aide financière de 135 000 \$ en soutien au développement d'Empire 47.



Catherine Roy et Christian Déry de E47 Éco Sentiers et Caroline Proulx, ministre du Tourisme.

Par la suite, il a passé trois jours à Washington pour compléter une formation de 60 heures portant sur l'énergie, séjour au terme duquel il recevait une certification de l'Université de l'Idaho. Il y était en compagnie d'une trentaine de parlementaires des États américains et des autres provinces canadiennes.



Sylvain Lévesque, lors de son séjour à Washington.

Enfin, le 2 novembre en soirée, il participait au Gala du Club de Canoë-Kayak Lac-Beauport qui soulignait les performances et l'implication des athlètes, entraîneurs et bénévoles du club. «J'ai pu constater le dynamisme et l'engagement de l'équipe,

ainsi qu'une structure bien intégrée de compétiteurs d'élite et d'une solide relève de jeunes.

J'ai eu le plaisir de remettre le trophée de la performance de l'année dans la catégorie « Homme Kayak » à Pierre-Luc Poulin, qu'on risque fort de voir aux prochains Jeux olympiques». ■



La remise de son trophée au kayakiste Pierre-Luc Poulin.

Crédit photo : Courtoisie

LOGEMENTS À LOUER

pour aînés de 65 ans et plus

Un logement
3 1/2 libre
immédiatement

Logement 3 1/2 : 856\$ /mois*

Logement 4 1/2 : 1035\$ /mois*

- Avec ascenseur et salle à manger
- Surveillance 24 heures/24 heures
- Électricité incluse
- Possibilité de subventions
 - Crédit d'impôt
 - Supplément au loyer



25, du Village, Lac-Beauport

Pour visiter et pour information
Contactez Jacques Carmichael
au 418 929-8332

Prise de
rendez-vous
EN LIGNE



Clinique dentaire
Stoneham
Tout pour votre confort

Dr Stéphane Coulombe, DMD

Dre Audrey-Ann Fortin, DMD (service d'orthodontie)

418 848-8000

www.cliniquedentairestoneham.ca

L'automne est une période très chargée dans les cliniques dentaires puisque les assurances terminent le 31 décembre.

Nous vous suggérons alors d'être prévoyant dans la planification de vos rendez-vous.

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

86% DES LECTRICES ET LECTEURS
L'APPRÉCIENT

Merci!
JOURNAL.CA INC.

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

DIRECTION

 Éditeur-directeur général :
Pierre Cassivi
RÉDACTION

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

Collaborateurs :

**Geneviève Blouin, Vincent Fortier
 et Éric Gagnon**

 Photographes : **Sébastien Dion,
 Gilles Fréchette, Frédéric Lavoie**
PUBLICITÉ
Ghislain Gaudreau
 Développement des affaires,
 responsable secteurs
 gouvernementaux et éducationnels
 Cell. : 418 998-0970
 ventes@journal-local.ca

Mireille Robitaille

 Développement des affaires :
 mrobitaille@journal-local.ca
 Cell. : 581 985-5087

Sylvie Charest

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

Ginette Demers

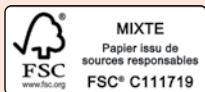
 Développement des affaires
 Cell. : 418 871-1274
 gdemers@journal-local.ca

Alain Lepage

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

ÉVÈNEMENTS
David Cassivi
 Coordonnateur aux événements

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

WEBMESTRE
Résultats Communication Marketing
PRODUCTION
Viva Design,
 production@journal-local.ca

PROCHAINE PARUTION :
 DÉCEMBRE 2019
DATE DE TOMBÉE :
 27 NOVEMBRE 2019

**Vous ne recevez pas votre
 exemplaire de L'Écho du Lac?**

 Vous n'avez pas reçu votre exemplaire de
 L'Écho du Lac 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.

Le député fédéral Joël Godin

Prêt pour un deuxième mandat

CAROLE ROY

carolero@journal-local.ca

**Joël Godin amorce son deuxième mandat,
 enthousiaste et reconnaissant de demeurer
 le député de tous les citoyens de la
 circonscription.**

 En effet, au lendemain de la 43^e élection
 générale, le député réélu était prêt
 à reprendre le travail. Son équipe et lui

 étaient déjà en action et réactivaient les
 dossiers en cours. « Plusieurs projets ont
 été réalisés dans les quatre dernières années
 et différentes initiatives ont été mises en
 place. Considérant la nouvelle dynamique,
 je poursuivrai mon engagement à relever
 les défis qui nous attendent dans Portneuf
 – Jacques-Cartier. C'est un honneur pour
 moi d'avoir le privilège de représenter la
 circonscription et de la faire rayonner au-delà
 de ses frontières », a-t-il affirmé.

 M. Godin remercie les 28 110 citoyens qui
 l'ont élu avec 43,5 % du suffrage et salue les
 candidates et les candidats ayant représenté
 les différents partis dans cette campagne.
 « La démocratie demeure une richesse de
 notre pays, votre engagement politique est
 significatif pour la communauté », a-t-il
 ajouté en rappelant que le résultat de cette
 élection est dû à l'apport inestimable des
 nombreux bénévoles qui se sont investis tout
 au long de la campagne et qui ont contribué
 à cette victoire. ■


Joël Godin en compagnie de son équipe et de ses proches lors de sa réélection, le 21 octobre dernier.

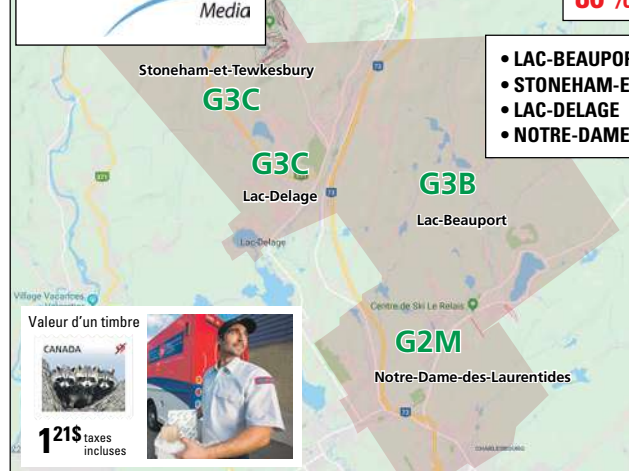
Crédit photo : Courtoisie

ACHAT DE PUBLICITÉ : ventes@journal-local.ca

 TIRAGE :
11 000 exemplaires

 DISTRIBUTION
 RÉSIDENTIELLE
 POSTES CANADA POST
10 363 exemplaires

 DISTRIBUTION
 COMMERCIALE
 POSTES CANADA POST
374 exemplaires

 PRÉSENTOIRS
263 exemplaires
**IMPRESSION
 QUEBECOR
 Media**

73% de lecteurs assidus
1,6 lecteur par foyer
86% l'apprécient
PROFIL DU LECTEUR

 Sexe : Femmes 55 %
 Hommes 45 %

Âge moyen : 49 ans

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

 Scolarité : Diplôme d'études
 collégiales et
 universitaires

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

 source **Léger** www.legermarketing.com

Nouvelle offre d'hébergement à Lac-Beauport Le Saiso se renouvelle

Crédit photo : Carole Roy



Lors du 5 à 7 d'inauguration de la Chapelle 2.0, de gauche à droite : le directeur général du Saiso Jean-Philippe Lehuu, Chantal Fournier, Jean Turcotte, Gilles Gobeil, François Holmes, Philippe Beaulieu, Marie-Pier Dorion, Chad Côté, Michael Paris et Daniel Laforest.

(CR) En circulant sur le chemin du Brûlé, aux abords du Saisonnier, on peut voir une nouvelle affiche y vantant l'hébergement à petit prix. Idée de génie pour les rassemblements et les équipes sportives en compétition dans notre patelin!

L'équipe du Saiso travaille fort afin de proposer une offre d'hébergement unique dans la région. Sur le site, on compte plus de 250 lits disposés en chambres à l'auberge ou en chalet. On peut aussi faire la location d'une cuisine ou bénéficier d'un service de restauration clés en main. C'est définitivement l'endroit par excellence pour les partys des fêtes, les

rassemblements en famille ou corporatifs, les réunions...

Lors de notre passage, on faisait l'inauguration officielle de la nouvelle Chapelle, ce chalet qui peut accueillir plus de 20 personnes avec toutes les commodités.

Ce qu'ils en pensent...

Quelques jours avant l'inauguration de la Chapelle, le lieu avait été loué à un groupe de cadets. Tous ont beaucoup apprécié leur séjour!

L'équipe du Saisonnier est un atout pour la région de Québec et les organisations jeunesse qui se cherchent un endroit où



Laire commune, ceinturée de chambres avec lits superposés, comprend une cuisine ultra fonctionnelle et un coin salon.



Beaucoup d'espace pour les repas en groupe!

faire leurs activités. Du processus de réservation en passant par la visite des lieux jusqu'à la tenue de notre fin de semaine d'activités, tout a été fait avec un souci du détail et dans le but d'offrir la meilleure expérience à nos jeunes. Le site est parfait pour des activités extérieures en tout genre, faisant la promotion du travail d'équipe, et les accommodations sont parfaites pour des groupes voulant profiter de la nature tout en étant à proximité des avantages de la ville. Merci encore à toute l'équipe! Nos jeunes ont eu énormément de plaisir et nous avons bien hâte de répéter l'expérience!

– Svenia Lévesque ■



Les installations extérieures se prêtent à différentes activités.

Crédit photo : Courtoisie

HÉBERGEMENT



SAISO

LAC-BEAUPORT
DEPUIS 1942

À partir de 25\$/nuit
lesaisonnier.net



École Montagnac

Les activités *Pédagogie extérieure*

Crédit photo : Courtoisie

L'activité LandArt.

(CR) La pédagogie extérieure étant de plus en plus dans l'air du temps, pour l'école Montagnac qui a la nature à ses pieds, on pourrait dire que cette nouvelle manière d'enseigner fait partie de son ADN.

Le 9 octobre dernier, nous étions conviés sur les terrains du Centre de plein air le Saisonnier pour le lancement officiel des activités *Pédagogie extérieure*. « On veut vraiment réaliser quelque chose qui sera adapté autant aux petits qu'aux plus

grands », expliquait M^{me} Chantal Primeau, directrice de l'école Montagnac.

« Des activités ont été élaborées avec mes profs du préscolaire, une enseignante en éducation physique et une professionnelle à la pédagogie au primaire. Ces activités seront partagées à l'ensemble des enseignants du préscolaire de la Commission scolaire des Premières-Seigneuries. Nous avons déjà trois activités pour l'automne, dont une sur l'Halloween et trois autres pour le printemps. »



Crédit photo : Carole Roy

Le yoga en plein air.

Le site du Saisonnier se prêtait à merveille pour lancer ce projet et amener d'autres écoles à venir à Lac-Beauport pour bénéficier des installations qu'offre le centre de plein air. Il est permis de croire que plusieurs emboîteront le pas.

Ici, à Lac-Beauport, nous sommes choyés d'avoir nos deux écoles primaires à proximité de boisés, tant au bâtiment du Lac qu'à celui de la Montagne. D'ailleurs, les autres sorties de Montagnac portant sur la Pédagogie extérieure s'y tiendront.

Lors de notre passage, M^{me} Sylvie Langevin de la Guilde artistique a animé un atelier LandArt et M^{me} Annie Lauzon, de YogaXpansion, a fait vivre aux jeunes amis une activité de yoga en plein air.

La Pédagogie extérieure, un projet qui ira loin, car des idées, Chantal Primeau en a plein la tête! ■

En novembre, c'est illimité!

35
ans
1984-2019

Pour souligner nos 35 ans,
nous vous offrons de profiter
de votre forfait Internet
sans limite de consommation!



CCAP CABLE.COM
TÉLÉVISION ♦ TÉLÉPHONIE ♦ INTERNET

*Certaines conditions s'appliquent

418.849.7125 | www.ccapcable.com |

La journée des élections à Montagnac Les élèves vont aux urnes



Crédit photo : Courtoisie

Deux fières électrices!

(CR) Pour une deuxième année, les élèves du 3^e cycle des deux bâtiments sont allés aux urnes.

Après avoir discuté en classe d'enjeux tels que l'éducation, la santé et l'environnement, ils ont pu se prononcer sur le candidat de Portneuf-Jacques-Cartier qu'ils voulaient voir siéger à la Chambre des communes, et ce, avec tout le protocole relié aux élections.

Les jeunes sont allées aux urnes et voici pour qui ils ont voté.

Parti vert : 23 %

NPD : 22 %

Parti conservateur : 19 %

Parti libéral : 17 %

Bloc québécois : 16 %

Parti populaire : 2 %

Votes rejetés : 1 % ■

Exposition à la bibliothèque L'Écrin

Champ libre, les œuvres de Francine Rivest

CAROLE ROY

caroleroy@journal-local.ca

Les murs de la bibliothèque L'Écrin sont gorgés de couleurs avec l'exposition *Champ libre* qui réunit les œuvres de l'artiste peintre Francine Rivest.

Champ libre... de contempler, d'observer, de représenter, d'imaginer, de transformer!

Voilà ce que proposent les paysages réalistes, imaginaires ou intérieurs de l'artiste Francine Rivest.

La démarche de l'artiste

Les arts visuels représentent une façon de communiquer qui s'inscrit dans la matière. Cette communication s'effectue



L'artiste peintre de Lac-Beauport, Francine Rivest.



Champ libre.

sous diverses formes et directions entre l'artiste, l'œuvre et les spectateurs.

Quand on la questionne sur sa démarche artistique, Francine Rivest confie qu'elle doit d'abord ressentir une émotion, observer et/ou développer une idée avant de poser un geste artistique. « Ce geste posé en appelle un autre et ainsi de suite jusqu'à la fin d'une réalisation. Les souvenirs, la nature et la vie qu'elle porte en elle sont mes principales sources d'inspiration. À cela, s'ajoutent parfois des événements d'actualité et les idées qui s'y rapportent. Très souvent, l'image créée me révèle des émotions enfouies. Il arrive aussi qu'elle me présente des formes inattendues », fait-

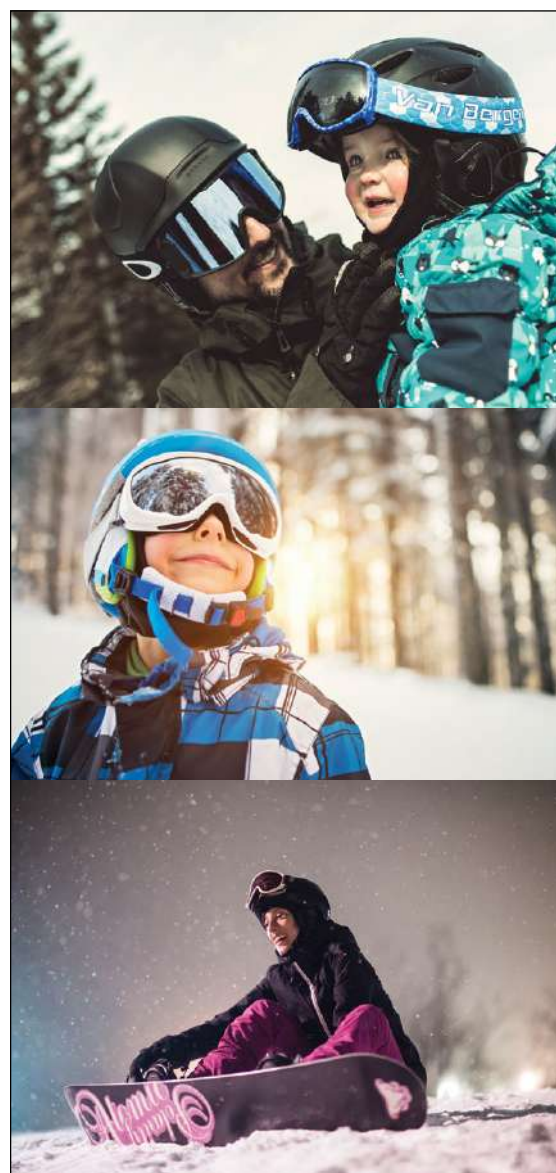
elle observer. « Ces dernières m'amènent à explorer de nouvelles avenues tant dans le domaine des idées que dans celui du langage plastique et des matériaux. Le regard et les commentaires des spectateurs sur l'œuvre me révèlent à leur tour des aspects insoupçonnés. »

Pour *Champ libre*, l'artiste s'exprime en toute liberté à l'aide de diverses techniques et médiums acryliques. Elle propose des toiles qui invitent l'observateur à une interprétation personnelle, à voir l'image sous l'angle qu'il préfère. « Je souhaite à chacun une bonne visite dans tous mes paysages, que ceux-ci soient intérieurs ou réalistes », conclut-elle en précisant que ses œuvres sont exposées jusqu'au 24 novembre à la bibliothèque L'Écrin de Lac-Beauport. ■



Bouleaux jaunes, debout.

Crédit photo : Courtoisie



Prévente
JUSQU'AU 24 NOVEMBRE
DERNIÈRE CHANCE

**ABONNEMENTS
ET COURS DE GLISSE**

EN LIGNE
EN TOUT-TEMPS

SUR PLACE
TOUS LES JOURS DE 9H À 17H

Facile à
AIMER
SKI  SNOW
Le Relais

SKIRELAIS.COM

Randonnée urbaine à Lac-Beauport

Ça marche Doc!

(CR) Le 12 octobre dernier, plus de 130 marcheurs se donnaient rendez-vous à Lac-Beauport pour participer à l'activité Ça marche Doc.

Cette activité initiée par M^{me} Johanne Elsener a pour but premier de favoriser la santé par la marche et fait découvrir chaque semaine des parcours urbains accessibles et sécuritaires.

La boucle qui partait du Chalet des loisirs et empruntait le chemin du Tour-du-Lac Nord dans le secteur de l'école Montagnac du Lac, revenait jusqu'au parc du Brûlé. Les participants ont marché une trentaine de minutes pour une distance d'environ 2,5 km.

Le directeur de la santé publique, le D^r François Desbiens, a salué l'ouverture d'une municipalité comme celle de Lac-Beauport à rendre les déplacements plus sécuritaires en réduisant les limites de vitesse. Il a aussi souligné l'importance



Crédit photo : Carole Roy

De gauche à droite : D^r François Desbiens, directeur de la santé publique, Johanne Elsener, coordonnatrice du projet Ça marche Doc et Sylvie Roy, directrice du Service des loisirs, de la culture et de la vie communautaire.

pour la santé de chacun de faire 30 minutes de marche tous les jours. ■



Crédit photo : Municipalité de Lac-Beauport

Des marcheurs parmi les 130 participants.

100 000 \$ en bourses

La Caisse de Charlesbourg appuie la jeunesse!



Crédit photo : Courtoisie

C'est dans le hall du Carrefour Charlesbourg qu'avait lieu cette soirée où l'on dévoilait par tirage au sort les 79 boursiers.

(CR) C'est le 16 octobre dernier, en plein cœur de la semaine de la coopération, que la Caisse Desjardins de Charlesbourg remettait 100 000 \$ en bourses à ses membres jeunesse.

Encore une fois cette année, la Caisse était fière de présenter à ses membres une formule toute particulière à laquelle plus de 500 candidats admissibles ont

participé. Au total, ce sont 79 jeunes qui ont remporté une bourse! Lors de la soirée, le directeur général de la Caisse, M. François Bergeron, a rappelé que les étudiants du niveau primaire et secondaire n'étaient pas oubliés et que le tirage des bourses pour ces deux catégories aurait lieu le lendemain dans les locaux de la Caisse. Félicitations à toutes et à tous! ■

L'hiver approche!



À L'ACHAT DE QUATRE PNEUS NEUFS
OBTENEZ GRATUITEMENT
UNE VÉRIFICATION D'ALIGNEMENT
AUX QUATRE ROUES.

*sur rendez-vous seulement

Concessionnaire de pneus Nokian



REPLACEMENT ET RÉPARATION DE PARE-BRISE



CENTRE TECHNIQUE GILCO

979, boul. du Lac, Lac-Beauport (QC) G3B 0W4

418 841-6391

Maison des jeunes de Lac-Beauport

Disco de Noël au Cabanon

CAROLE ROY

caroleroy@journal-local.ca

La maison des jeunes Le Cabanon a envie de nous parler de Noël!

Dans un premier temps, elle convie les jeunes de 5^e et 6^e années à sa DISCO de Noël le 13 décembre prochain de 17 h à 21 h 30. Au programme de la soirée,

plusieurs activités de Noël, de la musique et de nombreuses surprises.

D'autre part, la population est invitée à aller encourager la MDJ lors de la Fête de Noël Proludik les 30 novembre et 1^{er} décembre dans la zone communautaire. On y vendra des bâtonnets de tige d'érable au profit de la MDJ. ■



Crédit photo : MDJ Le Cabanon

Ayons un peu d'imagination et voyons un décor de Noël pour cette disco tant attendue des jeunes.

Halloween 2019

On n'est pas des poules mouillées!

CAROLE ROY

caroleroy@journal-local.ca

Alors que certaines municipalités du Québec choisissent de reporter les festivités de la fête au lendemain, à Lac-Beauport et à Stoneham, l'Halloween, c'est le 31 octobre que ça se passait! Et heureusement, quand on sait aujourd'hui de quoi serait fait le lendemain.

On n'est pas des poules mouillées, on n'est pas fait en chocolat, on ne craint pas la météo... Pluie, neige, vents, on en a vu d'autres! À preuve, 612 personnes ont visité le parc du Brûlé à Lac-Beauport. Quelques centaines de moins que l'an dernier, certes, mais de vrais « trippeux » qui sont toujours présents, beau temps, mauvais temps. Belle réussite encore une fois cette année que le parcours de peur, même si les organisateurs ont dû faire leur deuil des contes et légendes autour du feu de camp. Bravo aux animateurs du Saiso et merci à la Municipalité de Lac-Beauport et à ses commanditaires de rendre tout cela possible.

Photos souvenirs prises au parc du Brûlé, dans les rues de Lac-Beauport, au IGA et à l'école Montagnac.



Stoneham et sa Forêt hantée

Pour la première fois, la Municipalité de Stoneham-et-Tewkesbury offrait un service de navette gratuite. L'objectif principal était d'assurer la sécurité des petits et des grands en limitant le plus possible la circulation et le stationnement de véhicules dans les quartiers résidentiels attirant le plus de visiteurs.

Du côté de la Forêt hantée, on a accueilli pas moins de 2065 visiteurs malgré la pluie

qui parfois tombait comme des cordes. Petits et grands ont beaucoup apprécié la thématique 2019 des pirates et Vikings. Encore une fois cette année, on ne peut que s'agenouiller devant le travail colossal des 10 organisateurs et des bénévoles. Brillante idée d'avoir, parmi les personnages, des comédiens de la troupe Les Saltimbanques de Stoneham!

Retour en images avec des photos des organisateurs et des Festifs! ■



Crédit photo : Carole Roy

Crédit photo : Courtoisie

Crédit photo : Les Festifs

LESFESTIFS!

Chronique financière

Pourquoi les femmes devraient épargner plus que les hommes

COLLABORATION SPÉCIALE :
GENEVIÈVE BLOUIN

Services financiers Blouin Huard inc.



Ça peut sembler un peu farfelu, mais c'est ainsi. La conjoncture économique est de plus en plus positive pour les femmes : 57 % d'entre elles occupent un emploi¹ et 29 % ont même un revenu plus élevé que leur

conjoint². Plus de 47 % des cotisations aux REER sont versées par les femmes et celles-ci sont de plus en plus nombreuses à obtenir un diplôme universitaire et à occuper des postes autrefois occupés par des hommes³. Les temps changent, mais certains défis persistent.

L'espérance de vie

L'espérance de vie des femmes demeure plus élevée. En 2017, on estimait qu'une femme peut s'attendre à vivre de 10 à 15 ans de plus que son conjoint⁴, soit en moyenne jusqu'à 83 ans⁵. L'âge moyen où les femmes deviennent veuves selon Statistique Canada est de 56 ans⁶. Il s'agit d'un défi au point de vue financier, si l'on considère que les femmes ne sont pas toujours prêtes à s'occuper de leurs finances, certaines ayant souvent laissé cette tâche à leur conjoint.

L'écart salarial et l'implication de la femme auprès de ses proches

Malgré les progrès faits pour l'équité salariale, il existe encore aujourd'hui un écart de 26 % entre le salaire des hommes et celui des femmes⁷. Bien des choses peuvent créer cette inégalité.

Les femmes restent plus longtemps hors du marché du travail pendant leur vie active pour s'occuper des membres de leur famille. Que ce soit pour la naissance des enfants ou pour s'occuper des parents vieillissants, c'est en moyenne pendant

12 ans qu'elles n'auront pas ou peu de revenus⁸.

Soixante-seize pour cent (76 %) des emplois à temps partiel au Canada sont occupés par des femmes — une façon pour celles-ci de garder plus de temps pour la famille. Mais ces emplois sont souvent plus précaires⁹.

Elles s'absentent plus souvent du travail que les hommes involontairement (21 % chez les femmes, 9 % chez les hommes) pour assumer des responsabilités familiales de toutes sortes, comme emmener leurs enfants chez le médecin ou aider leurs parents à choisir une maison de retraite par exemple¹⁰.

Qu'on le veuille ou non, il y a des différences entre les hommes et les femmes. C'est pour toutes ces raisons que nous devons avoir un bon plan de match. Le but est d'être prêtes à toute éventualité et de prendre notre retraite au moment souhaité.

Votre plan de match devrait avoir un volet offensif et un autre plus défensif. Du côté offensif, il faut bien sûr commencer tôt à épargner, que ce soit dans des REER ou des CELI. Il faut garder le rythme, être persistante et disciplinée. Surtout, n'hésitez pas à demander l'aide d'un conseiller de confiance qui vous aidera à faire croître votre épargne.

Pour protéger votre épargne en cas de coup dur (maladie, décès prématuré d'un proche), votre plan défensif devrait inclure de bonnes protections d'assurances. De cette façon, vous créez un filet de sécurité autour de votre épargne et vous n'aurez pas besoin d'aller y piger si un malheur vous arrive.

Pour vous aider à épargner, un simple truc serait de conserver la moitié de vos augmentations de salaire pour vous et d'investir l'autre moitié. De plus, faites attention aux achats impulsifs, voire inutiles. Chaque dollar mis de côté fera une différence dans l'atteinte de vos objectifs que ce soit à long terme ou à court terme.

N'oubliez pas Mesdames, votre avenir financier vous appartient. Faites-vous confiance et passez à l'action. ■

¹ Fiche de renseignements : Sécurité économique, condition Féminine Canada 2015

² Statistique Canada, février 2012

³ Tableau 11-1-0039 et tableau 280-0002, Statistique Canada, mai 2015

⁴ IPC «Women and wealth – The changing face of wealth in Canada and its implication for advisors», 2017

⁵ Statistique Canada : Cansim, tableau 102-0512 et produit no 84-537— WIE au catalogue. Dernière mise à jour.

⁶ Recensement de la population de 2011, Statistique Canada, no 98-312-xcb2011041 au catalogue

⁷ Statistique Canada : «Les femmes et le travail rémunéré», 8 mars 2017, Mélissa Moyser

⁸ Family Caregiver Alliance: Women and caregiving: Facts and figures, mise à jour 2015

⁹ Centre d'observation de la Société, juillet 2019

¹⁰ Statistique Canada : «Les femmes et le travail rémunéré», 8 mars 2017, Mélissa Moyser

Créateurs d'atmosphères depuis 50 ans

Céramique Décor se refait une beauté!



La réception remise au goût du jour est conviviale, chaleureuse. On aime s'y attarder, le temps d'un bon café.

(CR) Nouvelle réception chaleureuse et conviviale, nouvel espace boutique, bienvenue chez Céramique Décor!

Quiconque est passé chez Céramique Décor récemment a pu constater que ce créateur d'atmosphères était aussi un cordonnier bien chaussé. Inspirant, l'espace boutique

met de l'avant le fait main et les produits de qualité écoresponsables tels :

- Les carreaux *Medina*, des coussins et couvertures à pompons fabriqués à la main au Maroc.
- La ligne *Essential* d'Italie qui présente des accessoires novateurs faits de papier recyclé lavable, tels des sacs et des pochettes.
- La ligne *ambiance* et produits pour le corps de la collection *Parva Fabrica*, entièrement conçus par des artisans québécois.

Avec un vaste choix de collections exclusives de céramiques et de produits de robinetterie pour la cuisine et la salle de bain, Céramique Décor a tout pour créer des aires de vie à votre image. ■



On retrouve des trésors d'idées dans l'espace boutique.

Crédit photo : Courtoisie

Visionnez notre reportage sur le Forum culturel de La Jacques-Cartier dès le 11 novembre



VOTRE ÉMISSION D'ACTUALITÉ LOCALE
POUR TOUT SAVOIR CE QUI SE PASSE DANS
VOTRE COMMUNAUTÉ



Votre TV locale



Les chroniques de la connaissance

Observation du ciel étoilé dans la région



Crédit photo : Éric Gagnon

Les Marais du Nord sont un endroit de prédilection pour observer la nature et le ciel étoilé.

COLLABORATION SPÉCIALE : ÉRIC GAGNON

En ville, à la campagne ou en montagne, quelques secondes suffisent pour lever les yeux et contempler la beauté du ciel étoilé. On n'a pas toujours besoin d'aller très loin pour observer les merveilles célestes.

Au cœur d'une ville comme Stoneham, il est possible d'observer les principales constellations, planètes et la lune. Il existe quelques endroits favorables dans le secteur, dont les Marais du Nord.

Comment bien débiter?

Avec ses multiples cratères, rainures et vallées, la lune est une cible idéale pour bien débiter. Les planètes qui sont des objets très brillants sont visibles en ville. Quel instrument doit-on utiliser pour observer ces objets célestes en milieu urbain? Lorsqu'on se sent attiré par le ciel et les étoiles, on pense souvent à l'achat d'un télescope. On oublie trop souvent que les jumelles sont des instruments astronomiques remarquables pour découvrir les merveilles cachées du ciel. Le diamètre de chacun des objectifs permet de recueillir beaucoup plus de lumière que notre pupille. De tels instruments révèlent donc des objets que notre vue serait incapable de distinguer.

Comment choisir les bonnes jumelles

Vous souhaitez acquérir des jumelles, mais face au nombre incroyable d'instruments disponibles sur le marché, vous hésitez? Nous allons tenter de répondre efficacement à vos interrogations.

Il existe des centaines de modèles de jumelles, de tous les diamètres et à tous les prix. On pourrait penser qu'il vaut mieux choisir celles avec le plus fort grossissement

possible, mais ce serait une erreur. Plus les jumelles grossissent, plus leur champ (l'étendue de l'espace qui apparaît à la vue quand on regarde à travers les lentilles) se réduit, et plus leur luminosité (capacité à fournir une image claire par faible lumière) diminue. L'ouverture de 50 mm est un minimum pour une paire de jumelles performantes pour l'astronomie. La qualité de l'optique est aussi très importante. N'hésitez pas à investir dans un instrument de qualité, même s'il vous faut économiser un peu plus longtemps avant d'effectuer votre achat.

Débiter en astronomie

L'astronomie est un loisir scientifique qui peut se pratiquer toute l'année. Avec ses nuits hâtives, l'automne est une saison idéale pour faire de l'observation. Un cours d'astronomie pour débutants sera donné cet automne par un spécialiste qui partagera des notions de base pour bien commencer en astronomie. Nul besoin de connaissances scientifiques ou d'équipement pour participer à cette formation. Plusieurs sujets seront abordés et l'on portera une attention particulière au fonctionnement des appareils et à la pratique de l'astronomie dans notre région. Un incontournable pour tout astronome amateur!

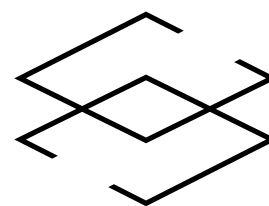
Début des cours : mi-novembre 2019

Coût : 150 \$ (120 \$ lecteurs de l'Écho du Lac)

Durée : 1 mois

Contenu : Selon vos disponibilités, il vous sera possible de participer à plusieurs soirées d'observation, cours théoriques et conférences.

Information et inscription: Éric Gagnon
418 914-1546 ■

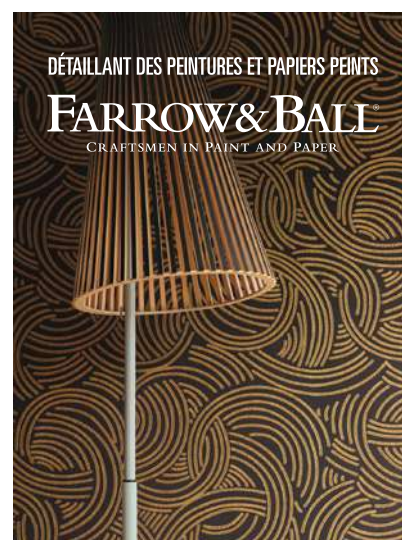


CÉRAMIQUE DÉCOR



SÉRIE VENEZIANE

CÉRAMIQUE
PIERRE
MOSAÏQUE
ROBINETTERIE
SALLES D'EAU
PEINTURE
OBJETS



DÉTAILLANT DES PEINTURES ET PAPIERS PEINTS
FARROW & BALL
CRAFTSMEN IN PAINT AND PAPER



RUBI ABYSS

www.ceramiquedecor.ca

info@ceramiquedecor.ca

4220, 3^e Avenue Ouest, Québec

T 418.627.0123

Redécouvrir les Marais du Nord et la MRC de La Jacques-Cartier

Tournée découverte gourmande



La Souche à Stoneham.

CAROLE ROY

caroleroth@journal-local.ca

C'est au cours de l'été dernier que l'équipe de l'APEL, en partenariat avec la MRC de La Jacques-Cartier, lançait le nouveau parcours agroalimentaire. Retour sur le concept.

Redécouvrir les Marais du Nord et notre MRC, avec une optique gourmande,

tel est le but de ce projet commun. Le circuit commence aux Marais du Nord et se prolonge dans La Jacques-Cartier. Tout au long du parcours, on peut visiter sept commerces locaux situés dans les municipalités de Stoneham et de Lac-Beauport.

Des offres promotionnelles sont proposées dans chaque commerce. Vous bénéficierez entre autres d'un rabais sur votre facture, d'un café gratuit et



Atelier en vrac à Stoneham.

même d'une entrée de sushi pizza lors de vos visites. De plus, vous pouvez dès maintenant vous procurer un verre réutilisable à l'effigie de la Tournée, directement à l'accueil des Marais du Nord!

À l'achat du verre réutilisable (13 \$ taxes incluses), et sur présentation du coupon, vous aurez droit à une bière gratuite à la microbrasserie La Souche de Stoneham.



Café Noisette à Lac-Beauport.

Les commerces participants

En famille, entre amis ou entre collègues, le parcours saura satisfaire votre soif de découvertes! Les Chocolat Harmonie, Sushi Taxi, Dépanneur Arsenault, Café Noisette, La Souche, Pascal le Boulanger et Atelier en vrac vous attendent à bras ouverts.

Pour en savoir davantage sur la Tournée et la carte découverte, visitez le maraisdunord.com/tournee. ■



Crédit photo : Courtoisie

Le verre de la Tournée est disponible à l'accueil des Marais du Nord, au 1100, chemin de la Grande-Ligne.

Chapelle Saint-Jacques à Tewkesbury

Brunch-bénéfice et chorale de Noël

(CR) À un mois et des poussières de Noël, il est temps de réserver certaines journées au calendrier de décembre.

Ainsi, le 15 décembre, 11 h, vous êtes conviés à un brunch gourmand à la Chapelle de Tewkesbury. Les agapes seront

suivies d'une prestation de la Chorale des Amis de Noël qui réunit 25 voix, sous la direction de M^{me} Francine Roussin.

Billets brunch et chorale (11 h): 45 \$

Billets chorale de Noël seulement (14 h) : 20 \$

Achat en ligne : acctewkesbury.com

Ou auprès de :

Marie-Claude Geoffrion : 418 848-7108;
Caroline Verret : 418 454-0528

Tous les profits de la chorale et 50 % des profits du brunch iront aux plus démunis.



La Chorale des Amis de Noël.

Il s'agit là d'une activité conjointe de l'Association des citoyens et citoyennes de Tewkesbury et du Mouvement d'entraide des Cantons-Unis. ■

Crédit photo : Courtoisie

VISION SANTÉ

Clinique d'optométrie

On prend soin de votre vision, de façon personnalisée, tout au long de votre vie



Visitez notre site Internet cliniquevision.ca



418 825-0044

caroleroth@cliniquevision.ca

www.cliniquevision.ca

1025, boulevard du Lac
Lac-Beauport

ESPACEFEU
POÊLES • FOYERS • BBQ • BIOMASSE

Distributeur

NAPOLÉON
Pati@flame



espacefeu.ca

1030 boul. du Lac, Lac-Beauport, G3B 0X2

Ouvert du lundi au vendredi de 11h00 à 17h00

Contactez-nous si vous désirez un rendez-vous hors des heures d'ouvertures. Tél. : 418 841-5242

Le Bora Parc du Village Vacances Valcartier

La Fête Tropicale de la Fondation Maurice Tanguay



Crédit photo : Courtoisie

M. Maurice Tanguay, portant la chemise bourgogne, est entouré d'enfants, de mascottes et d'employés du Village Vacances. On reconnaît également à l'arrière, de gauche à droite : M. Benoît Caron, directeur général de la Caisse Desjardins de Lévis; M. Pierre Thivierge, V.P. opérations et développement Groupe Calypso et Valcartier; M. Denis Desharnais, Desharnais pneus et mécanique; M. Charles Tanguay, V.P. Ventes et finances Ameublement Tanguay, ainsi que M. Jean-Paul Lachapelle, directeur général de la Caisse Desjardins des Rivières de Québec.

CAROLE ROY

caroleroy@journal-local.ca

C'était le 27 octobre dernier au Bora Parc du Village Vacances Valcartier qu'avait

lieu la Fête Tropicale de la Fondation Maurice Tanguay.

Des centaines de familles d'enfants handicapés des deux rives du Saint-Laurent ont pu s'amuser dans une ambiance toute

tropicale. Au total, ce sont 2 300 personnes qui ont pu profiter de cette journée avec des mascottes, des amuseurs publics et des musiciens à la piscine ou dans l'arcade.

Grâce à la générosité de Desjardins et de plusieurs autres partenaires, sans oublier la soixantaine de bénévoles et les nombreux employés du Village Vacances, toutes ces familles ont profité d'un magnifique brunch.

«Pour nous, les sourires sur le visage des enfants nous indiquent que c'est l'endroit idéal pour se retrouver en famille et vivre un moment unique tout en oubliant leurs problèmes quotidiens», nous précise Jacques Tanguay, président de la Fondation Maurice Tanguay. ■



À la piscine ou dans l'arcade, la Fête Tropicale a réuni 2 300 personnes lors de cette journée familiale.

Ski de fond à la Forêt Montmorency La Glisse boréale est ouverte!



Crédit photo : Courtoisie

Il faisait bon reprendre l'entraînement cette dernière fin de semaine d'octobre.

(CR) Avec sa fameuse glisse boréale, la Forêt Montmorency, détient sans contredit la plus longue saison de ski de fond de la province. Cette année, le ski a commencé le 25 octobre; une exclusivité dans le nord-est de l'Amérique du Nord!

Pour une septième année consécutive, l'équipe technique a préparé et entreposé, l'hiver dernier, plusieurs milliers de mètres cubes de neige artificielle sous des tonnes de copeaux de bois. Cette réserve a été suivie et soignée quotidiennement de sorte qu'on a pu étaler le tout sur une piste de 2 km et l'ouvrir le vendredi 25 octobre pour le plus grand plaisir des mordus. Jusqu'à l'arrivée des bonnes bordées, si besoin est, on maximisera la qualité de l'enneigement avec des canons à neige. Y ferez-vous un saut? ■

LA PASSE

SKI DE SOIRÉE ILLIMITÉ

À PARTIR DE
159\$

PRÉVENTE
JUSQU'AU
1^{ER} DÉCEMBRE
2019

Soccer

Entraîneur qui regrette ou entraîneur de solution?



Crédit photo : Vincent Fortier

Jouer sans son « leader » donne du temps de jeu aux autres coéquipiers.

COLLABORATION SPÉCIALE :
VINCENT FORTIER

Premier directeur technique à ASLB

« Vincent, ma meilleure joueuse vient de se fouler la cheville à l'entraînement, elle est sur le carreau pour au moins trois semaines, on est foutu pour les séries! Les joueuses sont découragées, je ne leur ai pas dit, mais moi aussi je le suis ».

Cette réaction de découragement, voire de détresse, est probablement normale pour plusieurs entraîneurs dont je faisais partie, mais aujourd'hui je peux vous dire que nous étions tous dans l'erreur.

Si je devais répondre aujourd'hui à un interlocuteur préoccupé comme celui décrit dans mon introduction, je lui répondrais, avec un brin d'humour et de sarcasme, que ce jeu se joue à 11 contre 11 sur un terrain de 6 400 m² et je lui rappellerais que même les meilleurs joueurs au monde ont besoin de coéquipiers pour bien contribuer au succès de leur équipe.

Certes, ces joueuses talentueuses, ces joueurs increvables aux solutions multiples et ces joueuses techniquement plus avancées peuvent transporter une équipe par leur seule présence rassurante sur le terrain de match, mais au-delà de toutes ces qualités extraordinaires et de toutes ces

actions d'éclat, il reste qu'elles ne peuvent tout faire seules.

Voilà ce qu'il nous reste lorsque celui que vous avez identifié à tort ou à raison comme votre étoile tombe au combat et est placé sur la liste des blessés. Il vous reste 10 coéquipiers, un banc de 7 joueurs, il reste un entraîneur et son adjoint et surtout, il vous reste du temps de préparation; « pas si mal quand même »!

L'absence d'une joueuse de grande qualité dans mon équipe resserre les liens entre toutes celles qui peuvent s'entraîner et jouer, elle permet à d'autres coéquipières de prendre des responsabilités accrues, d'augmenter le niveau d'alerte des coéquipières, leur courage et leur contribution dans les deux sens du terrain. L'absence d'un joueur étoile rend compte de la profondeur de votre équipe si vous avez pris soin de la développer. Jouer sans son « leader » donne du temps de jeu à d'autres que vous ne pensiez pas capables de tirer les coups francs, les « pénalty » ou encore de marquer un but important ou d'en sauver un tout aussi crucial. Jouer sans notre tête d'affiche déroute l'adversaire qui s'était sans doute préparé à contrer ce joueur-vedette rayé de la liste.

Au cours de ma carrière, j'ai appris à :

- Éviter d'identifier une joueuse-clef au sein de mon groupe.

- Préparer un groupe de 20 joueuses sans oublier qui que ce soit.

- Préparer mon équipe sans jamais abandonner un membre du groupe.

- Enseigner la variété, la surprise, à faire confiance.

- Oser, à me laisser surprendre par le talent caché à cause de l'ombrage que je pouvais lui faire en oubliant de donner une chance.

Enfin, j'ai appris à regretter d'avoir été un jour un « entraîneur à regret », désemparé par l'absence ou par la perte d'une joueuse de mon équipe. Nos joueuses nous écoutent et nous regardent, lisent très bien notre langage corporel, elles sentent nos émotions et attendent avec impatience les ordres pour la suite des choses. Perdre un athlète au combat ou à l'entraînement ne devrait, le moment venu, que renforcer notre esprit de corps et mettre en évidence notre caractère et notre équilibre. Pourquoi êtes-vous entraîneur si ce n'est pour ces moments pendant lesquels vous devez vous tenir debout, pendant lesquels vous devez être rassurant et relaxe?

Bravo à tous mes collègues qui sont des développeurs, des « entraîneurs de solution » et qui ont un jour comme moi cessé de regarder derrière! ■

BIJOUTERIE  LE SABLIER Inc.

NOTRE GRANDE VENTE
de Noël
DÉBUTERA BIENTÔT!
15% À 50%

DE RABAIS SUR LA MARCHANDISE EN MAGASIN DU
22 NOVEMBRE AU 31 DÉCEMBRE INCLUSIVEMENT

TIRAGE
d'un cadeau.

Boucles d'oreilles 14k blanc,
diamants canadiens 15 pts total
Valeur de 575 \$
Détails en magasin. Aucun achat requis.



Forever Ice
DIAMANT CANADIEN

683, rue Jacques-Bédard, Québec | 418 841-0949

Station touristique Stoneham

Party rail jam pour tous le 6 décembre prochain!

(CR) Fidèle à la tradition, la Station touristique Stoneham ouvrira ses portes un vendredi en soirée.

Que diriez-vous du 29 novembre, 16 h, pour lancer le bal? Soyez-y en grand nombre! Stoneham se définit depuis des années par son côté festif et son ambiance magique en soirée et pour l'occasion, la Station invite les amateurs de parc à neige à participer à son événement d'ouverture le Corona STOPEN le 6 décembre prochain.

Pour l'occasion, skieurs et planchistes sont invités à prendre part à une compétition amateur lors de laquelle des bourses seront remises à ceux qui se démarqueront. Sur place également : le village d'exposants de l'industrie, la zone Arctic Spas sur la terrasse du bar Quatre-Foyers et suivi à l'intérieur d'un spectacle musical! Pour faire de cette ouverture un succès, beaucoup de flocons, c'est ce que nous souhaitons pour ce début de saison. ■

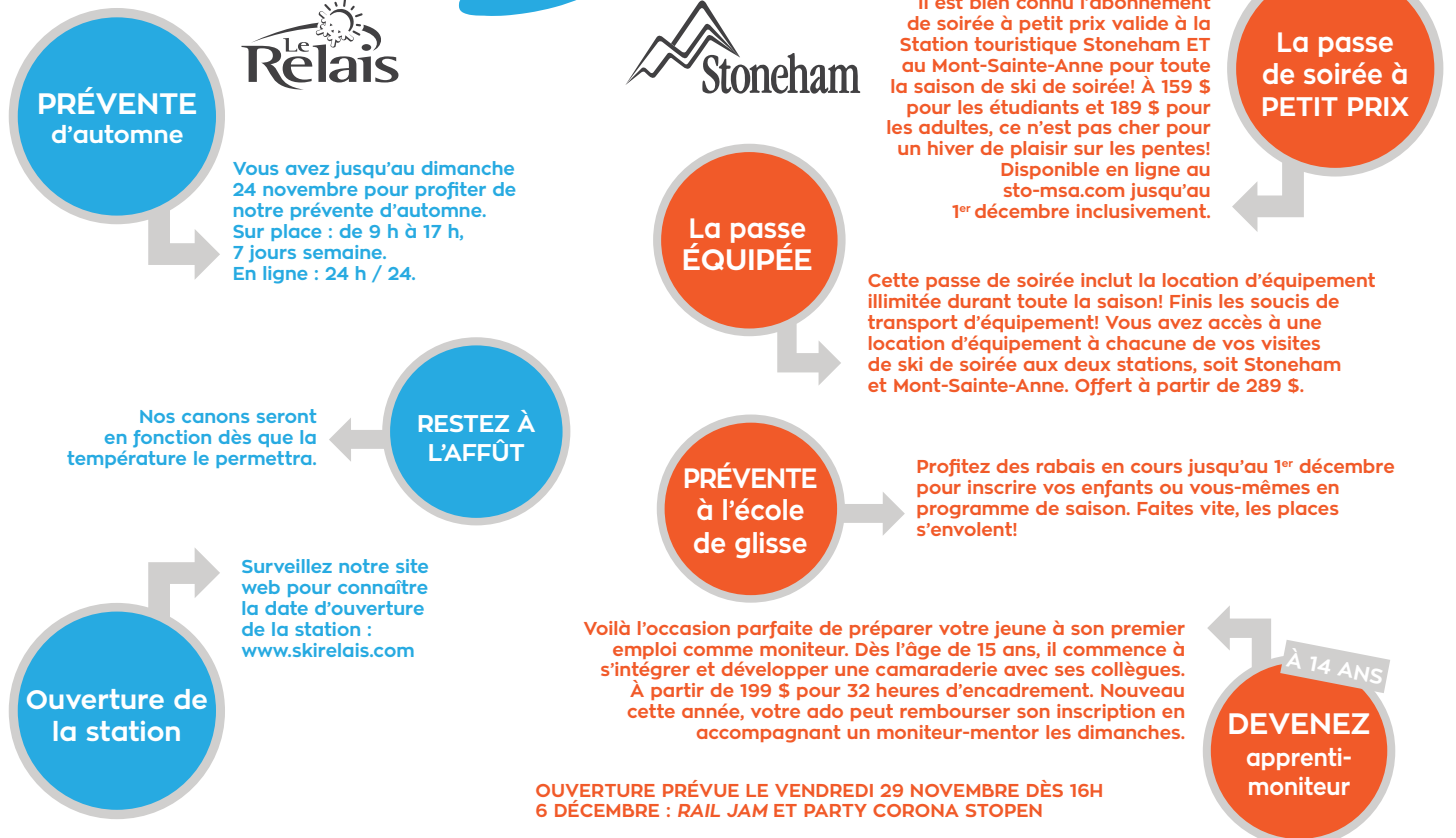


Parions qu'elle sera très animée la terrasse du bar Quatre-Foyers!

Crédit photo : Stéphane Groleau

VOYEZ

SKI S'PASSE



www.skirelais.com | 418 849-1851 ■ www.ski-stoneham.com | 418 848-2411



Ce mois-ci
à Lac-Beauport...



**C'EST LA FÉRIE DE NOËL PROLUK,
PRÉSENTÉ PAR DESJARDINS
LE SAMEDI 30 NOVEMBRE
ET LE DIMANCHE 1^{er} DÉCEMBRE 2019**

À LA ZONE COMMUNAUTAIRE SITUÉE AU 46, CHEMIN DU VILLAGE

Programme des deux jours :

Village Proludik de 10 h à 16 h : jeux gonflables, jumpaï, animation, maquillage, tire sur la neige et un camion de cuisine de rue en nouveauté

Scène Desjardins sous chapiteau : présence du Père Noël (le samedi de 10 h 30 à 12 h et le dimanche de 13 h à 14 h 30), spectacles pour la famille et ateliers de bricolage

Marché de Noël de 10 h à 16 h : 20 kiosques d'exposants

On s'informe à Isabelle au Service des loisirs au 418 849-7141, poste 249



Club de Canoë-Kayak Lac-Beauport 29^e édition du Gala méritas

(CR) C'est le 2 novembre dernier, au Centre de ski le Relais, qu'avait lieu la 29^e édition du Gala du Club de Canoë-Kayak Lac-Beauport (CCKLB). De nombreux méritas et trophées ont été décernés à nos jeunes athlètes.



Maxim Poulin, Luc Grenier et le nouvel entraîneur-chef, Frédéric Loyer.

Si la soirée se voulait la fête des athlètes du CCKLB, elle était aussi l'occasion de faire un hommage senti à Luc Grenier, celui qui fut entraîneur-chef pendant neuf saisons. C'est l'entraîneur et responsable du programme sport-études, Maxim Poulin, qui, au nom de tous, a salué la carrière de Luc en tant qu'athlète et entraîneur-chef au sein du club.

Les méritas et trophées

Ce sont 12 jeunes, répartis chez les U-10, U-12 et U-14, qui ont été mis en lumière

dans différentes catégories. Superbe idée que le choix d'une rame pour faire office de méritas! Chez les plus âgés, ce sont les performances qui ont été soulignées par la présentation de trophées.



Les athlètes ayant reçu des méritas dans les catégories U-10, U-12 et U-14.

Et les gagnants des méritas sont...

Chez les U10

Esprit sportif

Livia Jacob

Persévérance et amélioration

Mya Genois

Meilleure performance individuelle

Alyssa Lefrançois (K1)

Meilleure performance en bateau d'équipe

Anne Hardy, Abigail Harrington, Livia Jacob, Emma-Rose Nadeau (C4)

Chez les U-12

Esprit sportif

Béatrice Fillion

Persévérance et amélioration

Justine Belleville (K1)

Meilleure performance en bateau d'équipe

Zoé Perreault et Flavie Langlois (C2)

Meilleure performance individuelle

Christophe Desrochers (K1)

Chez les U-14

Esprit sportif

Alexandra Montmigny

Persévérance et amélioration

Florence Harrisson

Performance en bateau d'équipe

Élizabeth Desrosiers-McArthur, Hérika Dion, Florence Harrisson, Béatrice Blanchard (C4)

Performance individuelle

Élizabeth Desrosiers-McArthur (C1)

Et les récipiendaires des trophées sont...

Performance femme canoë : Anna Roy-Cyr

Performance homme canoë : Alix Plomteux

Performance homme kayak : Pierre-Luc Poulin

Bateau double : Maïka Nadeau et Anna Roy-Cyr

Bateau à quatre : Maïka Nadeau, Rosalie Belleville, Sabrina Cadoret et Anna Roy-Cyr

C15 Bateau de guerre : U-14 filles ■



Les récipiendaires des différents trophées, de gauche à droite : Alix Plomteux, Rosalie Belleville, Pierre-Luc Poulin, Anna Roy-Cyr, Maïka Nadeau et Sabrina Cadorette.



L'équipage du C15 chez les filles U-14 avec Maxim Poulin.

Crédit photo : Carole Roy

L'EXPERT DU SKI ALPIN À QUÉBEC



la vie
sportive

LA CORDÉE

600, rue Bouvier, Québec • lacordee.com



PASSES DE SAISON!

41 km de sentiers
75 fatbikes en location
Sentiers accessibles
pour tous

Empire 47

Sentiers accessibles!



E47.CA

**Pourquoi
recycler?**

**Pour ne pas
nager dans
le plastique!**



VISIONNEZ
**RECYC
TV**

recyc-quebec.gouv.qc.ca

Votre
gouvernement

RECYC-QUÉBEC
Québec

IGA

LAC-BEAUPORT

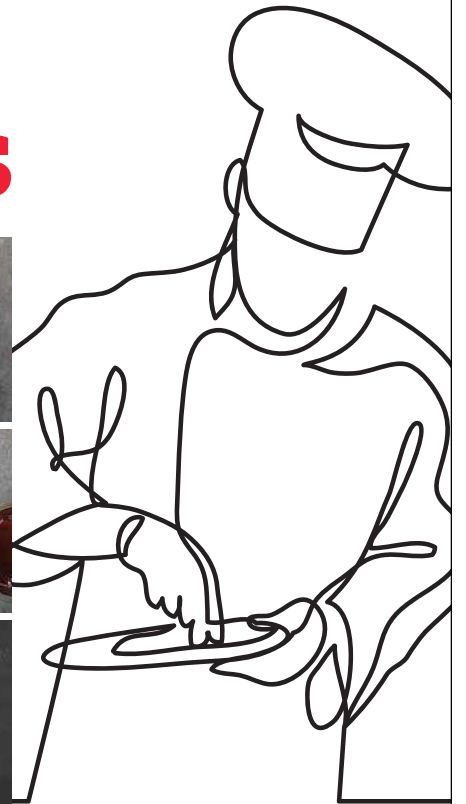
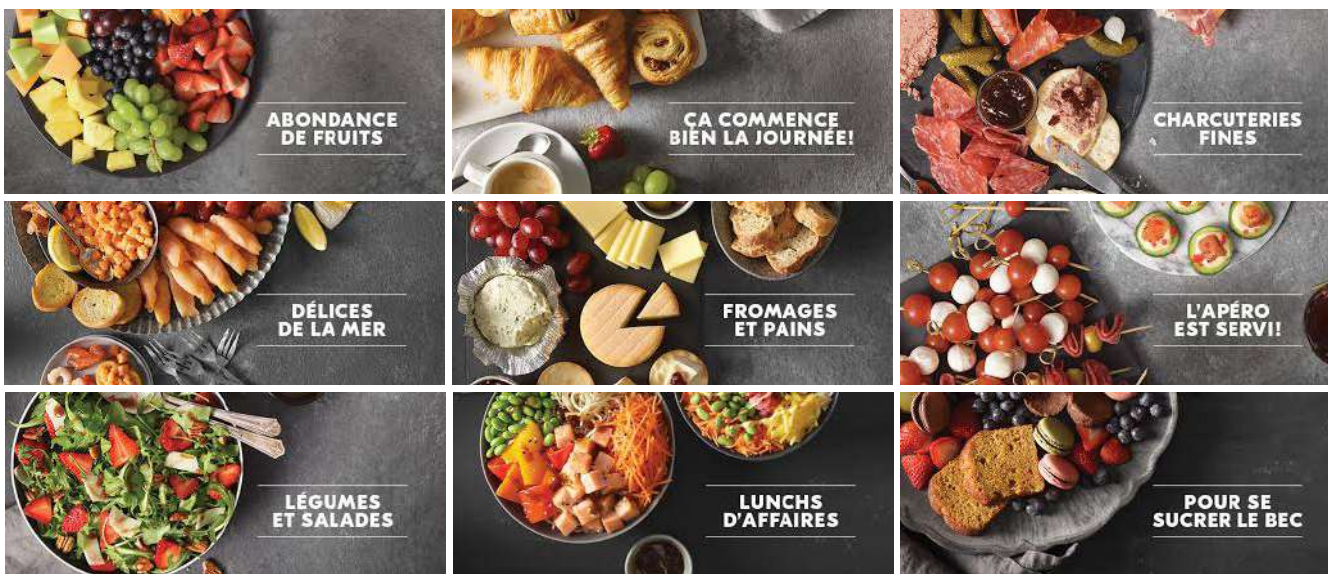
Les supermarchés
FAMILLE ROUSSEAU



Trouvailles et fraîcheur
servies avec passion

LE TRAITEUR

pour toutes les occasions



Pressés? Faites votre commande en ligne!

**IGA – Lac-Beauport
Alimentation A.D.R**
795, boul. du Lac
Québec
418 849-3674

**IGA – Sillery
Alimentation Raymond**
1580, chemin St-Louis
Québec
418 527-7758

**IGA EXTRA
Saint-Nicolas**
600, route 116, suite 200
Saint-Nicolas
418 831-5400

**IGA – Sainte-Brigitte-de-Laval
Famille Rousseau**

339, avenue Sainte-Brigitte
Sainte-Brigitte-de-Laval
418 825-3282

**IGA – Stoneham-et-Tewkesbury
Famille Rousseau**
335, chemin du Hibou
Stoneham-et-Tewkesbury
418 848-2637

Brunet



Les Galeries du Lac
Lac-Beauport, Québec

NORMAND LAROCHE

Pharmacien

*Étudiants dans le domaine
de la santé recherchés
pour travailler au laboratoire*



418 849-2836

Lundi au vendredi 9 h à 21 h | Samedi 9 h à 17 h | Dimanche 10 h à 17 h