



**M. Réjean Dion
ordonné au diaconat**

page 4

Rayon de Soleil tient une activité **portes ouvertes** dans ses locaux repeints



page 5

Husqvarna
Scierie Mobile
Gilbert
Spéciaux jusqu'à 200\$
418-871-2248

le JOURNAL de L'Ancienne-Lorette

Le Journal d'information | www.journ-al.ca

Pascal Roulet
Agent en assurance de dommages
PROMUTUEL
PORTNEUF-CHAMPLAIN
promutuel.ca
Québec • 418 872-2430 • 1528, avenue Jules-Verne
ASSURANCE ET SERVICES FINANCIERS

Festival des neiges
DE L'ANCIENNE-LORETTE

Un rendez-vous à ne pas manquer
La première édition
du **Festival des neiges** de
L'Ancienne-Lorette les 6 et 7 février

page 11

Le Gala des Variétés de la PAL
souligne les 40 ans
de la polyvalente

page 10

Élise Marcotte récolte 2 000 \$
lors d'un souper-bénéfice

page 3

Desjardins
Caisse populaire
du Piémont Laurentien
418 872-1445

Place d'affaires
L'Ancienne-Lorette
1638, rue Notre-Dame
Place d'affaires
secteur Val-Bélair (Québec)
1095, boulevard Pie-XI Nord

Heures d'ouverture
Lundi 10 h à 16 h
Mardi 10 h à 16 h*
Mercredi 10 h à 17 h*
Jeudi 10 h à 19 h*
Vendredi 10 h à 16 h

* Conseillers disponibles
sur rendez-vous jusqu'à 20 h.

L'Afeas
reçoit **Claire Lamarche**
le 5 mars à 20 h

page 19

Le Programme
Vacances-Eté de L'Ancienne-Lorette
recrute

page 3

Le LORETTAIN
JOURNAL MUNICIPAL DE LA VILLE DE L'ANCIENNE-LORETTE
Pages 11 à 18

L'Ancienne-Lorette **L'Ancienne-Lorette** **Québec** **Quartier Chauveau** **Val-Bélair** **L'Ancienne-Lorette**

NOUVEAU **NOUVEAU** **NOUVEAU** **NOUVEAU** **NOUVEAU** **NOUVEAU**

1250, de la Courtine
Secteur haut de
gamme, près de tous
les services. 349 900\$

1560, Duvernay
Grand terrain,
près de
tous les services.

2755, Neptune
Limite de
L'Ancienne-Lorette.

1376, Pierre-Gouge
Jumelé,
terrain intime.

1296, des
Cerfs-Volants
VENDU

1787, Fleuret

RE/MAX **CAPITALE**
Courtier immobilier agréé
Bur. : 418 627-3120
Serge Mainguy
418 564-6305 • www.sergemainguy.com



Roberge



COTISEZ À UN REER

de la Caisse populaire Desjardins du Piémont Laurentien

Une institution financière
FIABLE ET SÉCURITAIRE

LE REER PEUT VOUS FAIRE SAUVER DES MILLIERS DE DOLLARS

Une cotisation REER de 5 000 \$ peut valoir en réalité 7 000 \$¹ puisque la déduction fiscale obtenue sur une telle cotisation cette année se chiffre à 2 000 \$. Voilà un beau remboursement d'impôt en perspective, que vous pourrez réinvestir, appliquer sur vos dettes ou utiliser comme bon vous semblera. De plus, votre placement REER initial de 5 000 \$ fructifiera à l'abri de l'impôt, ce qui lui permettra de grandir plus vite.

Valeur de la cotisation REER de **5 000 \$**² dans :

20 ans	17 618 \$
30 ans	32 072 \$
40 ans	62 080 \$

REER

LE REER PEUT AUSSI SERVIR À D'AUTRES FINS QUE LA RETRAITE

- Achetez votre première propriété grâce au Régime d'accession à la propriété (RAP).
- Financez un retour aux études avec le Régime d'encouragement à l'éducation permanente (REEP).
- Constituez-vous un revenu d'appoint advenant une période sans emploi ou un congé parental.

Le **REER Desjardins**, un moyen sûr
pour réaliser vos rêves !

Sur rendez-vous
418 872-1445

Jusqu'à minuit
1 800 CAISSES

En tout temps
www.desjardins.com



Desjardins
Caisse populaire
du Piémont Laurentien

1638, rue Notre-Dame
L'Ancienne-Lorette (Québec) G2E 3B6

1095, boulevard Pie-XI Nord
Québec (Québec) G3K 2S7

1. Cotisation de 5 000 \$ effectuée à partir d'un revenu imposable de l'ordre de 79 000 \$ au Québec et de 82 000 \$ en Ontario pour l'année 2009.
2. Exemple de calcul basé sur un taux de 6,5 % composé annuellement et basé sur un portefeuille diversifié.

«Le temps est venu de se demander quel niveau de qualité de vie nous voulons nous donner»

- M. Émile Loranger

(YG) Après avoir connu une période fébrile de projets et de travaux sur le territoire de la Ville de L'Ancienne-Lorette, le maire,



Photo Yvon Giroux

M. Émile Loranger, entend travailler avec son équipe et la population à situer le niveau de qualité de vie que les Loretains désirent se donner. «Il faut moderniser, dynamiser, rendre encore plus attrayant notre milieu de vie en général. Il faut réussir à réaliser un joint venture entre les personnes du 3^e âge et les jeunes de la Ville. Les gens de 30 à 55 ans, on sait ce qu'ils veulent : payer le moins de taxes possible. Quant aux autres, nous avons besoin de connaître leurs idées, leurs projets pour la Ville», réfléchit M. Loranger.

Des conseillers travaillent déjà sur ce dossier. Il pourrait y avoir une consultation sous une forme ou une autre d'ici l'automne. Tout demeure envisageable. «Nous ne voulons pas voir les gens arriver avec leur liste d'épicerie de projets. Nous voulons connaître leurs préoccupations et leurs idées qui nous amèneront à poser des gestes porteurs de résultats», termine M. Loranger. ■

Le Programme Vacances-Été de L'Ancienne-Lorette recrute

(YG) Le Programme Vacances-Été de L'Ancienne-Lorette se place en mode de recrutement au niveau de son personnel d'animation à partir du 1^{er} février 2010. Les responsables sont à la recherche d'animateurs et d'accompagnateurs d'enfants qui ont besoin d'un accompagnement constant. Les personnes qui postuleront sur ces postes devront être âgées d'au moins 16 ans au 1^{er} juin et devront être étudiantes.

de 11 \$ de l'heure. Nous avons 15 postes à combler. Les candidats doivent s'attendre à passer des entrevues de groupe», explique M. Frédéric Roy, régisseur adjoint au Service des loisirs de la Ville de L'Ancienne-Lorette.

Pour postuler, vous devez faire parvenir votre curriculum vitae à Mme Diane Bilodeau à l'adresse courriel diane.bilodeau@ville.lancienne-lorette.qc.ca

Dans un autre ordre d'idée, le camp pourra encore compter cet été sur le retour de plusieurs animateurs d'expérience, le tout pour assurer un cadre sécuritaire et une qualité d'animation spectaculaire pour les enfants! Vous avez jusqu'au 26 février 2010 pour poser votre candidature sur ces postes. ■

«La Ville de L'Ancienne-Lorette reconnaît l'expérience acquise des animateurs dans les autres camps de jour. Au niveau salarial, un animateur qui en est à son premier été dans un camp gagnera 10,25 \$ de l'heure, celui qui travaillera pour un deuxième été gagnera 10,50\$ et un troisième été d'expérience équivalra à un taux horaire



Photo Yvon Giroux

M. Frédéric Roy, régisseur adjoint au Service des loisirs de la Ville de L'Ancienne-Lorette, et des animatrices d'expérience qui seront de retour en 2010, Mmes Marjolaine «Oupelaille» Veillette, Marie-Joëlle «Aqua» Létourneau et Andrée-Anne «Flash» L.-Poulin.

L'athlète olympique Élise Marcotte récolte 2 000 \$ lors d'un souper-bénéfice

YVON GIROUX

redaction@journ-al.ca

La nageuse olympique et Loretaine Élise Marcotte a amassé près de 2 000 \$ lors d'un souper-bénéfice au restaurant DaGlo de l'avenue Jules-Verne. «Je suis très heureuse du résultat. Il s'agit d'un support très important pour moi. Mon objectif était d'environ 1 200 \$», explique l'athlète qui a passé la soirée à faire patiemment le tour de la salle pour remercier tous ces gens venus pour l'encourager.

Il faut dire qu'elle n'hésite jamais à donner de son temps pour promouvoir son sport ou bien le sport en général. Le coordonnateur de la Classique de golf Victoris Desjardins, M. Guy Jobin, lui a d'ailleurs remis une contribution exceptionnelle de 400 \$ pour

son implication dans l'organisation de cette levée de fonds. «L'an dernier, Élise était la seule athlète à passer la journée sur le terrain pendant le tournoi. Cette année, elle a refait la même chose en plus de nous offrir ses services gratuitement pour la conférence du souper. Elle a été en partie la cause de notre succès malgré la crise économique.»

Pour sa part, son entraîneur en natation de l'âge de 11 à 18 ans, Mme Jojo Carrier, elle-même ancienne athlète olympique, souligne la très grande confiance en elle et sa capacité de gérer le stress parmi les principales qualités d'Élise. «Elle se fixe des objectifs et y travaille intensément. Dans son cas, il ne s'agit pas que de mots. Elle met tous les efforts stratégiques nécessaires pour vivre son rêve. Elle travaille constamment sur ses faiblesses sans jamais oublier de peaufiner ses forces», assure Mme Carrier. ■



Photo Pierre Bourdeau

L'athlète olympique, Élise Marcotte, son ancienne entraîneuse, Mme Jojo Carrier, et les membres de la relève de l'équipe Synchro Élite.

Urgent je recherche

Jumelé et maison en rangée
2 à 3 chambres

Bungalow
3 chambres et plus

Cottage
3 chambres et plus

Accrédité au service de relogement des Forces Armées Canadiennes



Défense nationale

National Defence

- Je recherche des propriétés dans votre secteur pour des militaires transférés.
- Je recherche aussi des maisons de militaires qui sont transférés vers une autre base.

Serge Mainguy
418 564-6305
www.sergemainguy.com

Contactez-moi pour une
ESTIMATION GRATUITE
de la valeur marchande de votre maison.



RE/MAX
CAPITALE
Courtier immobilier agréé
Bur. : 418 627-3120



Du 28 février au 5 mars

L'Ancienne-Lorette bourdonnera d'activités pendant la semaine de relâche

YVON GIROUX

redaction@journ-al.ca

Pour la deuxième année consécutive, L'Ancienne-Lorette bourdonnera en offrant une panoplie d'activités dans les secteurs sportif, culturel et artistique au cours de la semaine de relâche qui se déroulera du 28 février au 5 mars prochain. Pour ce faire, la Ville de L'Ancienne-Lorette unira ses efforts à ceux de la bibliothèque Marie-Victorin et de la Maison des arts et de la culture de L'Ancienne-Lorette.

La Ville offrira des activités de type Camp de jour à la polyvalente de L'Ancienne-Lorette et le mardi sera consacré à l'initiation à différents sports tels que le DBL ball et l'escrime. De plus, des sorties au cinéma Imax, à l'école de Cirque de Québec et au Village Vacances Valcartier sont aussi au programme. Les personnes intéressées

doivent compléter un formulaire d'inscription du 8 au 19 février à l'Hôtel de Ville, à la bibliothèque Marie-Victorin ou sur le site www.lancienne-lorette.org

Du côté de la bibliothèque, on offrira un spectacle pour enfants des Marionnettes du bout du monde, ainsi qu'un atelier offert en collaboration avec le Zoo de Granby qui présentera deux animaux pour l'occasion, un atelier de dessins avec le caricaturiste bien connu Métyvié et différents ateliers. Des laissez-passer obligatoires seront disponibles dès le 20 février à la bibliothèque.

Quant à la Maison des arts et de la culture de L'Ancienne-Lorette, elle présentera des ateliers de création dont notamment la création de colliers à partir de matériaux recyclés. Dans ce cas aussi, les laissez-passer obligatoires sont disponibles dès le 20 février à la Maison des arts et de la culture. ■



Photo Yvon Giroux

M. Frédéric Roy, régisseur adjoint au Service des loisirs de la Ville de L'Ancienne-Lorette, Mme Nadyne Poirier, coordonnatrice à l'animation à la bibliothèque Marie-Victorin, et Mme Isabelle Leblanc, coordonnatrice de l'Association des Arts et de la Culture de L'Ancienne-Lorette (AACAL).

M. Réjean Dion ordonné au diaconat



(YG) Le 29 novembre dernier, dans l'église de Notre-Dame-de-l'Annonciation à L'Ancienne-Lorette, M. Réjean Dion était ordonné au diaconat permanent par Monseigneur Gérald Cyprien Lacroix. M. Dion a alors reçu la mission de travailler à la pastorale du baptême, du mariage, ainsi qu'auprès des personnes âgées et de la Mission Urbaine au sein de l'équipe pastorale de la paroisse. La célébration de l'ordination s'est faite dans la joie et la prière grâce à la collaboration d'une multitude de personnes: le comité de liturgie, la chorale et son chef de chœur, les musiciens et les animateurs, les lecteurs et les servants, sans oublier les sacristines, le comité de la fabrique, l'équipe pastorale et les gens à l'accueil, et toutes les personnes qui sont intervenues lors de la préparation et du déroulement de la célébration. La fête s'est poursuivie avec une rencontre fraternelle organisée par les Chevaliers de Colomb. ■

Mario Dutil, l'homme aux centaines de montagnes aux Soirées Palpitantes le 16 février

(YG) Le 16 février prochain vous avez rendez-vous avec Mario Dutil, l'un des plus grands alpinistes du Québec, dans le cadre de la série Exploration des Soirées Palpitantes de la polyvalente de L'Ancienne-Lorette. Vous pourrez assister à une conférence vertigineuse alors qu'il partagera avec le public ses ascensions de centaines de montagnes dont les sommets les plus convoités du monde, dont le K2 et l'Everest. ■



Photo Mario Dutil

Les Remparts de Québec au Festival des neiges de L'Ancienne-Lorette le 7 février

(YG) Le club de hockey les Remparts de Québec participera aux festivités dans le cadre des activités du Festival des neiges à L'Ancienne-Lorette. La population lorette est invitée à venir patiner avec quelques joueurs des Remparts sur les patinoires du parc de la Rivière, le dimanche 7 février de 13 h 15 à 14 h 30. Il est également à noter que la mascotte des Remparts Champion chaussera ses patins pour le plaisir des tout-petits. Le tout se déroulera sur les patinoires extérieures situées au 1315, rue des Loisirs. Une invitation particulière est lancée aux joueurs du hockey mineur de L'Ancienne-Lorette qui sont invités à arborer leur chandail de leur équipe de hockey. ■

Frais de montage et transport en sus. L'offre prend fin le 28 février 2010.

DU JAMAIS VU EN IMPRIMERIE!

LA maison de courtage en impression au Québec

1 000
cartes d'affaires

Carton 14 points, glacé 2 côtés
Couleur (quadrichromie)
Fichiers fournis par le client

4 couleurs recto
verniss UV 1 côté

44\$

4 couleurs
recto / verso +
verniss UV 2 côtés

59\$

Ci

CLUB IMPRIMERIE

www.clubimprimerie.com

Tél. : 418.687.1319

Téléc. : 418.687.4415

Sans frais. : 1 877.611.CLUB (2582)

infos@clubimprimerie.com

Rayon de Soleil tient une activité portes ouvertes dans ses locaux repeints

YVON GIROUX

redaction@journ-al.ca

L'organisme Rayon de Soleil a offert une activité portes ouvertes à ses bénévoles et un cocktail pour souligner les travaux effectués par la Ville de L'Ancienne-Lorette dans leurs locaux. En effet, les locaux de l'organisme et ceux d'Apprenti de la couture ont été repeints récemment, ce qui donne un effet de nouveauté très apprécié des membres de ces organismes. Le président du conseil d'administration de Rayon de Soleil, M. Jean-Claude Méthot, a remercié le maire de la Ville de L'Ancienne-Lorette, M. Émile Loranger, pour les travaux de rafraîchissement effectués dans les locaux de l'organisme, rappelant qu'ils auraient des effets bénéfiques sur les employés, les bénévoles et les bénéficiaires. Pour sa part, M. Loranger a souligné le travail colossal effectué par l'organisme pour aider les gens dans le besoin. «Vous rendez les gens heureux dans leur milieu. Toute notre collectivité bénéficie de votre travail», affirme M. Loranger.



Les membres du conseil d'administration de Rayon de Soleil ainsi que le maire de la Ville de L'Ancienne-Lorette et ses conseillers lors du cocktail soulignant les travaux effectués par la Ville de L'Ancienne-Lorette dans leurs locaux.

L'organisme compte 87 bénévoles dans ses rangs et près de 880 dossiers de bénéficiaires. L'an dernier, les bénévoles ont servi 2 500 repas et ont donné plus de 2 000 heures d'accompagnement. Ils ont également traité 78 rapports d'impôts de bénéficiaires de services de Rayon de Soleil. Le service de réveil Télé-Bonjour offre ses services à 14 personnes. Et lors du 29^e Réveillon de l'amitié de Rayon de Soleil en décembre

dernier, 30 jeunes de la polyvalente de L'Ancienne-Lorette, ainsi que le Cercle de Fermières, se sont impliqués afin de contribuer à cette soirée pour 65 personnes âgées de L'Ancienne-Lorette et des quartiers Chauveau, Champigny et Laurentien. Rayon de Soleil célébrera ses 30 ans en juin.

L'organisme est à la recherche de bénévoles habitant à L'Ancienne-Lorette ou dans les

quartiers Chauveau et Champigny de Sainte-Foy et ayant quelques heures de disponibilité pour véhiculer des personnes âgées à leurs rendez-vous médicaux ou pour des visites d'amitié ou du répit-gardiennage. Les personnes intéressées doivent avoir un bon sens des responsabilités, de l'écoute, de la patience et de la discrétion (confidentialité). Vous pouvez contacter Mme Nancy Leclerc au 418 871-7055. ■

L'organisme Apprenti de la couture confectionne des robes pour des fillettes haïtiennes

(YG) L'organisme Apprenti de la couture a profité de ses ateliers du mois de janvier pour confectionner des robes pour des fillettes de 18 mois à 8 ans qui vivent dans un orphelinat d'Haïti. «Près de 40 robes ont été faites par une quinzaine de participantes.», précise Mme Claire Faucher, présidente de l'organisme.

Apprenti de la couture est un organisme à but non lucratif composé de membres bénévoles, amateurs de la couture. Ces bénévoles offrent leurs connaissances à toutes les personnes et les familles qui désirent acquérir des habiletés pour faire des réparations et de la confection de vêtements. Chaque apprenti est pris en charge par une bénévole. Cette pratique permet de réaliser des économies et d'équilibrer davantage son budget. Pour informations, vous pouvez contacter Mme Claire Faucher au 418 872-7690. ■



Mmes Laure-Anna Hudon, Solange Noël, Claire Faucher et Armandine Arsenault, quelques-unes des participantes qui ont confectionné des robes pour des fillettes haïtiennes.

Voir la planète Mars comme vous ne l'avez jamais vue

(YG) Le 6 février prochain, SAREL (Société astronomique pour la recherche, l'éducation et les loisirs) tiendra une activité portes ouvertes au 1466 Notre-Dame de 10 h à 22 h. Pour l'occasion, le tube optique de la vieille lunette astronomique de l'observatoire de Québec sera sur place.

«Les personnes intéressées pourront observer à travers l'optique pendant le jour et, si le temps le permet, le soir, elles découvriront Mars et certains autres corps célestes. Les collections de l'Université Laval nous ont autorisé à faire certains travaux avec cet appareil et à le rendre accessible au public sous certaines contraintes», précise M. Jean Bergeron de la SAREL.

Cette lunette a été le principal instrument de l'observatoire de Québec entre 1864 et 1936. Elle fait une ou deux sorties par année depuis deux ans seulement. ■



Les Chevaliers de Colomb remettent une contribution de 2 000 \$ au projet Passage

(YG) Les Chevaliers de Colomb conseil 4246 L'Ancienne-Lorette ont organisé récemment un souper-spaghetti au profit du projet Passage. Dans le cadre de ce projet, des animateurs s'occupent de la pastorale pour les enfants et les personnes intéressées. A cette occasion, un montant de 2 000 \$ a été remis à M. le curé Jacques Michaud.

M. Richard Desrosiers grand chevalier, M. Jacques Michaud curé, Mmes Josette Paquin, animatrice de pastorale, Anne Desrosiers, présidente du comité féminin des Chevaliers et M. Magella Belleau, gérant de la salle. ■



TUSCANOS

~ CUISINE ITALIENNE ~



Festival de pâtes!

Créez vos propres pâtes 10⁹⁵\$ du dimanche au mercredi inclusivement à compter de 17h



Scaloppini di vitello polynac

Escalopes de veau sautées 20\$



Salmone Atlantico

Filet de saumon grillé 19\$

Déjeuners fruités tous les jours jusqu'à 14h

vaste stationnement privé gratuit | 1445, avenue Jules-Verne, Sainte-Foy, angle Duplessis 418 877.7200 | restauranttuscamos.com

le JOURNAL de L'Ancienne-Lorette

Le Journal d'information | www.journ-al.ca

1039 rue Panneton
L'Ancienne-Lorette (Québec)
G2E 6E7
Tél. : 418 780-0999
Télécopieur : 418 780-0800
info@journ-al.ca
www.journ-al.ca

Éditeur-directeur général
Pierre Cassivi

RÉDACTION

Rédacteur :
Yvon Giroux
redaction@journ-al.ca
Comité aviseur de correction

Correctrice :
Nadyne Poirier

Photographe :
Simon Clark

Collaborateurs jeunesse :
Alexandra Cassivi
David Cassivi

PUBLICITÉ

Ghislain Gaudreau
Cell. : 418 998-0970

Isabelle Tremblay
Cell. : 418 654-8434

info@journ-al.ca
Tél. : 418 780-0999

Territoire de Val-Bélair et immobilier :

Sylvie Charest
Cell. : 418 254-4367
sylvie@sylart.com

Benoit Pelletier
Cell. : 418 809-3114
benoit@sylart.com

ADMINISTRATION
Suzie Lemay

DISTRIBUTION
Publi-Sac

IMPRESSION
Les Presses du Fleuve

Dépôt légal :
Bibliothèque nationale
du Québec

PRODUCTION
Directeur de production :
Mario Bernier

production@journ-al.ca
Tél. : 418 780-0999

PROCHAINE PARUTION
Mars 2010

DATE DE TOMBÉE
17 février 2010

RALLYE COMMERCANTS AMBULANTS



Festival des Neiges 6 février 2010

1^{er} prix 2000\$

2^e prix 500\$

en chèques-cadeaux chez les membres de l'Association
des gens d'affaires de L'Ancienne-Lorette.

Visitez les marchands participants et inscrivez un minimum de 15 indices pour
obtenir une chance de participer au concours. (Liste plus complète des membres
disponible dans l'édition de janvier du Journal de L'Ancienne-Lorette).

162 Restaurant Le Tuscans		86 RE/MAX Capitale - Serge Mainguy	
1445, avenue Jules-Verne Québec 418 877-7200		Indice à la Polyvalente de L'Ancienne-Lorette 7385, boul. Henri-Bourassa Québec 418 627-3120	
49 Caisse populaire du Piémont Laurentien	100 La Corne d'abondance	104 Botanica fleuriste	188 Entrepôt Cheikha
1638, Notre-Dame L'Ancienne-Lorette 418 872-8038	1988, Notre-Dame L'Ancienne-Lorette 418 872-7987	1689, Notre-Dame L'Ancienne-Lorette 418 864-4424	1415, Notre-Dame L'Ancienne-Lorette 418 614-4399
118 Journal de L'Ancienne-Lorette	161 Restaurant Thien Kim	46 Tim Hortons Chauveau	47 Les Cafés Europa
Indice à la Polyvalente de L'Ancienne-Lorette 5121, boul. Chauveau Ouest, Québec 418 780-0999	1579, Notre-Dame L'Ancienne-Lorette 418 872-6889	5143, boul. Chauveau Ouest, Québec 418 861-8585	1875, Notre-Dame L'Ancienne-Lorette 418 634-0777
134 Uniprix Roby, Neron et Lambert	107 Château Repotel	156 Resto Richard	36 Bar-terrasse Borsalino
1372, St-Jacques L'Ancienne-Lorette 418 872-2857	6555, Wilfrid-Hamel L'Ancienne-Lorette 418 872-1111	1616, Notre-Dame L'Ancienne-Lorette 418 871-0904	1375, Notre-Dame L'Ancienne-Lorette 418 871-4733
150 Restaurant DaGiovanni	139 Duo Portes et fenêtres	129 Boulangerie pâtisserie Purcell inc.	115 Informatique SamouraiTek
1240, Duplessis Québec 418 877-0123	1727, Rte de l'Aéroport L'Ancienne-Lorette 418 872-1527	1737, Notre-Dame L'Ancienne-Lorette 418 872-5914	1360, St-Jacques L'Ancienne-Lorette 418 353-1818
18 Promutuel Portneuf-Champlain	149 Chez Cora	186 Adrenaline Sports	82 RE/MAX Fortin Delage - Hélène Bilodeau
1528, avenue Jules-Verne, Québec 418 872-8522	1333B, Rte de l'Aéroport L'Ancienne-Lorette 418 871-7079	6280, boul. Wilfrid-Hamel L'Ancienne-Lorette 418 687-0383	Indice à la Polyvalente de L'Ancienne-Lorette 3175, Quatre-Bourgeois Bur. 120, Québec 418 653-5353
41 Sport Olympe	132 Pharmaprix Dauphin et Nguyen	131 Pharmacie Jean Coutu	119 La Maison Victoria
1764, Notre-Dame L'Ancienne-Lorette 418 871-1351	1670, Notre-Dame L'Ancienne-Lorette 418 872-9090	6385, boul. Wilfrid-Hamel L'Ancienne-Lorette 418 872-2864	1424, St-Paul L'Ancienne-Lorette 418 877-1418
123 Nadeau et Argouin, Notaires	58 Le Super Club Videotron	42 Bijouterie Mode L'Or	133 Pharmacie Patrick Allard (Proxim)
1810, Notre-Dame # 100 L'Ancienne-Lorette 418 872-2929	1360, Notre-Dame L'Ancienne-Lorette 418 871-6181	1970, Notre-Dame L'Ancienne-Lorette 418 872-8472	1875, Notre-Dame L'Ancienne-Lorette 418 864-7755
			158 Pizzeria Stratos
			1914, Notre-Dame L'Ancienne-Lorette 418 871-2222

Remettre cette feuille
dans le hall d'entrée de
la polyvalente de
L'Ancienne-Lorette
le samedi 6 février
entre 11 h et 17 h.

1801, rue Notre-Dame
L'Ancienne-Lorette

Bonne chance à tous !

Nom _____

Adresse _____

Date de naissance _____

Téléphone _____

Question mathématique

$(5 \times 8) \div 2 - 5$

Réponse : _____



Le seul centre multidisciplinaire 100% femme !

37⁹⁵\$
par mois / taxes en sus /
abonnement annuel

**Obtenez un 13^e mois
GRATUIT !**

INCLUANT :

**piscine • sauna • spa
aérobie • appareils cardio**

* Pour un temps limité, certaines conditions s'appliquent. Tous les détails sur place.

Appareils
modernes
Vaste salle
d'exercices

45
ans!

Thérèse Genest
FORME ET SANTÉ

418 878-ELLE(3553)

15, rue Rotterdam (angle 138), St-Augustin • www.theresegenest.com

PISCINE
intérieure
au SEL
de MER



Le 6 février au Festival des neiges La 1^{re} édition du Rallye des commerçants ambulants de L'AGAAL offre des prix d'une valeur totale de 2 500 \$

(YG) L'Association des gens d'affaires de L'Ancienne-Lorette (AGAAL) lance en grand la toute première édition de son Rallye des commerçants ambulants le 6 février en offrant un premier prix de 2 000 \$ et un second prix de 500 \$ en chèques-cadeaux échangeables chez les membres de l'Association.

«La population est invitée à découper le bulletin de participation disponible dans la page ci-contre (page 6) du Journal de L'Ancienne-Lorette et à visiter les marchands participants le 6 février prochain entre 11 h et 17 h et inscrire un minimum de 15 indices pour obtenir une chance de participer au concours. Une fois les 15 indices inscrits et après avoir répondu à la question mathématique, les participants doivent déposer leur bulletin dans le hall de la polyvalente de L'Ancienne-Lorette entre 11 h et 17 h le même jour», explique la présidente de L'AGAAL, Mme Julie Dufresne. Certains commerçants auront également des bulletins de participation disponibles à leur commerce. Les règlements du concours sont disponibles sur le site de l'AGAAL au www.agaal.com ou bien le jour même au kiosque de l'AGAAL dans le hall de la polyvalente de L'Ancienne-Lorette. ■

Une belle occasion pour découvrir le nouveau personnage de l'AGAAL

(YG) Le 6 février prochain, les participants au Rallye des commerçants ambulants pourront faire la connaissance du nouveau personnage de l'AGAAL créé pour cet événement, une guêpe. Celle-ci sera présente toute la journée sur la rue Notre-Dame. ■



Des membres du conseil d'administration de l'AGAAL et le nouveau personnage de l'Association, une guêpe.

Photo Yvon Giroux

Les nouveaux membres de l'AGAAL

L'AGAAL peut compter sur quatre nouveaux membres pour grossir ses rangs. Les excavations L. Robitaille Inc. M. Louis Robitaille, Boutique Équestre Équibec, Mme Catherine Burdett, Construction Steeve Arbour Inc., M. Steeve Arbour et Bernier Beaudry inc. avocats, M^e Maryse Ouellet-Morin, avocate. ■



M. Louis Robitaille

Calendrier des événements de l'AGAAL

Vendredi 5 février

17 h à 19 h au Borsalino: Ouverture officielle de l'évènement sculpture sur neige sur la rue Notre-Dame et du Rallye du commerçant ambulant.

Samedi 6 février

Animation dans les commerces participant du Rallye des commerçants ambulants et de ses sculptures sur neige.

Toutes les sculptures sur neige seront situées sur le terrain de la polyvalente de L'Ancienne-Lorette en raison du manque de neige.

Mercredi 17 mars 2010

Assemblée générale de l'Association des gens d'affaires de L'Ancienne-Lorette.

Mardi 14 septembre

Tournoi de golf de l'Association des gens d'affaires de L'Ancienne-Lorette et du Journal de L'Ancienne-Lorette.

Pour informations, vous pouvez contacter Mme Manon Grenier, Coordonnatrice de L'Association des Gens d'Affaires de L'Ancienne-Lorette au 418 255-8803. ■

Posimage, un important partenaire de l'AGAAL

L'entreprise Posimage est non seulement un membre de longue date de l'Association des gens d'affaires de L'Ancienne-Lorette (AGAAL) mais également un partenaire majeur depuis de très nombreuses années. C'est grâce à l'implication de membres de la communauté d'affaires tel que M. Martin Boisvert que l'AGAAL a pu se développer autant depuis quelques années. ■

Enseignes

Martin Boisvert

Enseignes personnalisées

6285, boul. Wilfrid-Hamel, L'Ancienne-Lorette
418 877-2775

JEAN-FRANÇOIS ROY

Agent immobilier affilié

418 627.3333
www.lacapitalevendu.com



La Capitale Sélect
COURTIER IMMOBILIER AGRÉÉ



SAINTE-BRIGITTE-
DE-LAVAL



SAINTE-ANNE-DE-
BEAUPRÉ



SAINT-LAMBERT-
DE-LAUZON



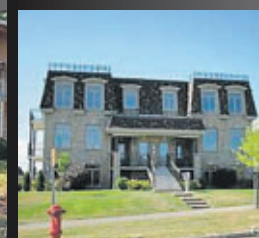
LAC-SAINT-JOSEPH



JARDINS DU HAVRE



LEBOURGNEUF



JARDINS DU HAVRE



SAINT-AUGUSTIN-DE-
DESMAURES



BEAUPORT



LAC-SAINT-CHARLES



L'Ancienne-Lorette, une ville mature qui attire les acheteurs de résidences

YVON GIROUX

redaction@journ-al.ca

Le marché de la revente à L'Ancienne-Lorette se défend très bien actuellement. «Il s'agit d'une ville qui a atteint une belle maturité. Les investissements effectués en 2009 et 2010 pour accueillir un Centre multigénérationnel et l'aréna, entre autres projets, font en sorte que c'est encore plus attirant pour une famille de s'établir ici. De plus, le fait que la Ville soit bien située au niveau des grands axes routiers et qu'elle

bénéficie maintenant de tous les services à proximité joue beaucoup en sa faveur», explique M. Serge Mainguy, agent immobilier affilié à RE/MAX Capitale.

«Nous sommes actuellement dans un marché qui favorise le vendeur d'une propriété, il s'agit donc d'une excellente période pour vendre sa résidence. Pour l'évaluation de la valeur d'une propriété, je dirais que la valeur marchande est présentement très près du rôle d'évaluation municipale actuel», estime M. Mainguy.

«En terme de prix de vente, les vendeurs peuvent espérer obtenir de 10 à 20 % de plus que la valeur du rôle d'évaluation, 30 % si la maison représente un projet clé en main, c'est-à-dire avec aucune modification à faire avant l'installation des nouveaux propriétaires. Cette maison aura moins de cinq ans et sera impeccable, ou bien elle sera plus âgée mais tout aura été rénové à l'intérieur. La période où une résidence se vendait entre 40 et 80 % de plus que son évaluation municipale est terminée», ajoute l'agent immobilier affilié.

les prêteurs hypothécaires et le gouvernement vont resserrer leurs règles et critères. Les termes vont revenir à un maximum de 25 ans plutôt que près de 35 ans parfois comme actuellement. Ces restrictions seront imposées par la Société canadienne d'hypothèques et de logement (SCHL). De plus, les prêteurs vont exiger éventuellement une mise de fonds de 10 % à l'achat d'une propriété. Il arrivait dans certains cas que ce pourcentage était ramené à 5 %, ou même à zéro.

«Actuellement, la période pour vendre une propriété est de moins de deux mois. Il y a beaucoup d'acheteurs intéressés. La région a été moins touchée que prévu par la récession économique. Les taux d'intérêt sont encore très intéressants» termine M. Mainguy. ■



Photo Pierre Cassivi

Le marché de la revente à L'Ancienne-Lorette se défend très bien actuellement.

Une nouvelle tendance prend un peu plus d'ampleur dans le marché de la revente, soit que le propriétaire d'une résidence veuille procéder par lui-même à la vente de sa propriété sans passer par un agent immobilier. «Ils pensent sauver sur la commission versée à l'agent, mais en bout de ligne cela ne représente pas souvent la meilleure solution. Faire affaire avec un agent accrédité sécurise et protège le client légalement en vertu de la Loi sur les institutions financières du Québec. Les agents immobiliers sont assurés contre les erreurs et les omissions. L'immobilier n'est pas une science infuse et cela prend plus qu'un relevé du secteur pour bien évaluer le marché. L'agent lui connaît ce marché», assure M. Mainguy.

Les experts prévoient que les taux d'intérêt devraient connaître une hausse au cours de l'été. De plus,



M. Serge Mainguy.

QUINCAILLERIE GAUVIN INC.

RONA

**Venez voir la nouvelle collection
de vêtements Pilote & Filles**

1955, Notre-Dame, L'Ancienne-Lorette (Québec) G2E 3E1 • 418 872-1473 • Téléc.: 418 872-9617



Le service, la qualité, la fraîcheur et bien plus...

C'est ce que vous retrouverez chez nous.

Voir nos nombreux spéciaux à toutes les semaines...

On vous attend !

Une seule adresse :

1988, rue Notre-Dame, L'Ancienne-Lorette

418 872-7987

Service de livraison

Ouvert du lundi au vendredi

de 8 h à 21 h

Samedi et dimanche

de 8 h à 19 h



Spéciaux en vigueur du 2 au 7 février 2010 inclusivement.

Champignons blancs

Frais, entiers - Ontario - 227 gr



99¢ ch.

Patates blanches

Québec - Sac de 10 lbs



1.99\$ ch.

Oranges Sunkist

Sans pépin - Californie



12/1.99\$

Asperges

Mexique



1.99\$/lb
4.39\$/kg

Poitrine de poulet farcie

Voir variété en boucherie



4.99\$/lb
11.00\$/kg

Bifteck de côte

Rib Angus



6.99\$/lb
15.41\$/kg

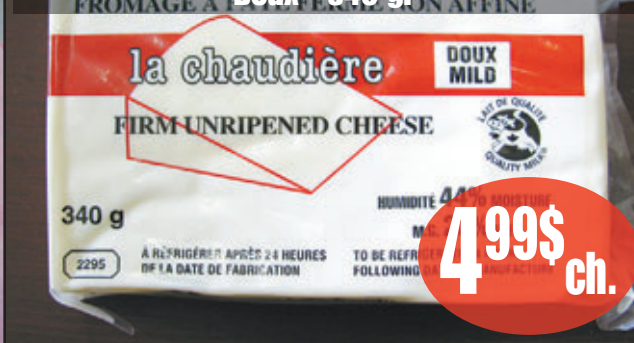
Jambon cuit Lafleur



1.99\$/lb
4.39\$/kg

Fromage La Chaudière

Doux - 340 gr



4.99\$ ch.

Pain crousté Texas Betty

Blanc ou blé - 800 gr



1.99\$ ch.



**Utilisez votre sac Écolo à chaque visite...
Un beau geste pour l'environnement.**

**Obtenez GRATUITEMENT
un sac Écolo**

à l'achat de 15\$ et plus

Valide jusqu'au 28 février 2010.
Sur présentation de ce coupon.



Un Loretain reçoit un certificat-cadeau de 1 000 \$ de Bureau en Gros

YVON GIROUX

redaction@journ-al.ca

Un client de L'Ancienne-Lorette de Bureau en Gros de l'avenue Jules-Verne, M. Jean-Jacques Léger, a été sélectionné parmi plus de 10 000 répondants au Canada, et s'est mérité un prix de 1000\$. Chaque mois, l'entreprise effectue un sondage auprès de ses clients pour évaluer leur niveau de satisfaction sur la qualité du service à la clientèle reçu en magasin. Lorsqu'un client prend le temps de répondre à ce sondage, il peut se mériter un certificat-cadeau de 1 000\$. C'est ce qui est arrivé à M. Léger. ■

MM. Louis Pouliot (directeur général de la succursale Bureau en Gros Duplessis), Jean Jacques Léger (gagnant national du prix de 1000\$), et Louis Verreault (directeur régional pour Bureau en Gros).



Photo Bureau en Gros

Le Gala des Variétés de la PAL souligne les 40 ans de la polyvalente



Photo Alain Vézina

(YG) La 16^e édition du Gala des Variétés s'est déroulée récemment à la PAL et soulignait cette année les 40 ans de l'école secondaire polyvalente de L'Ancienne-Lorette. Au total, 17 numéros de danse, chansons, humour et musique ont été présentés au public par une quarantaine d'élèves de la 1^{re} à la 5^e secondaire. Ainsi, à travers les époques, le public a pu découvrir ce que, depuis 40 ans, les élèves de la PAL fredonnaient dans les couloirs de l'école. Originalité et qualité de la prestation des élèves étaient au rendez-vous. ■

Lancement d'un club d'investisseur

(YG) Des investisseurs autonomes ont récemment manifesté leur intérêt à fonder un club d'investisseurs à la Caisse populaire Desjardins du Piémont Laurentien. La Caisse vous informe qu'une activité de lancement, organisée par M. Jean-Philippe Riopel, conseiller investissement et retraite à la Caisse, se tiendra le lundi 1^{er} mars dès 19 h, à sa place d'affaires de Val-Bélair sise au 1095, boul. Pie XI Nord. Lors de cette soirée, les investisseurs présents pourront déterminer des sujets qu'ils souhaiteraient discuter en cours d'année afin de mieux comprendre l'achat de titres et d'améliorer leurs connaissances de l'analyse technique et fondamentale. Inscription par courriel à jean-philippe.riopel@desjardins.com ■



Photo Caisse populaire Desjardins du Piémont Laurentien

M. Jean-Philippe Riopel, conseiller investissement et retraite à la Caisse populaire Desjardins du Piémont Laurentien.

Place Notre-Dame

1875, rue Notre-Dame



André Boucher, CA	418 871-7698
Art-Style Coiffure	418 614-6816
Dollar Notre-Dame	418 861-9090
Jocelyne Bourdon, psychologue	418 872-5312
Les Cafés Europa	418 634-0777

Métro GP	418 872-6236
Nettoyeurs Net-Top 2005 inc.	418 780-8913
Pharmacie Proxim	418 864-7755
Restaurant Le Valentino	418 871-6032
Swann L'Ancienne-Lorette	418 877-5665

Le LORETTAIN

JOURNAL MUNICIPAL DE LA VILLE DE L'ANCIENNE-LORETTE



SAMEDI ET DIMANCHE LES 6 ET 7 FÉVRIER 2010

PARC DE LA RIVIÈRE
1315, RUE DES LOISIRS (HUTTE)
L'ANCIENNE-LORETTE

**Venez participer
en grand nombre
aux activités hivernales!**

POUR INFORMATIONS :
418 872-9811

info@ville.lancienne-lorette.org



Chères concitoyennes,
Chers concitoyens,
Chers festivaliers,

Bienvenue à la toute
première édition du
*Festival des neiges de
L'Ancienne-Lorette*.

Le Festival des neiges
est un nouveau concept
qui prend son envol
cette année. Il inclut
les activités qui se
déroulaient dans le cadre des « Plaisirs d'hiver » et
les activités du « Concours de sculpture sur neige ».

Que ce soit à titre de participant ou de spectateur,
c'est avec plaisir que nous vous invitons à venir
sur le site du parc de la Rivière afin de profiter des
plaisirs de l'hiver. Dans un site enchanteur, des
activités variées, telles promenade en traineau à
chiens ou de poney, hockey, patin, raquettes, ski
de fond, glissades, kermesse, structures gonflables,
spectacles, etc., vous sont offertes tout à fait
gratuitement.

Si vous avez une âme d'artiste, nous vous invitons à
participer au « Concours de sculpture sur neige ».

Le Festival des neiges de L'Ancienne-Lorette est
l'événement idéal pour rompre la monotonie de
l'hiver et aller jouer dehors.

Grands et petits, jeunes ou moins jeunes, nous vous
attendons donc en grand nombre!

Le maire de L'Ancienne-Lorette,

Emile Loranger
Émile Loranger, ing.

SAMEDI 6 FÉVRIER ET DIMANCHE 7 FÉVRIER 2010

Parc de la Rivière (1315, rue des Loisirs)
Section animation et activités sur le site

8h	Début du tournoi de hockey bottines	13h à 16h	Rallye dans les sentiers boisés 0-5-30 (point de départ sous le chapiteau) Venez parcourir les sentiers boisés du parc en répondant aux questions échelonnées tout au long du parcours. Prix de participation tirés parmi les participants.
9h	Début du « Concours de sculpture sur neige »	18h à 19h	(samedi seulement) Patin libre thématique « Saint-Valentin » Venez patiner accompagné (e) de votre valentin (e) sur l'anneau de glace au parc.
10h à 16h	- Promenade en traineau à chiens - Promenade de poney - Fermette - Structures gonflables - Mini-golf des neiges - Trottinettes des neiges - Hockey et patin libre - Raquette et ski de fond - Allée de curling - Glissade sur tubes spécialement aménagées pour l'occasion - Kermesse, olympiades et grands jeux organisés par nos animateurs - Clowns et mascottes - Glissade pour les tout-petits	19h à 20h	(samedi seulement) Marche aux flambeaux dans les sentiers boisés du parc.
Kiosques sur place: - Tire sur neige (\$) - Soupe gratuite offerte à tous - Maison des jeunes Le Repère sous le chapiteau			



Le samedi 6 février, l'Association des
gens d'affaires de L'Ancienne-Lorette
vous invite à visiter les commerçants de
la rue Notre-Dame qui, dans le cadre des
festivités du *Festival des neiges*, vous
ont préparé bien des surprises!

Pour l'occasion, une carriole conduite
par des chevaux vous fera découvrir
l'artère commerciale du centre-ville de
L'Ancienne-Lorette, une chance unique
à ne pas manquer!

ACTIVITÉS OFFERTES :

- Découvrez le volet commerçant des
sculptures sur neige et votez pour
votre coup de coeur.

- Participez au Rallye du commerçant
ambulante et vous pourriez gagner un
fabuleux prix. Les gagnants seront
nommés le dimanche 7 février sur
le site du parc de la Rivière.



1333, route de L'Aéroport
L'Ancienne-Lorette
418 871-7079



Boston Pizza – L'Ancienne Lorette
1345, route de l'Aéroport
418 614-9614



Fièvre d'appuyer les activités
sportives qui creusent l'appétit.



Livraison et Réservation :
Jules-Verne, 1550, rue Jules-Verne, Ste-Foy, 418-877-1234
Masson, 5720, boul. l'Ornière, Québec, 418-871-1234



La Ville de L'Ancienne-Lorette remercie
ses généreux commanditaires et partenaires

SAMEDI 6 FÉVRIER 2010

Parc de la Rivière (1315, rue des Loisirs)
Programmation sous le chapiteau

9h Lancement officiel du
« Concours de sculpture sur neige »



10h Heure du conte édition spéciale
Festival des neiges avec Mamouille Plume.
Toute la famille est invitée

11h Confection d'une murale sous la thématique
« L'hiver c'est cool »

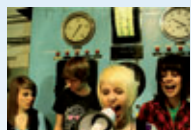
13h Spectacle pour toute la famille
Pas de chicane dans la cabane
(Théâtre pour enfants)



14h Concours de dessin pour enfants
Les plaisirs de l'hiver

15h Spectacle de Temps-danse

18h30 **Chansonnier Frédéric Matte**
Chansonnier bien connu dans la région de
Québec, Frédéric réchauffera l'atmosphère à
l'aide de son répertoire de chansons populaires
bien connu.



20h **Standing Waltz**
La jeune formation Standing Waltz
fera vibrer les planches de la
scène du festival en vous offrant
leurs pièces aux influences pop,
rock et new wave. Fort du premier
extrait *Cité phosphore*, Standing Waltz saura
vous en mettre plein la vue et les oreilles lors de
leur prestation.

21h30 Fin des activités sous le chapiteau

23h Fin du « Concours de sculpture sur neige »
pour aujourd'hui.

DIMANCHE 7 FÉVRIER 2010

Parc de la Rivière (1315, rue des Loisirs)
Programmation sous le chapiteau



9h à 10h
Une bonne crêpe de chez
Cora pour débiter la journée!

Le restaurant Cora de L'Ancienne-Lorette vous
offre **gratuitement** des crêpes au sirop d'érable
ainsi que du café et du jus tout juste avant le
spectacle pour enfants. Venez vous sucrer le bec!

10h Spectacle pour toute la famille
« Tacot-taxi »
(spectacle de marionnettes)



11h Atelier de fabrication de marionnettes

12h Fin du « Concours de sculpture sur neige »



12h45
**Spectacle de magie
par Nicolas Gignac,**
magicien professionnel.
Vous serez témoins de moments
inoubliables! Un heureux mélange
d'interaction, d'humour et d'agilité
vous attend à travers des numéros à
couper le souffle. Illusion ou réalité?
À vous de décider!

14h Annonce des vainqueurs
• « Concours de sculpture sur neige »
• Tournoi de hockey
• Concours de dessin et bonhomme de neige

14h30 Workout et bricolage

16h Fin des activités



Venez vous amuser en famille et bon festival!



**MAQUILLAGE
ET ANIMATION**
de 10h à 16h
sous le chapiteau
toute la fin de semaine

PAIEMENT DES TAXES MUNICIPALES

1^{er} versement : 26 fév. 2010
2^e versement : 28 mai 2010

PROCHAINE SÉANCE ORDINAIRE DU CONSEIL :

Mardi 23 février,
20 h

BIBLIOTHÈQUE Marie-Victorin

Voici les activités qui se dérouleront en février à la bibliothèque Marie-Victorin.

POUR INFORMATIONS COMPLÈTES SUR LES ACTIVITÉS, COMPOSEZ LE 418 641-6142, POSTE 4

ACTIVITÉS GRATUITES
Il suffit de se procurer un laissez-passer!

HORAIRE BIBLIOTHÈQUE MARIE-VICTORIN	
LUNDI :	FERMÉ
MARDI :	13 h 30 à 18 h 30
MERCREDI :	13 h 30 à 20 h 30
JEUDI :	13 h 30 à 20 h 30
VENREDI :	13 h 30 à 20 h 30
SAMEDI :	9 h 30 à 16 h 00
DIMANCHE :	9 h 30 à 16 h 00

ÉVEIL À LA LECTURE

Personnage créé pour les enfants, **Mamaiselle Plume** raconte avec intérêt et passion quelques-uns de ses albums préférés.



Bibliobébé

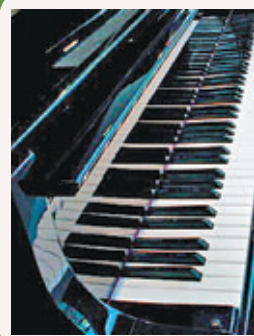
Deuxième de quatre rencontres :
Dimanche le 14 février à 9 h 30.
Inscription obligatoire au comptoir de prêt.
Places limitées.
Clientèle : 18 mois à 3 ans
Durée : 45 minutes

Heure du conte

Deuxième de quatre rencontres :
Dimanche le 14 février à 10 h 30.
Inscription obligatoire au comptoir de prêt.
Places limitées.
Clientèle : 3 à 5 ans
Durée : 60 minutes

Biblioconte

Deuxième de quatre rencontres :
Mardi le 16 février à 9 h.
Inscription obligatoire au comptoir de prêt. Places limitées.
Clientèle : 18 mois à 5 ans
Durée : 60 minutes



CONCERTS

7 et 21 février, 10 h 30 à 12 h

Café piano

Plongez dans vos souvenirs en écoutant ces airs d'autrefois, interprétés au piano par M. Jean-Guy Dufresne, résident de L'Ancienne-Lorette.
Entrée libre.

28 février, 11 h

Les 6-DS

Les 6-DS est un sextuor vocal, *a capella*, exclusivement féminin. Charmantes, les chanteuses du groupe vous convient à un spectacle original et chaleureux. Parfois humoristique, parfois sérieuse, leur musique gospel-jazz et traditionnelle vous fera vivre une heure inoubliable.
Laissez-passer disponibles dès le 20 février.
Clientèle : Adolescents et adultes
Durée : 60 minutes



RENCONTRE D'AUTEUR

16 février, 18 h 30

Rencontre avec Steve Proulx

Ceux qui connaissent cet auteur, journaliste et chroniqueur ne manqueront pas cette occasion de le rencontrer. Les autres découvriront un auteur à l'humour irrésistible et sa nouvelle série : *Le cratère*.

Laissez-passer disponibles dès le 6 février.

Clientèle : 10 à 99 ans
Durée : 60 minutes



CONFÉRENCE

2 mars, 19 h

Invitez les papillons à dîner chez vous



Pour embellir votre cour d'une façon originale, Daniel Gingras, entomologiste et biologiste, propose des plantes et des aménagements pour attirer les papillons. Une occasion en or d'en apprendre plus sur la biologie et le comportement de ces insectes.
Laissez-passer disponibles dès le 20 février.

Clientèle : Adolescents et adultes
Durée : 90 minutes



EXPOSITION

D'ici et d'ailleurs

Maisons, personnages et fleurs tout en douceur. Selon l'artiste Denyse Bergeron, « C'est chaque fois un plaisir et un défi de faire d'une toile blanche quelque chose qui fait plaisir à regarder ».

Du 9 au 28 février

ACTIVITÉ LITTÉRAIRE

Les amis du livre

Des rencontres pour partager le goût des livres.
Deuxième rencontre de la saison le 9 février à 13 h 30.

Lieu : Salle Victor-Laurin
Durée : 180 minutes



Le saviez-vous?

Zap Québec

Nous vous rappelons qu'il est possible d'accéder à l'internet sans fil avec votre ordinateur portable, et ce, tout à fait gratuitement, à l'intérieur des murs de la bibliothèque Marie-Victorin.

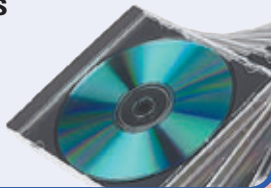
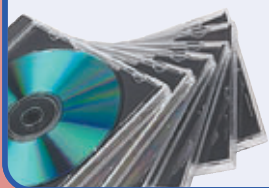
Musique à découvrir

Nous sommes heureux de vous annoncer que les abonnés de la bibliothèque ont maintenant accès à la collection de disques compacts tout à fait gratuitement. **Tous les disques sont gratuits, en tout temps.** Profitez-en pour redécouvrir des classiques ou vous mettre au goût du jour avec notre collection sans cesse croissante de près de 3 000 disques compacts.

Félicitations aux gagnants de l'édition 2009 de *Musique à découvrir* :

Gagnants de disques compacts

Mme Marie-France Dubé
Mme Julie Delisle
Mme Cheryl Douyette
Mme Nicole Genest
M. Bernard St-Hilaire



SERVICE du greffe

AVIS PUBLIC

DEMANDE DE DÉROGATION MINEURE

AVIS PUBLIC est, par les présentes, donné :

Que le conseil municipal de la Ville de L'Ancienne-Lorette statuera lors de sa séance ordinaire qui se tiendra le 23 février 2010, à 20 h, à la salle du conseil située à l'hôtel de ville de L'Ancienne-Lorette au 1575, rue Turmel, L'Ancienne-Lorette, sur la demande de dérogation mineure suivante :

- Propriété sise au 1788, rue de la Doucine, L'Ancienne-Lorette, lot 2 659 532 du cadastre du Québec : permettre une ouverture à la rue pour le stationnement de 7,4 mètres de largeur en lieu et place des 6,1 mètres autorisés par le règlement de zonage n° V-965-89;

Tout intéressé pourra se faire entendre par le conseil municipal de la Ville de L'Ancienne-Lorette relativement à cette demande au cours de la séance du 23 février 2010.

Donné à L'Ancienne-Lorette ce 3 février 2010
M^e Claude Deschênes, avocat

SERVICE *des travaux publics*

INTERDICTION DE STATIONNER

OPÉRATIONS DE DÉNEIGEMENT



Le stationnement est-il permis? Afin de permettre à un plus grand nombre de citoyens de stationner leur véhicule dans les rues durant la saison hivernale, la Ville de L'Ancienne-Lorette autorise le stationnement dans les rues en tout temps, SAUF... lorsqu'il y a opération de déneigement.

Évidemment, cette façon de faire exige que chaque citoyen se renseigne auprès de la Ville s'il est permis ou non de stationner dans les rues lorsque la température est incertaine en utilisant une des trois options suivantes :

1. Ligne info-déneigement : 418 872-9817;
2. Notre site Internet;
3. Par courriel.

DURÉE DE L'INTERDICTION

Les interdictions de stationner dans les rues pendant une opération de déneigement demeurent jusqu'à ce que celle-ci soit terminée, après l'enlèvement de la neige par la souffleuse.

SANCTIONS POSSIBLES

Les contrevenants verront la possibilité que leur véhicule soit déplacé et devront payer une amende, en plus de payer les frais de remorquage.

Les véhicules stationnés illégalement seront garés dans la même rue ou dans une rue avoisinante déjà déblayée. Les propriétaires pourront reprendre possession de leur véhicule sans aucune autre formalité, mais avec une contravention accolée au parebrise.



COLLECTE DES ENCOMBRANTS «MONSTRES»

La collecte s'effectue le **1^{er} lundi du mois.**

L'inscription est **obligatoire** par téléphone au 418 872-8450 **au plus tard le vendredi midi précédant la collecte.**

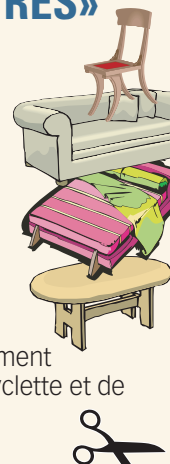
Les objets volumineux doivent être déposés à moins de 2 mètres du bord de la chaussée au plus tôt le soir précédant leur enlèvement, **au plus tard à 7 h le jour de la collecte.** Seuls les objets volumineux pouvant être déplacés par deux personnes seront ramassés.

Matériaux acceptés :

- chauffe-eau
- électroménagers
- matelas
- tapis
- meubles

Matériaux refusés :

- articles trop gros ou trop lourds pour être manipulés à bras d'homme
- bonbonnes de propane
- ciment, pierre, tourbe, terre, bois, souches, asphalte, pruche, sable et gravier
- débris de construction ou de terrassement
- pièces et carcasses d'auto, de motocyclette et de motoneige
- pneus



ENNEIGEMENT DES BORNES D'INCENDIE

Afin de pouvoir vous offrir un service contre les incendies des plus efficaces, le Service des travaux publics vous demande de ne pas enneiger les bornes d'incendie lors du déneigement de votre entrée de façon à ce que l'accès y soit rapide en cas d'urgence.



ÉCLAIRAGE DE RUES

Pour un éclairage adéquat des rues en tout temps...

Le Service des travaux publics demande votre collaboration afin de signaler toute défectuosité quelconque reliée au système d'éclairage de rues de manière à ce que le personnel puisse procéder rapidement aux interventions qui s'imposent.

Votre coopération est essentielle!

Communiquez avec nous au 418 872-8450.

ATTENTION À VOS POUBELLES ET À VOS BACS!

À l'arrivée de l'hiver, nous vous rappelons que vous ne devez en aucun temps placer vos poubelles ou bacs à ordures sur la voie publique.

Vous devez tout simplement placer ces derniers dans votre entrée d'auto afin de ne pas nuire aux opérations de déneigement. De cette façon, vos faciliteriez le déneigement de votre rue et protégerez, du même coup, vos poubelles et vos bacs contre tout dommage éventuel.



SERVICE *des loisirs*



Nous reconnaissons l'expérience acquise dans les autres camps de jour.

Nous vous prions de nous faire parvenir votre curriculum vitae par courriel à l'adresse suivante : diane.bilodeau@ville.lancienne-lorette.qc.ca ou encore par télécopieur au 418 641-6019.

ANIMATEUR OU ANIMATRICE PROGRAMME VACANCES-ÉTÉ 2010

Sommaire des responsabilités

- Participer à la préparation et à la réalisation du programme d'activités;
- Assurer l'animation et l'encadrement d'un groupe d'enfants.

Exigences

- Être étudiant (e) et poursuivre un programme d'études en vue de l'obtention d'un diplôme reconnu par le ministère de l'Éducation;
- Avoir au minimum 16 ans au 1^{er} juin 2010;
- Avoir de l'expérience en animation de groupe;
- Détenir de l'expérience dans les disciplines suivantes se veut un atout : arts plastiques, art dramatique, loisirs scientifiques et disciplines sportives;
- Participer à des activités de formation.

Qualités personnelles recherchées

- Sens des responsabilités et de l'organisation;
- Leadership, maturité et dynamisme;
- Créativité et initiative;
- Facilité à communiquer et à travailler en équipe;
- Désir et motivation à travailler auprès des enfants.

Conditions d'emploi

- Temps plein 40 h par semaine, de la mi-juin à la mi-août;
- Salaire selon expérience pertinente dans les camps de jour (de 10,25 \$ à 11 \$).

ANIMATEUR ACCOMPAGNATEUR OU ANIMATRICE ACCOMPAGNATRICE PROGRAMME VACANCES-ÉTÉ 2010

Sommaire des responsabilités

- Assurer l'encadrement d'un enfant ayant besoin d'accompagnement pour participer aux activités du camp;
- L'encadrement se fait ainsi : 1 accompagnateur avec 1 enfant ayant besoin d'accompagnement.

Exigences

- Être étudiant (e) et poursuivre un programme d'études en vue de l'obtention d'un diplôme reconnu par le ministère de l'Éducation;
- Être étudiant (e) en techniques d'éducation spécialisée ou en techniques de service de garde sera considéré comme un atout important;
- Avoir de l'expérience dans l'accompagnement d'un enfant sera considéré comme un atout;
- Avoir minimalement complété une année d'études au niveau collégial;
- Participer à des activités de formation.

Qualités personnelles recherchées

- Sens des responsabilités et de l'organisation;
- Grande maturité et sens de l'initiative;
- Désir et motivation à travailler auprès d'un enfant ayant des besoins particuliers.

Conditions d'emploi

- Temps plein 40 h par semaine, de la mi-juin à la mi-août;
- Salaire selon expérience pertinente dans les camps de jour (de 10,25 \$ à 11 \$).



PROGRAMME D'ACCOMPAGNEMENT * Programme Vacances-Été 2010

Nous désirons informer les parents dont les enfants ont besoin d'accompagnement en vue du Programme Vacances-Été qu'ils ont jusqu'au lundi 1^{er} mars 2010 pour présenter la candidature de leur enfant.

Pour ce faire, vous devez vous procurer les documents nécessaires à l'hôtel de ville de L'Ancienne-Lorette et nous les rapporter dûment remplis.

Il est à noter que les candidatures seront soumises à un comité d'évaluation. Cette mesure est mise en place afin de nous assurer de pouvoir répondre adéquatement aux besoins de votre enfant.

SERVICE des loisirs

Semaine de relâche
activités du 28 février au 5 mars 2010

	AMPHIGLACE	BIBLIOTHÈQUE MARIE-VICTORIN	POLYVALENTE DE L'ANCIENNE-LORETTE	PARC DE LA RIVIÈRE	MAISON DES ARTS ET DE LA CULTURE
DIMANCHE 28 FÉV.	Patinage libre 13 h à 14 h	Le concierge de bibliothèque avec les Marionnettes du bout du monde 13h30		Hockey et patinage libre 10 h à 22 h	
LUNDI 1^{er} MARS	Non disponible		Journée animée Sortie au cinéma Imax en PM 8 h à 16 h	Hockey et patinage libre 10 h à 22 h	
MARDI 2 MARS	Hockey libre 7-12 ans 15 h à 16 h 30	Gros plan sur les mammifères avec le Zoo de Granby 13h30 et 15 h	Atelier de DBL ball 10 h à 12 h Atelier d'escrime 13 h à 15 h	Hockey et patinage libre 10 h à 22 h	Atelier de création d'un tableau abstrait 10 h à 11 h 30
MERCREDI 3 MARS	Non disponible	La faune en dessin avec Métyvié 13h30	Sortie au Village Vacances Valcartier 8 h à 16 h	Hockey et patinage libre 10 h à 22 h	
JEUDI 4 MARS	Patinage libre 13 h à 14 h 18 h 30 à 19 h 30 Hockey libre 7-12 ans 12 h à 13 h	Atelier de confection tableau d'affichage 10 h et 11 h Atelier Boîte à trésor 13h30	Journée animée Sortie à l'École de Cirque de Québec en AM 8 h à 16 h	Hockey et patinage libre 10 h à 22 h	
 VENDREDI 5 MARS	Non disponible	Spectacle « La fabuleuse invention du professeur Zut » 13h30	Avant-midi animée Grands jeux extérieurs à la polyvalente et au parc de la Rivière 8 h à 12 h	Hockey et patinage libre 10 h à 22 h	Atelier de création de colliers 10 h à 11 h 30



DU 28 FÉVRIER AU 5 MARS

Les activités de la semaine de relâche se dérouleront du 28 février au 5 mars et vous sont proposées par le Service des loisirs de la Ville de L. Ancienne-Lorette, la bibliothèque Marie-Victorin et la Maison des arts et de la culture. Elles sont gratuites, à moins d'indication contraire.

COMMENT INSCRIRE VOTRE ENFANT
REPÉREZ LE SYMBOLE DEVANT L'ACTIVITÉ DÉSIRÉE

 Vous devez remplir un formulaire d'inscription, du 8 au 19 février, et le retourner à l'hôtel de ville au 1575, rue Turmel. Ces formulaires sont disponibles aux endroits suivants :
- Hôtel de ville
- Bibliothèque Marie-Victorin
- www.lancienne-lorette.org

 Laissez-passer obligatoires disponibles à la bibliothèque Marie-Victorin dès le 20 février

 Laissez-passer obligatoires disponibles à la Maison des arts et de la culture dès le 20 février

Aucune inscription par téléphone

Le nombre de places étant limité, la politique du premier arrivé, premier servi sera appliquée.

La Ville se réserve le droit d'annuler toute activité pour laquelle le nombre d'inscriptions est insuffisant.

Notez qu'aucun service de garde ne sera disponible avant et après les activités.

DIMANCHE 28 FÉVRIER

 **LE CONCIERGE DE BIBLIOTHÈQUE - 13 h 30**
Isaïe Tremblay est concierge dans une petite bibliothèque. Il époussette, balaie, nettoie avec un arsenal de chiffons, vadrouilles et savons. Cependant, Isaïe a une passion : les livres et, dès son ménage terminé, il plonge dans la lecture. Tout à coup, des personnages émergent des livres pour amener notre concierge à vivre une stupéfiante aventure. Avec les Marionnettes du bout du monde.
Clientèle 4 à 10 ans
Durée 90 minutes
Endroit Bibliothèque Marie-Victorin

LUNDI 1^{er} MARS

 **JOURNÉE DE TYPE « CAMP DE JOUR » - 8 h à 16 h**
SORTIE AU CINÉMA IMAX PRÉVUE EN PM.
Encadrés par les animateurs du Programme Vacances-Été, vos enfants vivront une journée remplie d'activités tripanes et variées.
Clientèle 5 à 12 ans
Endroit Polyvalente de L'Ancienne-Lorette (entrée porte # 13)
Coût 6\$
Apporter repas froid et deux collations
Limite de 45 participants

MARDI 2 MARS

 **ATELIER D'INITIATION AU DBL BALL - 10 h**
Le DBL ball, nouveau sport d'équipe ! Tu connais le soccer ? Tu connais le basket-ball ? Prêt pour un nouveau défi ? Au DBL ball, tu peux jouer avec tes mains et tes pieds pour compter un but. Au DBL ball, le jeu n'arrête jamais, tu es toujours dans l'action. C'est un sport jeune créé par des jeunes pour des jeunes ! Dépasse tes limites, viens jouer avec nous !
Clientèle 7 à 12 ans
Durée 2 heures
Endroit Polyvalente de L'Ancienne-Lorette (entrée porte # 13)
Apporter culottes courtes et espadrilles.

 **ATELIER DE CRÉATION - 10 h**
Découvre l'univers de l'art abstrait en créant un tableau tout à fait unique ! Atelier offert par madame France Fournel.
Clientèle 6 à 10 ans
Durée 90 minutes
Endroit Maison des arts et de la culture
Limite de 10 participants

 **ATELIER D'INITIATION À L'ESCRIME - 13 h**
L'escrime est une discipline olympique dont le but est de toucher un adversaire avec la pointe de son épée afin de marquer des points, et ce, en évitant de se faire toucher. Les entraîneurs du Club d'escrime L'Esquadra se feront un plaisir de vous faire découvrir ce sport dans un cadre extrêmement sécuritaire.
Clientèle 8 à 12 ans
Durée 2 heures
Endroit Polyvalente de L'Ancienne-Lorette (entrée porte # 13)
Apporter culottes courtes et espadrilles
Tout l'équipement nécessaire sera fourni pour la pratique de cette activité.

 **GROS PLAN SUR LES MAMMIFÈRES - 13h30 et 15h**
Ils sont plus de 4 000 et il y en a des grands, des petits, des poilus, des tout nus... Qui ça ? Les mammifères ! Ils sont champions dans l'art de s'adapter à la nature. Apprends à mieux les aimer et les protéger en comprenant comment ils vivent. Deux animaux en chair et en os seront présents ! Avec le Zoo de Granby.
Clientèle 5 à 8 ans, 13h30
9 à 12 ans, 15 h
Durée 60 minutes
Endroit Bibliothèque Marie-Victorin

MERCREDI 3 MARS

 **JOURNÉE DE TYPE « CAMP DE JOUR » - 8 h à 16 h**
SORTIE AU VILLAGE VACANCES VALCARTIER
TOUTE LA JOURNÉE
Encadrés par les animateurs du Programme Vacances-Été, vos enfants auront plaisir à dévaler les pistes enneigées du Village Vacances Valcartier.
Clientèle 5 à 12 ans
Endroit Polyvalente de L'Ancienne-Lorette (entrée porte # 13)
Coût 20\$
Apporter repas froid, 2 collations et ensemble de neige complet.
Limite de 45 participants

 **LA FAUNE EN DESSIN - 13 h 30**
Animé par Métyvié, cet atelier permettra d'apprendre à dessiner oiseaux et animaux à partir d'une technique simple basée sur les formes géométriques. Métyvié est bien connu au petit écran par ses participations à *Fais-moi un dessin !* et *Salut Bonjour ! Weekend*. Apporte bonne humeur, crayon et gomme à effacer.
Clientèle 5 à 12 ans
Durée 2 heures
Endroit Bibliothèque Marie-Victorin

JEUDI 4 MARS

 **JOURNÉE DE TYPE « CAMP DE JOUR » - 8 h à 16 h**
SORTIE À L'ÉCOLE DE CIRQUE DE QUÉBEC EN AM
Encadrés par les animateurs du Programme Vacances-Été, vos enfants vivront une journée remplie d'activités rocambolesques.
Clientèle 5 à 12 ans
Endroit Polyvalente de L'Ancienne-Lorette (entrée porte # 13)
Coût 14 \$
Apporter repas froid et deux collations
Limite de 45 participants

 **ATELIER DE TABLEAUX D'AFFICHAGE - 10 h et 11 h**
Confection d'un tableau d'affichage à ton goût, pour mettre en valeur souvenirs et réalisations.
Clientèle 5 à 12 ans
Durée 45 minutes
Endroit Bibliothèque Marie-Victorin

 **BOÎTE À TRÉSOR - 13 h 30**
Apporte une photo 4 X 6 et viens décorer une superbe boîte, parfaite pour cacher tes secrets ou emballer un cadeau bien spécial.
Clientèle 5 à 16 ans
Durée 60 minutes
Endroit Bibliothèque Marie-Victorin

VENDREDI 5 MARS

 **AVANT-MIDI DE TYPE « CAMP DE JOUR » - 8 h à 12 h**
ACTIVITÉS DE PLEIN AIR PRÉVUES SUR LES TERRAINS EXTÉRIEURS DE LA POLYVALENTE ET DU PARC DE LA RIVIÈRE.
Encadrés par les animateurs du Programme Vacances-Été, vos enfants profiteront à coup sûr des joies de l'hiver.
Clientèle 5 à 12 ans
Durée 4 heures
Endroit Polyvalente de L'Ancienne-Lorette (entrée porte # 13)
Apporter une collation et un ensemble de neige complet.
Limite de 45 participants

 **ATELIER DE CRÉATION - 10 h**
Viens créer ton collier à partir de matériaux recyclés ! Atelier offert par madame Louise Gagné.
Clientèle 6 à 10 ans
Durée 90 minutes
Endroit Maison des arts et de la culture
Limite de 12 participants

 **SPECTACLE POUR ENFANTS - 13 h 30**
La fabuleuse invention du professeur Zut
Le professeur Zut a inventé une machine qui joue de la musique et force les gens à danser. Pendant son absence, ses deux apprentis essaient la machine et en perdent le contrôle. À suivre... Avec Animagination.
Clientèle 3 à 12 ans
Durée 60 minutes
Endroit Sous-sol de la bibliothèque Marie-Victorin, salle Desjardins

COORDONNÉES
Hôtel de ville de L'Ancienne-Lorette
1575, rue Turmel
418 872-9811

Bibliothèque Marie-Victorin
1635, rue Notre-Dame
418 641-6142

Maison des arts et de la culture
1268, rue Saint-Paul
418 877-3517

AMPHIGLACE MARIO-MAROIS - FÉVRIER 2010
VILLE DE L'ANCIENNE-LORETTE

JOUR	DE	À	UTILISATEURS
LUNDI	13 h 30 15 h	15 h 16 h 30	PARENTS ET PETITS PATINAGE ADULTE
MARDI	15 h	16 h 30	HOCKEY LIBRE
MERCREDI	13 h 30 15 h	15 h 16 h 30	PATINAGE ADULTE HOCKEY LIBRE
JEUDI	13 h 15 h 18 h 30	14 h 30 16 h 30 19 h 30	PARENTS ET PETITS HOCKEY LIBRE PATINAGE LIBRE
DIMANCHE début le 24	13 h	14 h	PATINAGE FAMILIAL

PROGRAMMATION des loisirs ** RAPPEL ** • Hiver 2010

CONDITIONNEMENT PHYSIQUE EN PLEIN AIR — mamans et bébés

Reprenez la forme après un accouchement en participant à des séances de conditionnement physique avec poussette. Ces séances se composent d'une période d'échauffement cardiovasculaire et de marche variée. De plus, des exercices de musculation et d'étirements seront faits tout en prenant une bouffée d'air. Prévoir l'habillement en fonction de la température.

(Âge minimum et maximum : 1 mois et 12 mois)

Responsable : Rest'Actif, 418 834-7312

Durée : 12 semaines débutant le 9 mars 2010

Horaire : Mardi de 10 h à 11 h

Cout : Résident : 55 \$/non-résident : 68,75 \$

Endroit : POINT DE RENCONTRE À L'AMPHIGLACE MARIO-MAROIS, PARC DE LA RIVIÈRE

MATÉRIEL REQUIS PAR LA PARTICIPANTE : Tapis de sol

ASSOCIATION DE SOCCER DU MISTRAL LAURENTIEN (A.S.M.L.)

Cette association est responsable de l'organisation des activités de soccer sur son territoire pour tous les groupes d'âge.

Inscription

En personne en vous présentant avec tous les documents nécessaires.

Bureaux administratifs de l'Association de soccer : 1565, rue Turmel, L'Ancienne-Lorette

Sur les heures de bureau depuis le 18 janvier.

Heures de bureau disponibles sur notre site : www.mistrall Laurentien.com.

Notes

Les catégories sont contingentées. L'ordre de priorité sera considéré pour les inscriptions. Lorsque l'Association aura atteint son maximum de participants par catégorie, les inscriptions seront placées sur une liste d'attente.

Les inscriptions sont conditionnelles à l'implication d'entraîneurs bénévoles pour chacune des équipes.

Important : La fabrication des passeports de joueurs, entraîneurs et arbitres est faite par l'Association régionale de soccer de Québec et exige un délai de 10 jours ouvrables pour l'émission des passeports. Ces délais doivent être respectés.

Modalités de paiement

Les paiements par cartes de débit ou de crédit ou par chèque sont acceptés. Toutefois, l'organisme n'accepte pas les chèques postdatés. Les chèques devront être faits à l'ordre de l'Association de soccer du Mistral Laurentien.

Documents nécessaires à apporter pour l'inscription :

- Photo (5 cm x 4 cm) pour les jeunes de U-8 à sénior seulement;
- Preuve d'âge (apporter une pièce d'identité pour vérification seulement – ex. : certificat de naissance ou carte d'assurance maladie);
- Cartes de débit, de crédit ou chèque pour le paiement de l'inscription.

NOUVEAU et TRÈS IMPORTANT : Chèque pour le dépôt du chandail de 40 \$ daté du 1^{er} septembre 2010 (1 chèque par inscription).

Si les documents ci-dessus n'ont pas été remis ou présentés lors de l'inscription, celle-ci demeure en attente pendant 48 heures. Si l'information n'est pas transmise dans les 48 heures, l'inscription sera annulée et des frais administratifs de 15 \$ seront facturés au remboursement.

Remboursement

Toute demande devra être complétée en ligne dans la section « Politique de remboursement ». Les détails sur la politique sont publiés sur le site Internet de l'Association dans « Informations sur l'Association ».

Catégorie AA

Les joueurs intéressés à faire partie d'une équipe compétitive AA (U9 à sénior) doivent procéder à l'inscription avant le 19 mars en payant le montant de base (voir tableau ci-contre). Ensuite, ils pourront se présenter aux camps de sélection (voir horaire sur le site Internet). Si un joueur est sélectionné, un montant supplémentaire sera facturé directement à l'équipe représentant la différence des couts d'opération LSRQ-LSQM.

Cout supplémentaire AA : U9 à U14 : 40 \$; U15 à U18 : 45 \$

Conditions spécifiques

Les joueurs inscrits auprès de l'A.S.M.L. participent à plusieurs activités. Elles sont offertes dans deux secteurs soit « ALQL » pour les gens de L'Ancienne-Lorette et du quartier Laurentien (Champigny / Chauveau) et « VBC » pour les gens du secteur de Val-Bélair et de Courcellette. Vous pouvez participer aux activités dans le secteur de votre choix.

PROGRAMMES OFFERTS PAR L'ASML :

Vous trouverez tous les détails concernant nos programmes offerts sur notre site Internet à la section « ACTIVITÉS – ÉTÉ 2010 ». Nous avons des programmes pour les 4 à 7 ans, pour les 8 à 11 ans, 12 à 18 ans, séniors et adultes tant masculins que féminins.

Demandes spéciales concernant le regroupement de joueurs

Avec plus de 2 300 membres, aucune demande spéciale ne pourra être traitée, sauf pour des joueurs d'une même famille.

Camp de sélection AA

Invitation au camp de sélection de l'Association de soccer du Mistral Laurentien, équipes compétitives AA. Objectif : recruter les meilleurs joueurs. Les entraînements sont supervisés par des entraîneurs sélectionnés par le club. Pour le premier entraînement, arrivez 15 minutes avant l'heure prévue. Pour connaître l'horaire du camp, consultez notre site Internet.

Lorsque la sélection des joueurs sera terminée, l'association verra à facturer chaque équipe pour la différence du cout qu'occasionne la participation au AA.

Les frais liés à l'utilisation des plateaux pour le camp de sélection seront aux frais des équipes (s'il y a lieu).

Personnel recherché

Toute personne intéressée à occuper un poste d'entraîneur ou d'assistant-entraîneur est priée de donner son nom à Mathieu Sachel au 418 977-7228 ou par courriel : msachel@mistrall Laurentien.com.

Formation

L'association s'engage à fournir une clinique de formation à l'intérieur de son club. De plus, les entraîneurs seront assistés par un directeur technique et des adjoints.

Renseignements

Pour toutes informations, nous vous invitons à consulter notre site Internet : www.mistrall Laurentien.com.

Vous pouvez aussi nous joindre :

Par courriel : info@mistrall Laurentien.com

Par téléphone : 418 977-7228

Par la poste : 1565, rue Turmel, L'Ancienne-Lorette (Québec) G2E 3J5

En cas d'erreur dans les informations citées dans ce document, les informations se retrouvant sur le site Internet du Mistral Laurentien prévalent.

Association de soccer du Mistral Laurentien (A.S.M.L.) (L'Ancienne-Lorette, Champigny, Chauveau, Courcellette et Val-Bélair)			
Catégorie	Préalable Né en	Tarif	
		19 mars ou avant	À partir du 20 mars
U4F	2006	85 \$	100 \$
U4M	2006	85 \$	100 \$
U5F	2005	85 \$	100 \$
U5M	2005	85 \$	100 \$
U6F	2004	100 \$	115 \$
U6M	2004	100 \$	115 \$
U7F	2001	100 \$	115 \$
U7M	2001	100 \$	115 \$
U8F	2002	135 \$	150 \$
U8M	2002	135 \$	150 \$
U9F	2001	135 \$	150 \$
U9M	2001	135 \$	150 \$
U10F	2000	135 \$	150 \$
U10M	2000	135 \$	150 \$
U11F	1999	135 \$	150 \$
U11M	1999	135 \$	150 \$
U12F	1998	150 \$	165 \$
U12M	1998	150 \$	165 \$
U13F	1997	150 \$	165 \$
U13M	1997	150 \$	165 \$
U14F	1996	150 \$	165 \$
U14M	1996	150 \$	165 \$
U15F	1995	150 \$	165 \$
U15M	1995	150 \$	165 \$
U16F	1994	150 \$	165 \$
U16M	1994	150 \$	165 \$
U17F	1993	155 \$	170 \$
U17M	1993	155 \$	170 \$
U18F	1992	155 \$	170 \$
U18M	1992	155 \$	170 \$
Senior A	(1991 et avant)	210 \$	225 \$
Senior AA	(1991 et avant)	220 \$	235 \$
Adulte	(1980 et avant)		
Adulte AL féminin soccer à 7	(1980 et avant)	55 \$	70 \$
Adulte mixte mercredi	(1980 et avant)	55 \$	70 \$
Adulte mixte dimanche	(1980 et avant)	55 \$	70 \$
TARIF FAMILIAL		3 ^e enfant et + : 50 % de réduction sur le tarif habituel. La réduction s'applique aux montants les moins élevés.	



EXPOSITIONS À VENIR

Maison des arts et de la culture de L'Ancienne-Lorette
1268, rue Saint-Paul
418 877-3517

Heures d'ouverture : mardi au dimanche, de 13h à 17h

FÉVRIER

EXPOSITION
COLLECTIVE
Du 2 au 28 février

La poésie d'amour

ARTISTES, CRÉATEURS ET ÉCRIVAINS PARTICIPANTS

♥ HélèneCaroline Fournier ♥ LO ♥ Hélène Blanchet ♥ Anik Lachance ♥ Diane Paré ♥ Louise Durand-Caron ♥ Hélène Arteau ♥
♥ Patricia Cloutier ♥ Élisabeth Painchaud ♥ Xiang Dominguez ♥ Ingrid Pigeon ♥ Yan Pigeon ♥ France Lacroix ♥ Bernard Hild ♥
♥ Yves Pigeon ♥ France Fournel ♥ Valérie Allard ♥ Isabelle Leblanc ♥ Yvon Drouin ♥ Chantal Brunelle ♥ Yves Robert ♥
♥ Isabelle Lemelin ♥ Micheline Pruneau ♥ Manon Martel ♥ Lyne Lafontaine ♥

vernissage le samedi 6 février dès 13 h 30

FÉVRIER À AVRIL



INTIMEMENT PARAVENT
Créations de Lynda Ritchie

Du 2 février au 24 avril 2010
À l'étage de la Maison des arts et de la culture

J'ai voulu créer, avec l'installation des paravents, un lieu intime et propice à l'introspection. L'intégration des chaises invite le spectateur à s'asseoir pour mieux sentir ce moment particulier.

Le paravent devient un refuge où l'on peut s'isoler, se mettre à nu, se questionner, s'abriter, se parler, se transformer, se soustraire aux regards indiscrets pour mieux se définir ou tout simplement méditer sur nos états d'âme.

MARS



Nos cousins français

Muriel CAYET - Jean-Luc CURABET - Bernard HILD - LO
Bernadette MORA - Sylvie POTHIER - Yves ROBERT

EXPOSITION DU 2 AU 28 MARS 2010
VERNISSAGE LE VENDREDI 5 MARS 2010 À 17 H

Commissaire d'exposition: HeleneCaroline Fournier (agent d'artistes, commissaire et critique d'art)
www.artzoom.org - info@artzoom.org

CERCLE DE FERMIERES DE L'ANCIENNE-LORETTE

La RÉUNION MENSUELLE du Cercle de Fermières de L'Ancienne-Lorette aura lieu le mercredi 13 janvier 2010 à 19 h 30 au sous-sol de la sacristie de l'église Notre-Dame de l'Annonciation.

Bienvenue à toutes les dames intéressées.

Pour information : Louise Vachon au 418 872-8224 ou Lise Michaud : 418 872-4674



Les CFQ



CONFÉRENCE ST-VINCENT DE PAUL

La **Conférence St-Vincent de Paul de L'Ancienne-Lorette** tiendra, au mois de février, des marchés aux puces au 1305, rue de la Hutte, soit :

- **Mardi le 9 février de 18 h 30 à 21 h;**

- **Mardi le 23 février de 18 h 30 à 21 h.**

De plus, le département des meubles est ouvert : lundi, mercredi et vendredi de 8 h 30 à 10 h 30.



SERVICE D'ENTRAIDE COMMUNAUTAIRE RAYON DE SOLEIL



Le service d'entraide communautaire Rayon de Soleil est à la recherche de bénévoles habitant à L'Ancienne-Lorette ou dans les quartiers Chauveau et Champigny de Sainte-Foy et ayant quelques heures de disponibles pour véhiculer des personnes âgées à leurs rendez-vous médicaux ou pour des visites d'amitié ou du répit-gardiennage.

Exigences : Avoir un bon sens des responsabilités, de l'écoute, de la patience et de la discrétion (confidentialité).

Prière de contacter Rayon de Soleil au 418 871-7055.

25 ANS !



MAISON DES JEUNES LE REPÈRE

Dans le cadre du 25^e anniversaire de la Maison des Jeunes de L'Ancienne-Lorette, nous organisons une soirée retrouvailles dans le but de regrouper toutes les personnes ayant collaboré de près ou de loin au succès de notre ressource jeunesse. Cette soirée aura lieu le samedi 20 février 2010, et ce, dès 19 h à la salle Desjardins B de la bibliothèque Marie-Victorin, 1635, rue Notre-Dame à L'Ancienne-Lorette. Musique retraçant les succès des 25 dernières années, animations, breuvages et plusieurs surprises sont au programme pour la veillée. Si vous avez apporté du soutien ou avez fréquenté la Maison des Jeunes, il nous ferait grandement plaisir de vous compter parmi nous. Il suffit simplement de confirmer votre présence au plus tard le samedi 13 février 2010 par téléphone au 418 871-2819, par courrier au 1573, rue Turmel ou par courriel au mdjlerepere.intervenants@videotron.ca.

MOUVEMENT COUPLE ET FAMILLE

Le Mouvement Couple et Famille est présent à L'Ancienne-Lorette pour offrir aux couples et aux familles des activités leur permettant de se ressourcer et de passer du bon temps ensemble. Rallye, soupers thématiques, camping, glissades, soirées de ressourcement, voilà quelques-unes des activités à prix très abordable offertes par le Mouvement aux couples, aux familles, aux grands-parents et aux enfants de tout âge.

La prochaine activité : **glissades en famille le 28 février 2010!**

Venez vivre avec d'autres familles les plaisirs de l'hiver! Appelez Francine ou Yves au 418 628-8382 pour plus d'informations. Nous vous attendons.

Francine et Yves

Responsables du Mouvement



**CHEVALIERS DE COLOMB
CONSEIL 4246
ANCIENNE-LORETTE**

FÉVRIER 2010 Activités à venir

Mercredi le 3	19 h 30	Réunion de l'exécutif (directeurs seulement)
Mercredi le 10	19 h 30	Soirée d'information Pour les futurs candidats ou tous ceux qui seraient intéressés à devenir chevaliers Local des Chevaliers, porte n° 2
Mercredi le 17	19 h 30	Assemblée régulière mixte (conférencier)
Dimanche le 21	9 h	Petit déjeuner du Comité féminin
Mercredi le 24	19 h 30	Accueil au 1 ^{er} degré au Lac-Saint-Charles

Richard Desrosiers
Grand chevalier

1300, rue de la Hutte, C.P. 12, L'Ancienne-Lorette (Québec) G2E 2M2 • Tél. : 418 872-1383

CLUB CYCLISTE VÉLORETTE

Bilan de fin de saison, Club cycliste Vélorette



Le Club cycliste Vélorette a terminé sa saison de vélo sous une température des plus clémentes. En effet, les mois de septembre et d'octobre ont fourni l'occasion à plusieurs de ses membres de prolonger leur saison bien au-delà de la fin des activités cyclistes prévues au calendrier. Cette saison 2009, à l'instar des années précédentes, fut bien remplie et propice aux découvertes de toutes sortes. Décrivons quelques randonnées qui, parmi d'autres, firent le bonheur des participants.

Les parcours cyclistes dans la région de Lennoxville et Sherbrooke sont parmi

les plus beaux du Québec. Nous étions 38 cyclistes participants à sillonner les routes de North Hatley, Martinville, et autres belles contrées lors de la fin de semaine des Patriotes, en mai dernier. Une température maussade n'a pas eu d'effets perceptibles sur le moral de nos cyclistes aguerris.

Une randonnée dans les Bois-Francs, avec sacoches, avait réuni 24 courageux cyclistes qui, à partir de Québec, roulèrent vers Princeville et Deschaillons, du 3 au 5 juillet. Ils revinrent au bercail sous un ciel radieux, heureux d'avoir fourni les efforts nécessaires à cette randonnée.

Comme chaque année, une semaine de cyclotourisme clôturait les randonnées spéciales de notre club. La « Waterfront Trail », qui trace un parcours entre Niagara Falls et Rivière-Beaudette au Québec, a été choisie pour la beauté des points de vue sur le lac Ontario, et pour la facilité avec laquelle il est possible de rouler un 500 kilomètres bien balisé. Les 35 cyclistes qui ont participé à cette sortie n'oublieront pas de sitôt cette magnifique aventure, vécue sous un ciel clément et une chaude température.

Les membres du Conseil d'administration du Club cycliste Vélorette entendent bien développer une myriade d'activités tout aussi prometteuses pour l'année 2010. Déjà plusieurs projets sont posés sur la planche et mis en oeuvre depuis la rentrée, en janvier.

Nous remercions nos commanditaires : la Caisse populaire du Piémont Laurentien de L'Ancienne-Lorette, le député de La Peltre, monsieur Éric Caire et Sport Olympe, qui nous a offert une soirée VIP en début de saison, nous permettant ainsi de profiter de rabais appréciables. Un merci tout spécial va à la Ville de L'Ancienne-Lorette qui assume une partie des frais administratifs de notre organisation.

En attendant la prochaine saison de vélo, nous vous souhaitons une belle saison d'hiver 2010.

Daniel Therrien, Président du Club cycliste Vélorette.



chronique MENSUELLE
Les saines habitudes de vie

Les gagnants du concours 0-5-30 du mois de décembre dernier

En décembre dernier, une invitation à participer au concours 0-5-30 COMBINAISON PRÉVENTION vous a été lancée dans le cadre de cette chronique. Vous aviez à répondre à la question suivante : *Quelle est la signification de chacun des chiffres dans « Programme 0-5-30 COMBINAISON PRÉVENTION »?* La réponse est : **0 tabac, 5 fruits et légumes et 30 minutes d'activité physique**, et ce, à tous les jours évidemment.

Les heureuses gagnantes sont Diane Boucher, qui s'est mérité un certificat-cadeau de 50 \$ chez Sport Olympe, de même qu'Anne Audy et Estelle Blais qui ont toutes deux remporté un certificat-cadeau de 25 \$ à la Corne d'abondance.

Félicitations mesdames, et merci à tous les participants!

En cette nouvelle année, n'oubliez pas que février est le **Mois du cœur**. Pour plus d'informations, consultez le site de la Fondation des maladies du cœur au www.fmcoeur.com.

De plus, notez que le *Défi Santé 5/30 Équilibre*, de même que le *Défi J'arrête, j'y gagne!* reviennent en force cette année. Que vous ayez déjà de bonnes habitudes de vie ou que vous souhaitiez en adopter, les défis sont là pour vous motiver. Seul, en famille, en équipe avec des amis ou des collègues, inscrivez-vous avant le 1^{er} mars prochain sur www.DefiSante530Equilibre.ca ou sur www.defitabac.qc.ca et passez le mot!!!

**Défi Santé
5/30 Équilibre**

**Défi
J'arrête,
j'y gagne!**

Par Marie-Ève Dufour, kinésiologue
Agente de promotion de la santé
pour le programme 0-5-30 Combinaison Prévention
CSSS de la Vieille-Capitale

CLUB DES AÎNÉS DE L'ANCIENNE-LORETTE FADOQ

Bienvenue aux membres et non-membres

1741, rue Notre-Dame
L'Ancienne-Lorette - 418 871-3648

PROCHAINES ACTIVITÉS :

BIENVENUE AUX MEMBRES ET AUX NON-MEMBRES.

7 FÉVRIER 2010 (dimanche) 1^{er} GALA DE L'ANNÉE

SALLE DES AÎNÉS
Au 1741, rue Notre-Dame, à L'Ancienne-Lorette

12 FÉVRIER 2010 (vendredi) Soirée de danse de la SAINT-VALENTIN
à la salle des Aînés.

Pour information : tél. : 418 871-3648

LES VENDREDIS

SOIRÉE DE DANSE À TOUS LES VENDREDIS

Les portes ouvrent à 18 h 30 et la danse commence à 19 h 45 pour se terminer à 24 h. Un buffet est servi à 23 h. Prix d'entrée : 8 \$ membre / 10 \$ non-membre.

1^{er} DIMANCHE DE CHAQUE MOIS GALA DES AÎNÉS •

Gala musical à 11 h.
Danse de 13 h à 20 h 30, sous la direction de Michel Lambert.

P.S. : BÉNÉVOLES : Les personnes qui veulent faire partie des bénévoles qui œuvrent auprès des Aînés (es) de L'Ancienne-Lorette FADOQ afin de leur fournir tous les services qu'ils méritent, sont bienvenues et peuvent communiquer au 418 871-3648. (Mesdames Gaby Mailloux ou Élisabeth Goupil).



ASSOCIATION FÉMININE D'ÉDUCATION ET D'ACTION SOCIALE DE L'ANCIENNE-LORETTE

L'Association féminine d'éducation et d'action sociale de L'Ancienne-Lorette vous invite à venir célébrer la journée internationale des Femmes, le 5 mars prochain à 20 h. Notre invitée est : **Mme Claire Lamarche** qui a intitulé sa conférence : « **Le courage des Femmes du Québec** ».

Lieu : salle des Chevaliers de Colomb, 1300, rue de la Hutte.

Les cartes sont en vente au coût de 15 \$/conférence et goûter. Pour vous en procurer, communiquez avec : Anita au 418 877-0001; Huguette au 418 872-5850 et Line au 418 643-5801.

CLUB OPTIMISTE DE L'ANCIENNE-LORETTE



Activités à venir Février 2010

Dimanche 14 février – 9 h 30 : Déjeuner du Club, conférencier
Samedi 20 février – 19 h : Concours mini-star au collège Champigny (détails à venir via les écoles primaires et affiches)
Samedi 20 mars – 19 h : Gala « **Personnalité 2010** » à l'auditorium de la polyvalente de L'Ancienne-Lorette. (6^e édition)

Vous verrez des étudiants du secondaire de la polyvalente de L'Ancienne-Lorette et du collège de Champigny évoluer sur scène et essayer de décrocher le titre de « Personnalité de l'année ». Pour ce faire, les étudiants seront évalués sur chacun des 4 volets suivants :

- 1- Présentation personnelle;
- 2- Expression artistique;
- 3- Expression d'opinions;
- 4- Test de connaissances générales.

SPECTACLE À NE PAS MANQUER

Samedi 15 mai : Appréciation de la jeunesse (2^e édition). Détails à venir dans la prochaine édition.

POUR PARTICIPER AUX ACTIVITÉS OU DEVENIR MEMBRE DU CLUB OPTIMISTE :

Contactez Jacques Papillon, responsable du recrutement au : 418 977-4028 ou par courriel à jackpap007@hotmail.com

CONSEIL municipal

Maire	Émile Loranger	418 872-0104
Conseillers		
District Saint-Jacques (1)	Josée Ossio	418 872-9811
District Notre-Dame (2)	André Laliberté	418 864-7545
District Saint-Paul (3)	Louis Marcotte	418 872-1837
District Saint-Olivier (4)	Yvon Godin	418 871-7774
District Saint-Jean-Baptiste (5)	Sylvie Papillon	418 977-4028
District des Pins (6)	Sylvie Falardeau	418 872-6949
SERVICES MUNICIPAUX		
Direction générale	Serge Lapointe	418 872-9811
Direction des ressources humaines	Diane Bilodeau	418 872-9811
Service de la trésorerie	Donald Tremblay	418 872-9811
Service de l'urbanisme	Valérie Dubois	418 872-9811
Service des loisirs	Jacques-Alexandre Gravel	418 872-9811
Service des travaux publics	André Rousseau	418 872-8450
Service du greffe	Claude Deschênes, avocat	418 872-9811
Bibliothèque Marie-Victorin	Nicole Gauthier	418 641 6142
Amphiglace Mario-Marois		418 877 3273
Protection des animaux		418 840-1000
Comité consultatif d'urbanisme	Jean Bédard	418 872-7689

Organismes

Les organismes jouent un rôle prépondérant dans la vie sociale, culturelle et communautaire. Ils apportent une importante contribution à l'organisation et à l'animation des activités de loisirs pour tous les groupes d'âge. Ils sont le reflet du dynamisme du milieu.

ARTS ET CULTURE

Association des arts et de la culture	Isabelle Leblanc	418 877-3517
Club photo	Pierre Villeneuve	418 871-0885
Corps musical l'Odysée	Philippe Beaurivage	418 265-9387
Groupe Rythmoson	Jean Rivard	418 871-7679

www.rythmoson.com

Temps-Danse	Nathalie Robitaille	418 877-1536
Troupe de Théâtre les Grands enfants	Conrad Bélanger	418 809-7699
Société d'histoire de L'Ancienne-Lorette	Armand Labbé	418 871-4588

CLUBS SOCIAUX

Club Lions	Richard Dufour	418 872-0766
Club Optimiste	Michel Paquet	418 872-9984
Club Richelieu	Serge Alain	418 872-8985
Club Rotary	Fernand Lemay	418 871-1410

SOCIAL ET COMMUNAUTAIRE

A.F.E.A.S.	Anita Fontaine	418 877-0001
Apprenti de la couture	Claire Faucher	418 872-7690
Association des gens d'affaires	Manon Grenier	418 977-4007
Cercle de fermières	Louise Vachon	418 872-8224
Chantelait inc.	Véronique Chayer	418 877-5333
Chevaliers de Colomb	Richard Desrosiers	418 872-6784
Conférence Saint-Vincent de Paul	Henri Piolain	418 874-0101
Corp. de la chapelle Notre-Dame-de-Lorette	Lucie Savard	418 872-2172
Corps de Cadet 2846 Richelieu	Sylvain Martin	418 569-4692
Corps de cadets de l'air Escadron 921	Gérard Cormier	418 840-1350
Groupe Scout	Isabelle Rousseau	418 877-9387
La Maison des jeunes Le Repère	Jocelyn Richard	418 871-2819
Les Aînés de L'Ancienne-Lorette (FADOQ)	Georges Hamel	418 872-3307
Mouvement Couple et Famille	Francine Sylvain	418 628-8382
Service d'entraide Rayon de Soleil	Nancy Leclerc	418 871-7055

SPORT ET PLEIN-AIR

Association de Ringuette	Luc Tardif	418 877-1247
Association des sports de balles	Nathalie D'Amours	418 872-4414

www.vbal.qc.ca

Association de soccer du Mistral Laurentien	Steve Gauvin	418 977-7228
---	--------------	--------------

www.mistrall Laurentien.com

Club cycliste Vélorette	Daniel Therrien	418 407-9019
-------------------------	-----------------	--------------

www.velorette.com

Club de patinage artistique	Guy Paris	418 847-1684
Club de patinage sportif	Charles Thibeault	418 877-3504
Club de tennis	Gilles Gaudreau	418 872-1363

www.tennis-anc-lorette.ca

Hockey L'Ancienne-Lorette (H.A.L.)	Pierre Côté	418 864-7128
------------------------------------	-------------	--------------

www.halmustangs.qc.ca

Karaté Kyoshindo	Michelle Painchaud	418 871-7334
------------------	--------------------	--------------

www.karatekyoshindo.com

Ligue de pétanque de L'Ancienne-Lorette	Jean-Pierre Audet	418 663-6934
Tournoi national de hockey Bantam inc.	Robert Carrier	418 871-9027

www.thnbal.ca

ESCADRON 921 DE L'ANCIENNE-LORETTE



L'Escadron 921 de L'Ancienne-Lorette vous invite à une conférence de M. Yves La Roche. Ancien athlète de ski acrobatique, il fut le premier sauteur au monde à exécuter un triple saut périlleux, triple vrille, deux fois vainqueur de la Coupe du monde en saut acrobatique et deux fois médaillé d'argent au Championnat du monde et intronisé au Temple de la renommée.

M. La Roche nous parlera de son cheminement extraordinaire en témoignant de sa vie, ses motivations et de ses réussites. Une rencontre unique à ne pas manquer.

Conférence le 23 février 2010 à 19 heures au collège de Champigny, porte 7. Le coût est de 20 \$.

Pour inscription, laissez un message à l'attention de M. Guy André Lamontagne au 418 654-9210.



Yves La Roche



Une femme au coeur de l'action ... Claire Lamarche

MARIELLE T. ST-HILAIRE

Collaboration spéciale

L'Association féminine d'éducation et d'action sociale (Aféas) aura le grand bonheur de recevoir pour sa 6^e soirée de célébration de la Journée internationale des Femmes une femme exceptionnelle, Mme Claire Lamarche, animatrice et productrice de télévision québécoise. Après des études universitaires en sociologie, Claire Lamarche débute une carrière dans le domaine de l'enseignement. Quelques années plus tard, elle réoriente sa carrière vers la télévision, où elle oeuvre d'abord comme chercheuse. C'est ainsi que naît *Droit de parole*, une émission qui regroupe des personnes de différents horizons appelées à commenter des sujets d'actualité brûlante.

Sa carrière est bien lancée. Après sept saisons couronnées d'un succès populaire plutôt inhabituel pour la chaîne éducative québécoise, le réseau TVA lui offre d'animer une émission de services où elle trouvera véritablement sa voie. La formule de l'émission remporte un grand succès puisqu'elle permet aux invités d'exprimer leurs sentiments et leurs émotions, sous l'oreille attentive et discrète de l'animatrice. Elle remporte huit prix MetroStar entre 1991 et 2000.

Le réseau TVA évalue que durant ses années à l'antenne, Claire Lamarche a recueilli plus de 90 000 témoignages de Québécois et Québécoises. Elle est admise au Temple de la renommée de l'Association canadienne des radiodiffuseurs l'année suivante. Depuis quelques années, Claire Lamarche, anime des émissions spéciales, intitulées *Les Retrouvailles*, dans lesquelles elle tente de réunir des familles séparées par les aléas de la vie. Elle contribue, avec l'aide de ses chercheuses, à retrouver des personnes qui ne s'étaient plus revues depuis de nombreuses années. Ces émissions attirent plus d'un

million de téléspectateurs. En 2007, elle a lancé une nouvelle formule permettant de réunir employeurs et chasseurs d'emploi sur un plateau de télévision, dans une série d'émissions intitulée *La Chasse à l'emploi*. Elle a gagné de multiples prix et récompenses.

Nous vous invitons donc à venir souligner la Journée internationale des Femmes, avec L'Association Féminine d'Éducation et d'Action Sociale de L'Ancienne-Lorette, le 5 mars 2010 à 20 h. Venez rencontrer Mme Claire Lamarche, à la salle des Chevaliers de Colomb au 1300, de la Hutte à L'Ancienne-Lorette. Elle intitulera sa conférence : *LE COURAGE DES FEMMES DU QUÉBEC*. Ce sujet sera d'un grand intérêt pour son auditoire. Les cartes pour cet événement, au coût de 15 \$, sont disponibles en contactant les personnes suivantes : Mmes Huguette au 418 872-5850 - Anita au 418 877-0001 ou Line au 418 843-5801. ■



Gilles Falardeau,
Société d'histoire de
L'Ancienne-Lorette

8 février 1760

Un détachement de grenadiers français envoyé par le major général Dumas du Fort Jacques-Cartier, de la Point-aux-Trembles, rôde dans le voisinage du poste de Lorette. Le capitaine anglais, avec 25 rangers seulement, l'aperçoit s'éloignant avec du bétail. Quand ils se sentent découverts, les grenadiers prennent la poudre d'escampette de façon précipitée, sans tirer un seul coup de feu. Hazen les poursuit sur environ un mille en leur criant d'arrêter et de se battre. Puis, voyant qu'ils se dirigent vers un défilé, il se contente de récupérer le bétail et de le retourner à leurs propriétaires.

Pas besoin d'être riche pour s'offrir
LE PLUS BEAU!



À l'achat d'un espace au columbarium,
nous payons les deux taxes et/ou
à la signature de vos arrangements préalables
obtenez la crémation gratuitement.

Pour un temps limité.

Au moment de planifier vos dernières volontés, à prix égal,
offrez-vous le **Complexe Funéraire de la Cité!**

Nos portes vous sont toujours ouvertes.

Appelez-nous pour prendre rendez-vous.

Il nous fera plaisir de vous remettre gracieusement
notre recueil Mes volontés et confidences.



COMPLEXE FUNÉRAIRE DE LA CITÉ

Jean Guay et Gilbert Guay
Propriétaires

1600, avenue Le Gendre, Québec

418 658.1600

Sans frais : 1.877.685.1600

www.complexefunerairedelacite.com

Accessible par la sortie Le Gendre
via le boulevard Charest.

La Caisse populaire s'implique dans son milieu

YVON GIROUX

redaction@journ-al.ca

La Caisse populaire Desjardins du Piémont Laurentien s'engage encore dans sa communauté et dans le cadre de très nombreux projets. Dans un premier temps, les policiers de la section Intervention jeunesse et prévention du poste de l'arrondissement Sainte-Foy-Sillery Laurentien sensibilisent et informent les étudiants de la Commission scolaire des Découvreurs sur la cyberintimidation car c'est un phénomène émergent qui mérite une attention particulière. Il est opportun de consacrer un effort soutenu à cette problématique par une activité de prévention contemporaine, innovatrice et surtout, qui capte l'attention du public cible.

La Troupe PARMINOU, fortement expérimentée dans le domaine du théâtre d'intervention au Québec, a créé une pièce de théâtre interactive qui aborde la cyberintimidation. Cette pièce sera présentée à des élèves de 1re et 2e secondaire de la Commission scolaire des Découvreurs. La contribution de la Caisse du Piémont Laurentien qui s'élève à 3 625 \$ prévaudra pour les élèves de ces deux niveaux de la Polyvalente de L'Ancienne-Lorette, laquelle est sur le territoire de la Caisse.



Dans l'ordre sur la photo : M. Alain Poulin, sergent, intervention jeunesse et prévention, Mmes Helen Dion, capitaine, commandant adjoint, Danielle Châteauevert, conseillère en communication et M. Carl Lafontaine, directeur du développement, Théâtre PARMINOU.

La Caisse a remis une somme de 3 000 \$ à la Polyvalente de L'Ancienne-Lorette laquelle servira à récompenser les élèves qui auront persisté dans leurs engagements parascolaires ainsi que ceux qui se seront démarqués sur le plan académique. Encore cette année, plus de 500 élèves sont impliqués dans différents clubs sportifs et culturels de l'école.

Dans l'ordre sur la photo : Mmes Danielle Châteauevert, conseillère en communication à la Caisse et Chantale Bouchard, directrice adjointe 3e, 4e et 5e secondaire et responsable de la vie étudiante.



La Caisse a aussi remis 2 000 \$ à l'école primaire des Hauts-Clochers afin qu'elle puisse implanter un nouveau code de vie, visant à valoriser l'adoption des bons comportements chez les élèves. Divers renforcements positifs sont prévus afin d'aider, d'encourager et de soutenir les jeunes dans le développement de leur identité et de leurs habiletés sociales. Le thème retenu est «Arrosons les fleurs et non les mauvaises herbes». ■



Dans l'ordre sur la photo : Mmes Audrey Roy, 5e année, vice-présidente du conseil étudiant, Marianne Blouin, 5e année, représentante de classe, Catherine St-Hilaire, 6e année, représentante de classe, M. Gabriel Gagnon, 5e année, représentant, Mmes Érika-Joëlle Blouin, 6e année, représentante, Isabelle Prairie, technicienne en éducation spécialisée, Élodie Pelchat, 6e année, présidente, Joëlle Forgues, 6e année, représentante, Anne-Florence Dupuis, 6e année, représentante, Adélaïde Bélanger, 5e année, représentante, Danielle Châteauevert, conseillère en communication, Micheline Roberge, directrice par intérim. Absents sur la photo : M. Samuel Maltais, Mme Élisabeth Laroche et M. Samuel Bisson, 4e année, représentants de classe.

CLINIQUE DE PHYSIOTHÉRAPIE DE L'ANCIENNE-LORETTE

- Physiothérapie générale et sportive.
- Hydrothérapie : physiothérapie en piscine (eau à 90°F) avec exercices personnalisés.
- Soins à domicile pour une clientèle spécifique.

Cinq thérapeutes qui ont à coeur votre bien-être!

Approche personnalisée

Votre santé,
notre préoccupation!

CSST, SAAQ acceptées.



Les propriétaires,
Caroline Lambert, thérapeute en
réadaptation physique
Jacinthe Vaillancourt, physiothérapeute

418 872-3040

1417, rue Notre-Dame, L'Ancienne-Lorette

Toastmasters présente une activité portes ouvertes le 8 février

Depuis 85 ans, plus de 4 000 000 d'hommes et de femmes de tous âges et de toutes professions ont profité de la formation Toastmasters à travers le monde. Vous pouvez assister à une soirée spéciale porte ouverte le 8 février. Ça ne vous engage qu'à écouter quelques courts discours intéressants et bien préparés. Le Club Toastmasters des Ingénieurs se réunit les lundis soir de 18 h 35 à 20 h 30 à la salle des ateliers du Loblaw's de L'Ancienne-Lorette sur le boulevard Duplessis. Pour plus d'informations, communiquez avec Geneviève Caseault au 418 977-7611 ou consultez le site Internet www.ctiq.ca

Avez-vous déjà remarqué à quel point la manière de dire les choses a souvent plus d'importance que le message? Les mots que vous choisissez, votre attitude, le timbre de votre voix sont autant de facteurs qui influent le message que vous désirez livrer. Votre habileté à transmettre vos idées de façon intéressante, claire et appropriée contribue à votre qualité de vie. En ce début d'année, il s'agit d'une belle occasion qui vous est offerte d'apprendre à vous exprimer de façon crédible et convaincante, d'améliorer votre façon d'écouter les autres,

de vous bâtir de fortes habiletés en leadership pour ainsi vous ouvrir à de nouvelles avenues dans votre vie personnelle et professionnelle. ■



Dernier tour de piste réussi pour le Tournoi national Bantam de L'Ancienne-Lorette

(YG) La 31^e et dernière édition du Tournoi national de hockey Bantam de L'Ancienne-Lorette à se dérouler à l'Amphiglace Mario-Marais a remporté un autre très grand succès. Les quatre équipes championnes proviennent de la région de Québec-Chaudière-Appalaches. Les Seigneurs de Beaubourg dans la catégorie AA, les Diablos de DPR/CRSA dans la catégorie BB, les Alliés de Montmagny dans le CC et le Husky 3 de Chaudière-Ouest sont les grands gagnants de cette édition.

La 32^e édition se déroulera dans le nouveau Complexe sportif multidisciplinaire de L'Ancienne-Lorette du 6 au 16 janvier 2011. ■



La mise au jeu officielle de la 31^e édition du Tournoi national de hockey Bantam de L'Ancienne-Lorette. MM. Gervais Morrisette, de la Caisse populaire du Piémont Laurentien, Robert Carrier, président du tournoi, Mme Danielle Châteaufort, de la Caisse populaire du Piémont Laurentien, MM. Gilles Maheux, Secrétaire de Hockey Québec Chaudière-Appalaches, Yannick Rhéaume, représentant Mme Josée Verner, Député de Louis Saint-Laurent, Ministre des affaires inter-gouvernementales, Présidente du conseil privé et Ministre de la francophonie, Mme Sylvie Falardeau, représentante de la Ville de L'Ancienne-Lorette et maire suppléant, MM. Éric Caire, député de La Peltre et Jean Marois, directeur général de L'Entrepôt du Hockey.



L'équipe des Mustangs A de L'Ancienne-Lorette qui a participé au tournoi.



M. Gervais Morrisette et Mme Danielle Châteaufort de la Caisse populaire du Piémont Laurentien remettent un chèque d'une valeur de 1000\$ au président du Tournoi national de hockey Bantam de L'Ancienne-Lorette, M. Robert Carrier.

Clinique dentaire

Karine Bouchard & ass.

*Des soins professionnels,
un accueil chaleureux!*



Dre Karine Bouchard
dentiste généraliste



Dre Annye Laferrière
dentiste généraliste

*La technologie
pour encore mieux vous servir !!!*

- | | |
|---|--|
| ☐ Ablation des caries par air abrasion | ☐ Restauration informatisée en céramique (CEREC 3D) |
| ☐ Anesthésie locale électronique et gaz relaxant | ☐ Service d'extraction de dent de sagesse |
| ☐ Blanchiment des dents en une seule visite (LASER) | ☐ Traitement des gencives au laser |
| ☐ Caméra intra-buccale et laser Diagnodent pour examen | ☐ Appareil Velscope pour examen approfondi des tissus mous (détection précoce de lésion cancéreuse buccale) |
| ☐ Laser chirurgical | ☐ Radiographie numérique |
| ☐ Pose de véritables diamants | ☐ Zone de détente exclusive |

- ☐ Au deuxième étage du nouveau Jean Coutu de L'Ancienne-Lorette

- ☐ 6385, boul. Wilfrid-Hamel Suite 201
L'Ancienne-Lorette
QC G2E 5W2

418.871.7117

☐ www.mesdents.net

Du 1^{er} au 26 février 2010, les employeurs pourront déposer leur demande dans le cadre du programme Emplois d'été Canada. Cette initiative accorde une aide financière à des organismes à but non lucratif, à des employeurs du secteur public ainsi qu'à de petites entreprises du secteur privé comptant 50 employés ou moins qui créent des emplois d'été pour les étudiants.

Pour plus de renseignements, visitez le
www.servicecanada.gc.ca/eec2010

Josée Verner

L'HON. JOSÉE VERNER
LOUIS-SAINT-LAURENT
WWW.JOSEEVERNER.CA

Place d'Affaires Lebourgneuf
6655 boul. Pierre-Bertrand
Bureau 220
Québec (Québec) G2K 1M1

Tél. : 418 626-5522
Télec. : 418 626-5646

Les Soirées Palpitantes souligneront en grand les 40 ans de l'auditorium de la PAL

(YG) Les 300 personnes présentes lors de la soirée spéciale orchestrée les Soirées Palpitantes le 12 mars prochain dans le cadre des 40 ans de l'auditorium de la polyvalente de L'Ancienne-Lorette risquent de vivre des moments inoubliables. Des artistes issus des quatre décennies de l'histoire de l'institution offriront des prestations en musique, en théâtre, en cinéma, en exploration, en humour et bien sûr en danse. Des performances pour commémorer le tremplin artistique exceptionnel qu'a représenté cette école dans l'histoire culturelle de L'Ancienne-Lorette.

«En faisant des recherches pour retrouver des gens qui pourraient offrir des performances pour ce spectacle je n'ai rencontré aucun refus d'y participer. Les gens ont encore la polyvalente tatouée sur le coeur. C'est un peu comme les fantômes de l'ancien Forum. Nous aurons peut-être les nôtres le 12 mars prochain à 19 h 30», image le directeur artistique de cette soirée, l'enseignant M. Claude Brisebois.

La soirée prendra l'aspect d'un talk show du type Bons baisers de France animé par M. Jean-François Perron, lui aussi de la polyvalente qui entonnera une chanson d'Harmonium aux paroles modifiées pour l'occasion a-t-on pu apprendre en insistant. En musique, les spectateurs présents pourront apprécier le talent de René Dupéré, compositeur reconnu du Cirque du Soleil et ancien enseignant, le trio composé de Sélène Bérubé, Marjorie Fiset et Sébastien Hudon-Veilleux, Rythm-o-son sous la direction de Guy Paquet, Maritza Bossé-Pelchat, ex-académicienne, le réputé chef Mario Martel et Stéphanie Paquet.



Photo Yvon Giroux

Le directeur artistique de la soirée, l'enseignant M. Claude Brisebois.

En théâtre, Maxime Perron présentera un extrait de la pièce La déprime, de l'époque de l'enseignante Lucille Normand et un extrait de la pièce Les anges volent la nuit de l'époque de Claude Brisebois. En cinéma, David Paradis-Bédard, qui a déjà offert un de ses films lors d'une Soirée Palpitante, présentera un medley de ses réalisations de l'époque et actuelles. En humour, Gabriel Masson, un ancien de l'École nationale de l'humour, présentera un numéro. Et finalement en danse, Diane Roussel, devenue enseignante en danse, offrira une prestation.

Les billets au coût de 20 \$ seront en vente dès le début du mois de février à la billetterie des Soirées Palpitantes, sièges réservés. Un DVD de la soirée sera aussi vendu par la suite. «Nous allons devoir refuser des gens», termine M. Brisebois. ■

Une équipe de billard se couvre d'or à Ottawa

(YG) L'équipe de billard composée de MM. Charles Castonguay, Jean Bergeron, Steeve Barrette et Francis Crevier a remporté l'or lors du Ottawa 8-Balls Championship qui se déroulait au Tail Gator d'Ottawa du 14 au 17 janvier derniers. Une cinquantaine d'équipes s'y sont présentées dont 13 de la région de Québec. «Steeve Barrette et Francis Crevier ont livré des performances éblouissantes. Francis a de plus décroché les honneurs de la compétition individuelle», raconte le Loretain, M. Jean Bergeron. ■



Les grands gagnants de la catégorie or sont Charles Castonguay, Jean Bergeron, Steeve Barrette et Francis Crevier.

Des joueurs de baseball redonnent à la communauté

(YG) De jeunes joueurs de baseball des Pee Wee Red Sox de L'Ancienne-Lorette se sont joints de nouveau cette année aux nombreux bénévoles de la Conférence Saint-Vincent-de-Paul de L'Ancienne-Lorette afin de procéder à la traditionnelle distribution des paniers de Noël.

C'est au son des grelots et avec le sourire aux lèvres que ces jeunes athlètes ont distribué des voeux et des paniers remplis de denrées. C'est maintenant une tradition pour ces jeunes de supporter, à tous les ans, le président de la Conférence St-Vincent-de-Paul, M. Henri Piolain et ses bénévoles lors de cette opération qui apporte tant de bonheur. ■



MM. Louis Perron, Ron Pugh, Benoît Julien, James Pugh, Philippe Perron, Henri Piolain et Francis Julien.

SYL'ART S'OFFRE UNE NOUVELLE IMAGE POUR 2010

Faites comme nous et revitalisez votre image pour la nouvelle année



Publicité
Photo
GRAPHISME
planification
STRATÉGIQUE
MULTIMÉDIA
OBJETS
PROMO

laissez votre trace...

SYL'ART
communication
SYLART.COM
418 407-4763

Le député, Éric Caire, invite les résidents et les commerçants à **réaliser un bonhomme de neige** sur leur terrain les 6 et 7 février prochain.

Conviez votre famille, amis et employés à participer à cette activité hivernale dans le cadre du Festival des neiges. Utilisez d'imagination et fabriquez-le en carton, en bois, en tissus ou autre.



Pour concourir, vous n'aurez qu'à prendre une photo de votre bonhomme, y inscrire vos coordonnées et venir la déposer dans la boîte prévue à cet effet sur le site du Parc des Rivières. Le tirage s'effectuera le 7 février à 14 heures. Le gagnant se méritera un prix de participation offert par votre député.

Sortez vos mitaines, chapeau, foulard et décorez votre bonhomme au gré de votre fantaisie!



ÉRIC CAIRE
Député de La Pêtrie



5121, boulevard Chauveau Ouest, bureau #201
Québec (Québec) G2E 5A6
418 877-5260
ecaire-lape@assnat.qc.ca
www.ericcaire.qc.ca

La pratique du karaté lui redonne la forme

(YG) En septembre 2007, Luc Godin, alors âgé de 46 ans, fait le constat de sa triste condition physique. Pendant près de 20 ans, ce conseiller en gestion n'exécute aucun exercice physique, fait de l'arthrose dans la région lombaire, néglige son alimentation et, graduellement depuis l'âge de 40 ans, commence à prendre du poids, passant de 165 livres à 187 livres en seulement six années. Les résultats de ses tests sanguins constituent l'élément déclencheur.

« Mes taux de triglycémie et de mauvais cholestérol ne cessaient de monter depuis 1999. En 2007, mon médecin me lance alors un sérieux avertissement, car, combiné au taux de mauvais cholestérol, je commençais à avoir des signes d'une personne qui serait candidate à des maladies cardio-vasculaires ». Il décide donc de s'inscrire aux cours de karaté de l'école Kyoshindo de L'Ancienne-Lorette, car ses filles y ayant suivi des cours pendant plusieurs années, il connaissait la qualité du programme de cette école.

Après une année complète, ses taux de triglycémie et de mauvais cholestérol ont grandement chuté et il affiche une perte de poids de cinq livres. « Outre le professionnalisme des instructeurs, ce que j'aime de cette école de karaté, c'est l'immense respect pour les personnes, quelle que soit leur condition physique. Le sensei a ce don de nous pousser au maximum de nos limites. »

En août 2008, il passe un test du VO2 max qui s'établit à 37,9 soit une mesure supérieure à celle de 33,40 observée sur des individus affichant des caractéristiques

physiques et d'âge similaires. Et en décembre 2009, ce candidat à la ceinture brune est fier de relater que son poids se situe à 175 livres. « Non seulement mon poids a-t-il descendu, mais j'ai beaucoup plus d'endurance et je suis capable de suivre la plupart des exercices qui demandent de l'effort à la région lombaire. Mais plus encore, ma concentration au travail a sensiblement augmenté. Mon travail exige de comprendre rapidement des opérations complexes et des situations difficiles. Je remarque une très grande amélioration sur cet aspect. »

« Le programme du club de karaté Kyoshindo de L'Ancienne-Lorette commence toujours par un réchauffement complet qui dure pas moins de 30 minutes. Nos muscles, ainsi réchauffés, sont alors aptes à la pratique du karaté et aux mouvements exigés pour l'apprentissage des différents niveaux de ceintures. Grâce à ce programme, j'ai retrouvé la forme et j'ai la ferme intention de la conserver pour très longtemps. Comme ça, je pourrai suivre mes filles plus longtemps. »

Luc Godin a deux filles qui pratiquent le karaté depuis plusieurs années. Ève, 15 ans, a obtenu sa ceinture noire en juin dernier après plus de six années d'effort. Elle enseigne l'art du karaté aux bouts de chou, le samedi matin depuis déjà quelques années. De son côté Janick, 9 ans, a obtenu le niveau de ceinture orange en décembre 2009; il faut dire qu'elle a commencé à l'âge de 5 ans. Ève fait même pratiquer son paternel à l'occasion le samedi matin afin de l'aider à ce qu'il reçoive sa ceinture brune au printemps. ■



Janick, Ève et Luc Godin suivent le programme du club de karaté Kyoshindo de L'Ancienne-Lorette.

Laurence Vézina récolte une médaille en Belgique

(YG) La toute première compétition internationale en natation de la jeune Laurence Vézina s'est soldée par une médaille d'argent. C'est grâce à une solide performance de l'équipe du Québec à Kortrijk que la Loretaine est revenue avec cet excellent résultat. Son équipe se mesurait à plusieurs autres pays dont la Belgique, l'Autriche, l'Allemagne et la République tchèque. Ce fut une expérience enrichissante à plusieurs niveaux pour la jeune athlète, une occasion de rencontrer d'autres cultures et de contacts avec d'autres langues et des techniques d'enseignement différentes. ■



KÉNO
LE CAMP-VACANCES

www.campkeno.com
418 872-9949



Des nouvelles de la Caisse populaire Desjardins du Piémont Laurentien

Février 2010

CELI et REER

Comment y voir clair?



SYLVIE BÉLANGER, B.A.A.
Directrice, Gestion des avoirs

Depuis janvier 2009, le compte d'épargne libre d'impôt (CELI) permet aux personnes âgées de 18 ans et plus de placer jusqu'à 5000 \$ par année dans un compte enregistré, à l'abri de l'impôt.

À la différence du régime enregistré d'épargne-retraite (REER), les sommes investies dans le CELI ne sont pas déductibles d'impôt. Par contre, les gains en capital, les revenus de placement et les retraits ne sont pas imposables.

Le CELI est particulièrement intéressant dans les situations suivantes :

- vous avez atteint votre limite de cotisation annuelle au REER;
- vous ne possédez pas ou vous n'avez plus de droits REER inutilisés;
- vous avez plus de 71 ans, soit l'âge limite pour cotiser à votre REER;
- vous avez des épargnes hors REER et vous voulez accumuler de l'argent à l'abri de l'impôt pour un projet particulier.

Prenons un exemple concret afin d'illustrer les avantages du CELI :

Vous avez besoin de 20 000 \$ pour rénover votre cuisine.

- Avec le CELI, vous n'avez qu'à retirer le montant dans votre compte sans payer d'impôt. Plus tard, vous pourrez remettre ce même montant dans votre CELI.
- Si vous puisez dans votre REER, en fonction de votre taux marginal d'impôt, vous pourriez devoir retirer jusqu'à 37 000 \$ pour payer vos rénovations en raison du coût de l'impôt. Et vous aurez perdu vos droits de cotisation.

Le REER permet plus qu'une simple économie d'impôt

La déduction REER procure d'abord et avant tout une économie d'impôt calculée selon votre taux marginal d'imposition (entre 29 % et 48 %, selon votre revenu imposable).

Mais comme cette même déduction réduit votre revenu net fiscal, cela permet de

profiter de certains crédits d'impôt et programmes sociaux dont le calcul est directement lié à ce revenu net fiscal individuel ou familial (pour les couples).

Ainsi, tant que ce revenu net n'est pas abaissé à 30 345 \$ en 2009, vous pouvez profiter, selon votre situation, des avantages additionnels provenant des programmes et crédits suivants :

- paiement de soutien aux enfants du Québec et prestations fiscales canadiennes pour enfants;
- crédits de TPS et de TVQ;

- remboursement d'impôts fonciers du Québec;
- crédit québécois pour frais de garde d'enfants;
- montant accordé pour personne vivant seule ou avec des enfants à charge;
- crédit pour revenus de pension;
- crédit pour personne de 65 ans et plus.

Il faut garder à l'esprit qu'un retrait de votre REER aura l'effet inverse, puisqu'il augmentera votre revenu net.

Le tableau ci-dessous vous aidera à différencier les deux véhicules financiers que sont le CELI et le REER.

	CELI	REER
Âge limite	Aucun	L'année de votre 71 ^e anniversaire.
Maximum de cotisation	5 000 \$ en 2009 et 5 000 \$ en 2010	18 % du revenu gagné l'année précédente jusqu'à concurrence de 21 000 \$ en 2009 et de 22 000 \$ en 2010.
Cotisations déductibles du revenu imposable	Non	Oui
Retraits	Non imposables	Imposables
Revenus de placement imposables	Non	Non
Incidence des retraits sur les programmes sociaux	Aucune incidence.	Les retraits s'ajoutent au revenu imposable.
Ajout des retraits aux droits de cotisation	Oui. Les montants des retraits admissibles s'ajoutent aux droits de cotisation de l'année suivante.	Non
Cotisation au compte du conjoint	Non. Par contre, les fonds que vous donnez à votre conjoint pour cotiser à un CELI ne sont pas assujettis aux règles d'attribution.	Oui. C'est le cotisant qui profite de la déduction dans le calcul de son revenu imposable même s'il n'est pas le bénéficiaire.
Imposition au décès	Non. Les sommes accumulées au moment du décès peuvent être transférées au conjoint sans impact.	Oui. Sauf en cas de roulement au conjoint ou à un enfant mineur ou handicapé.
Cotisation excédentaire	Non	Oui. Maximum de 2 000 \$.

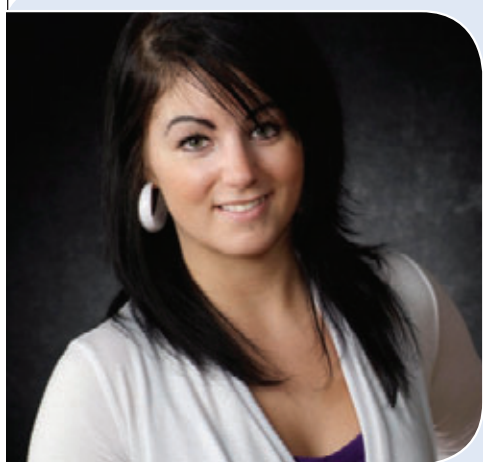
Afin d'obtenir une stratégie personnalisée et de bien savoir quel véhicule de placement convient le mieux à votre situation, venez rencontrer l'un de nos experts en placement.

Et rappelez-vous que la date limite pour cotiser à votre REER est le 1^{er} mars 2010.



Desjardins
Caisse populaire
du Piémont Laurentien

Des outils adaptés aux étudiants et aux jeunes professionnels



STÉPHANIE CHAREST
Conseillère clientèle jeunesse

Les conseillères clientèle jeunesse de la Caisse ont plus d'un tour dans leur sac pour répondre aux besoins spécifiques des étudiants et des jeunes professionnels.

Plusieurs offres de service distinctes sont faites sur mesure pour répondre à leurs besoins d'épargne, de financement et de transactions, à des coûts et à des taux d'intérêt concurrentiels.



AUDREY GÉLINAS
Conseillère clientèle jeunesse



CYNTHIA FRADETTE
Conseillère clientèle jeunesse

Informez-vous auprès de nos conseillères clientèle jeunesse afin d'en profiter au maximum.

La Caisse populaire Desjardins du Piémont Laurentien se distingue en informant sa clientèle jeunesse par des conférences

En 2009, la Caisse a innové en créant le Groupe Force Jeunesse, destiné aux jeunes âgés de 18 à 30 ans. Différentes rencontres et conférences, tenues en 2009, nous ont permis de mieux comprendre les besoins et les attentes de cette clientèle.

En 2010, la Caisse invite à nouveau ses membres jeunesse à assister à des conférences qui pourront les aider à découvrir les astuces, les produits et les services qui leur faciliteront la vie tout en leur permettant de faire des économies. Ces conférences se tiendront à notre place d'affaires de Val-Bélair soit au **1095, boul. Pie-XI Nord, en formule 5 à 7.**

Calendrier des conférences jeunesse « 7200 secondes de conseil\$ »

- Mardi 30 mars
Épargner, faire fructifier son argent
- Mardi 18 mai
À prévoir avant de partir en voyage
- Mardi 21 septembre
L'importance d'une bonne cote de crédit - Trucs pour économiser
- Mardi 26 octobre
Épargner pour acheter sa 1^{re} maison

La Caisse procédera au tirage de prix de présence lors de ces conférences. Les inscriptions peuvent se faire directement sur la page **Facebook** de la Caisse populaire Desjardins du Piémont Laurentien, par courriel à stephanie.n.charest@desjardins.com ou par téléphone au **418 871-8038, poste 272.**

Une invitation à ne pas manquer!

Agenda communautaire secteur L'Ancienne-Lorette

Février 2010

Du 2 au 28 février

La Maison des arts et de la culture de L'Ancienne-Lorette accueille une exposition collective ayant pour thème la poésie d'amour.

Heures d'ouverture de l'espace galerie du mardi au dimanche de 13 h à 17 h. Le vernissage se tiendra le samedi 6 février à compter de 13 h 30 au 1268, rue Saint-Paul.

Du 2 février au 24 avril

La Maison des arts et de la culture de

L'Ancienne-Lorette accueille l'exposition Intimement paravent de Lynda Ritchie. Ouverture du mardi au dimanche entre 13 h et 17 h au 1268, rue Saint-Paul. Pour information : Isabelle Lemelin 418 877-3517.

Vendredi 5 février à compter de 19 h

Disco avec DJ Boris à la Maison des jeunes Le Repère pour les 10 à 14 ans. Coût : 2\$. Lieu : 1573 Turmel. Information : 418 871-2819.

Le Groupe vocal Rythmoson recrute

(YG) Le Groupe vocal Rythmoson de L'Ancienne-Lorette est présentement en période de recrutement pour leur prochain spectacle prévu en décembre 2010. Ils chantent et dansent sur de la musique populaire. Il y a une légère cotisation annuelle. Les pratiques ont lieu les mardis soirs de 19 h à 22 h ainsi que le dernier lundi du mois. Pour informations vous pouvez communiquer avec Nadia au 418 840-9223 ou Alain au 418 999-7702.

Le Journal recrute des sous-traitants

Journal.ca inc., qui regroupe plusieurs titres dont le Journal de L'Ancienne-Lorette, est en pleine phase d'expansion. Voilà pourquoi nous sommes à la recherche de professionnels intéressés à collaborer à son développement. Voici les postes qui seront bientôt à combler :

le JOURNAL de L'Ancienne-Lorette
Le Journal d'information | www.journ-al.ca

le JOURNAL de Saint-Augustin
Le Journal d'information | www.journ-al.ca

le JOURNAL de Val-Bélair
Le Journal d'information | www.journ-al.ca

le JOURNAL de Sillery-St-Louis-de-France
Le Journal d'information | www.journ-al.ca

- Représentant publicitaire;
- Journaliste;
- Infographiste;
- Un distributeur pour la livraison des journaux pour une clientèle particulière.

Si vous êtes intéressés par l'un ou l'autre de ces postes, veuillez signifier votre intérêt par l'envoi de votre curriculum vitae à l'adresse info@journ-al.ca en mentionnant le titre du poste qui vous intéresse.

Samedi 6 février

L'AGAAL vous invite au Rallye du commerçant ambulant.

Les Loretains seront invités à participer à un jeu d'indices chez les membres participants de l'AGAAL. Les participants doivent se procurer les formulaires chez les commerçants participants avant l'événement. Animation à l'intérieur et à l'extérieur des commerces. Tour de carriole sur l'artère commerciale.

Samedi 6 février et dimanche 7 février

Festival des neiges de L'Ancienne-Lorette au Parc de la Rivière, 1315 rue des Loisirs. Animation et activités pour tous sur le site.

Samedi 6 février et dimanche 7 février

Paroisse Notre-Dame-de-l'Annonciation de L'Ancienne-Lorette, visite de monseigneur l'Archevêque de Québec Monseigneur Marc Ouellet.

L'Archevêque sera présent aux célébrations de 16 h le samedi, 8 h 45, 10 h et 11 h 15 le dimanche.

Samedi 20 février

Soirée retrouvailles des 25 ans de la maison des jeunes de L'Ancienne-Lorette. Pour réserver votre place ou pour plus d'information téléphonez au 418 871-2819.

À compter du mardi 23 février

Nouvelle exposition à la Salle L'Ardoise du 5121 boulevard Chauveau ouest #201. Heures d'ouverture : de 8 h 30 à 16 h 30 du lundi au vendredi. Information : 418 877-5260.

Le club Rotary vous informe que les billets de la Maison Tanguay au profit de la fondation sont disponibles auprès des membres du Club

Vous pouvez visiter de façon virtuelle la maison en parcourant le site www.micasa.ca/maisonanguay. N'oubliez pas aussi le télé bingo dont les profits seront remis aux bonnes œuvres du Rotary, les dimanches entre 10 h et 11 h à Télémag. Carte au coût de 5\$ en vente dans les commerces du secteur de L'Ancienne-Lorette. Pour information : Nancy Francoeur 418 626-1125.

Heures d'ouverture de la Maison des jeunes Le Repère

Du mardi au jeudi de 18 h à 23 h. Le vendredi de 18 h à 23 h et le samedi de 14 h à 17 h et de 18 h à 23 h. Information : 418 871-2819.

Vous recherchez une activité qui sort de l'ordinaire,

vous êtes âgés entre 12 et 18 ans, vous aimez le plein air, le sport ou la musique, le Corps de cadets 2846 Richelieu L'Ancienne-Lorette vous attend! Pour relever des défis, venez nous rencontrer les vendredis soirs au Pavillon St-Charles de l'école des Hauts-Clochers entre 18 h 30 et 21 h 30. Aucun frais d'inscription ne sera demandé et l'uniforme vous sera fourni gratuitement. Information: sylvainmartin@hotmail.com

Cette liste est établie en collaboration avec le bureau du député du comté de La Peltre, M. Éric Caire. Si vous souhaitez que l'activité de votre organisme soit inscrite à cet agenda ou sur le site Internet du député, vous pouvez communiquer avec Mme Isabelle Germain, directrice de bureau et attachée politique de M. Éric Caire, au 418 877-5260.



Les grains entiers...

Nous entendons souvent dire que de consommer plus de grains entiers dans notre alimentation serait bénéfique pour nous. Mais, pourquoi et comment réaliser ceci de façon concrète dans notre vie de tous les jours ?

Tout d'abord, le Guide alimentaire canadien recommande de manger jusqu'à 8 portions de produits céréaliers par jours selon nos besoins. Il est aussi conseillé d'ajouter des grains entiers dans notre alimentation, car la plupart des enfants et des adultes n'en consomment tout simplement pas suffisamment dans une journée. Ces derniers pourraient nous aider à prévenir certaines maladies comme les maladies cardiovasculaires, le diabète et différents types de cancer. De plus, ils nous aident à obtenir un meilleur fonctionnement de notre intestin (il faut penser de boire beaucoup d'eau lorsque l'on ajoute des grains entiers à notre alimentation) donc, préviennent la constipation et joueraient aussi un rôle dans le contrôle de notre poids.

Mais, sommes-nous certains de bien connaître ce que signifie la mention « grain entier », ce dernier doit être complet et doit avoir toutes les parties (3) du grain soit : la couche externe (le son), le milieu (endosperme) et l'interne (le germe). Chaque partie du grain est importante et a son utilité. Vous pouvez consommer les grains entiers, concassés ou tout simplement moulus. Aussitôt que l'on enlève une ou plusieurs parties du grain, nous ne sommes plus en présence d'un grain entier. Si la seule partie utilisée est l'endosperme, nous sommes en présence d'un produit raffiné. Il

a donc perdu une bonne partie de sa valeur nutritive. Les grains entiers sont donc plus savoureux, plus nutritifs et plus riches en fibres donc plus complètes.

Concrètement, il est facile d'intégrer des grains entiers à notre alimentation il suffit de penser variété. À la place du riz blanc, nous pouvons penser introduire le riz brun, le quinoa, le couscous, le millet et le boulgour. Nous pouvons aussi varier nos céréales en optant pour une sorte qui contient des grains entiers, en changeant notre pain blanc par un pain de blé, d'épeautre, d'avoine, de seigle ou tout simplement un bon pain multi grains. Il est aussi possible de changer nos pâtes alimentaires blanches par des pâtes de blé, de riz brun, etc. Nous pouvons modifier nos recettes de crêpes, de muffins ou de biscuits en changeant une partie de farine blanche par de la farine de blé, sarrasin, soya, orge, etc.

L'industrie alimentaire s'ajuste et nous offre une variété de produits très intéressante. À nous de découvrir ces nouvelles saveurs.

Annie Berthelotte
Diététiste/Nutritionniste

Le p'tit mot de Julie

J'ajoute des céréales granolas à mon yogourt... rien de plus simple...

Julie Dufresne, Directrice générale de La Corne d'abondance



Place aux jeunes

à la Caisse populaire Desjardins du Piémont Laurentien

Les membres du conseil d'administration de la Caisse sont heureux d'annoncer la nomination de M^{me} Michelle Rochette à titre de jeune dirigeante stagiaire.

Son expertise et ses expériences lui permettront de contribuer de façon positive à la gestion de la Caisse, tout en permettant au conseil d'administration d'obtenir le point de vue d'une jeune adulte.

Nous lui souhaitons la bienvenue!

À propos du programme Jeune dirigeant stagiaire

Le programme Jeune dirigeant stagiaire permet à un membre Desjardins âgé de 18 à 30 ans de réaliser un stage pratique d'un an au conseil d'administration ou au conseil de surveillance de sa caisse. Ce programme permet de vivre une expérience nouvelle tout en permettant de bâtir un réseau de contacts personnels et professionnels au sein du plus grand groupe financier de nature coopérative au Canada.



2 PLACES D'AFFAIRES
1638, rue Notre-Dame
L'Ancienne-Lorette (Québec) G2E 3B6
1095, boulevard Pie-XI Nord
Québec (Québec) G3K 2S7

UN SEUL NUMÉRO : 418 872-1445



Desjardins
Caisse populaire
du Piémont Laurentien

Nouveautés pour septembre 2010 à la PAL

C'est le temps d'inscrire votre enfant pour ces 2 nouveaux profils à la PAL

Avec l'arrivée prochaine du nouveau complexe sportif adjacent à l'école, la PAL offrira à compter de septembre 2010 deux nouveautés aux élèves.

Les dates pour s'inscrire sont du 15 février au 8 mars 2010



Profil « HOCKEY/RINGUETTE »

Ce profil permet d'accompagner les élèves dans leur développement global par le biais du hockey, de favoriser l'apprentissage des techniques et tactiques individuelles par une formule « École de hockey » et « École de ringuette »

Cette option se veut une continuité de l'engagement des élèves au niveau du hockey civil ou de la ringuette en maximisant le temps de glace et l'engagement moteur de chaque athlète.

Ce profil est offert aux élèves de la 1^{re} à la 5^e secondaire à raison de 6 périodes par cycle en 1^{re} et en 2^e secondaire (4 périodes sur glace et 2 périodes hors glace) et à raison de 4 périodes par cycle en 3^e, 4^e et 5^e secondaire.



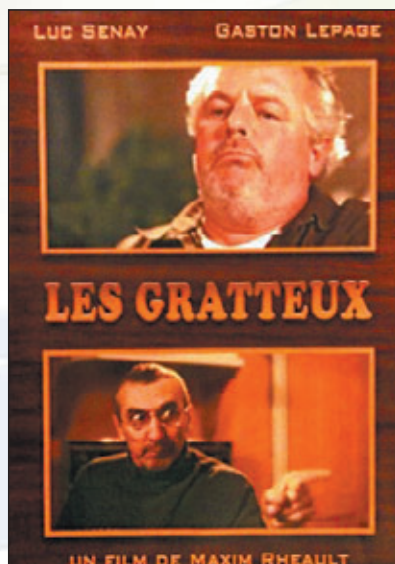
Pour information et inscription, contactez madame Chantale Bouchard, directrice adjointe, responsable de la vie étudiante au 418 872-9836 # 5153 ou par courriel : pal@csdecou.qc.ca

PROFIL « MULTISPORTS »



Ce profil vise à amener les élèves à faire davantage d'éducation physique par le biais de sports tels que basketball, volleyball, soccer. Des sorties éducatives sont aussi prévues.

Ce profil est offert aux élèves de la 1^{re} et 2^e secondaire à raison de 6 périodes par cycle.



5^E ÉDITION DU GALA COURTS MÉTRAGES

Le film **LES GRATTEUX** remporte le Coup de cœur 2010 !

Le réalisateur Maxim Rheault a remporté le coup de cœur du public lors de la présentation du 5^e gala des courts métrages des Soirées palpitantes le 19 janvier dernier.

Présenté par :



LES RÉSIDENCES DU Patrimoine

Résidences pour retraités PIONNIERS

Pour Personnes âgées autonomes
ou ayant besoin d'un accompagnement léger

côté... **MANOIR**
2 Studios présentement disponibles

418.563.0616

1290-1295, rue des Pionniers, L'Ancienne-Lorette

Pour Personnes âgées autonomes
avec service de valet

côté... **JARDIN**
quelques 3 1/2
et 1 seul 4 1/2 encore disponibles

un plaisir à partager...

Pour profiter pleinement du moment présent !
www.residencesdupatrimoine.com

PROMO EXPO HABITAT
VERRE ÉNERGÉTIQUE GRATUIT*
Du 25 janvier au 19 mars 2010
*Sur fenêtres ISOTHERMIC seulement.
Voir détails en magasin

Nous serons
présents à
EXPO HABITAT 2010
au Centre de foires
à ExpoCité
17-18-19-20-21
février 2010

Propriétaires
Dany et Line Potvin
cousin, cousine

DUO
PORTES & FENÊTRES

**Surplus du
manufacturier
en stock**

DUO

PORTES ET FENÊTRES INC.

- FENÊTRES PVC-HYBRIDE-BOIS
- PORTES DE TOUS GENRES
AVEC OU SANS INSTALLATION

1727, DE L'AÉROPORT, L'ANCIENNE-LORETTE
418 872-1527

4475, BOUL. RIVE-SUD, LÉVIS 418 835-6263

R.B.Q.: 8291-1686-45

réno maître
APCHL
ENERGY STAR
APCHL
Accord
Desjardins

CHRISTIAN BERGERON

Partenaire de votre projet !

agent immobilier agréé

418 847-1000

Agent autorisé du Service de relogement militaire.
Évaluation sur demande sans aucune obligation de votre part.

RE/MAX
Réussite
de carrière
exceptionnelle

RE/MAX @accès
Courtier immobilier agréé

Je vous offre le nouveau programme
Tranquilli-T
RE/MAX
Pour une transaction
en toute quiétude...

equipebergeron.com

L'Ancienne-Lorette	Cap-Rouge	Sainte-Foy
NOUVEAU Spacieuse propriété de style champêtre entièrement aménagée. Foyer au salon. Décor chaleureux. Piscine creusée. Clé en main! 916, Alma-Pageot 375 000\$	NOUVEAU Cottage anglais dans un secteur paisible et facile d'accès. 5 chambres. Sous-sol aménagé avec accès au garage. Paysage refait en 2006 par professionnels. 1728, Turmel 1985, des Douves 379 000\$	NOUVEAU Bien rénovée, 2 chambres au r.d.c. Demi sous-sol divisé en 4 1/2 pces avec 2 sorties extérieures. Rue tranquille. Idéal bi-génération. 1069, Rue Louis-Armand-Desjardins 248 000\$

Stoneham

NOUVEAU

Impeccable, aménagée sur 2 niveaux. Garage intégré accessible par le sous-sol. Seulement 5 ans. Facile d'accès par l'autoroute. **Pourquoi construire!**

389, Chemin du Hibou 245 000\$

Les Saules

NOUVEAU

Près de tout. Maison à paliers ent. aménagée. Grand salon avec foyer. Chambre principale avec balcon. Bien entretenue au fil des ans. **A voir!**

3470, Dumouchel 259 000\$

Si votre transaction est retardée ou annulée...
RE/MAX* vous rembourse les frais occasionnés.

Si votre acheteur décède...
RE/MAX* vous paie le prix convenu dans votre promesse d'achat.

Si vous avez besoin d'une assistance juridique...
RE/MAX* vous l'offre.

Une protection exclusive offerte par votre agent RE/MAX.
Certaines conditions s'appliquent. Détails auprès des agents RE/MAX participants et sur remax-quebec.com/tranquilli-t
* Dans le cadre du programme Tranquilli-T