

L'Echo du Lac

Le mensuel qui vous informe à Lac-Beauport, Stoneham, Tewkesbury et Lac-Delage

www.lechodulac.ca

PHOTOS: AVENTURES NORD-BEC



Inondations : Des dommages majeurs pour des centaines de résidents

PAGE 2



Trois Lac-Beauportois au marathon de Boston

PAGE 36



La nouvelle école sera réservée au 2^{ème} cycle

PAGE 14

Cahier spécial vélo

PAGE 38



PLB
Peinture
Lac-Beauport

- Peinture intérieure / extérieure
- Tirage de joint
- Travail en hauteur
- Peinture au fusil
- Lavage à pression

Peinturelacbeauport.ca
418.264.0320

André Dussault
courtier immobilier
849-0555
www.andredussault.com

ROYAL LEPAGE
Inter-Québec

LAC-BEAUPORT

TERRAIN PLAT

PRÊT À CONSTRUIRE ! Terrain boisé de 20 000 pc, zoné résidentiel. 99 000 \$

BORD DU LAC BEAUPORT

CONSTRUCTIBLE

Terrain de 58 000 pc, 180 pieds de façade. 1 300 000 \$

BORD DU LAC BEAUPORT

CONSTRUCTIBLE

PRÊT À CONSTRUIRE Le plus grand terrain en superficie et façade sur lac. 1 395 000 \$

ACTUALITÉ

Par Sébastien Couture

sebastien@leseditionsprime.ca

Lac-Beauport et Stoneham-et-Tewkesbury décrètent les mesures d'urgence

Les inondations printanières frappent notre territoire

La mi-avril fut une période critique pour les autorités municipales du territoire. La crue soudaine de plusieurs cours d'eau, provoquée par une pluie abondante et la fonte printanière, a conduit les autorités à se mobiliser rapidement pour venir en aide aux citoyens touchés. Voici en bref certains faits marquants.

LA MUNICIPALITÉ DE LAC-BEAUPORT

Dès les premières heures, policiers, pompiers et employés municipaux sont intervenus pour prêter main forte aux citoyens et sécuriser les périmètres touchés. Une opération de sauvetage sans précédent, appuyée aussi des pompiers de Ste-Brigitte-de-Laval, s'est mise en branle dans la soirée du 15 avril dernier. Une bonne trentaine de résidents menacés par le débordement de la rivière Jaune ont été secourus par canot, et c'est une centaine de résidences qui auraient été inondées en raison de cette crue très rapide. Le ministère des Transports et la Sécurité civile ont aussi assisté



AVENTURES NORD-BEC

l'organisation municipale de Lac-Beauport, qui a de plus été contrainte à fermer deux des princi-

paux ponts à la circulation.

En cette saison, il n'est pas inhabituel de voir les cours d'eau sortir de leur lit dans les différentes zones inondables de la municipalité. Toutefois, il semble évident que cette année fut exceptionnelle si l'on se fie aux expériences passées.

LA MUNICIPALITÉ DE STONEHAM-ET-TEWKESBURY

Quelques heures avant les épisodes de Lac-Beauport, les services d'urgence de la municipalité de Stoneham-et-Tewkesbury étaient déjà déployés dans

le secteur nord du territoire. C'est au petit matin qu'un énorme embâcle sur la rivière Cachée créait des problèmes majeurs. Une partie du chemin des Anémones fut complètement inondée, l'embâcle emportant tout sur son passage. C'est plus précisément sur la propriété des Aventures Nord-Bec qu'on pouvait constater l'ampleur de la catastrophe printanière. Les eaux et les glaces avaient complètement envahi le secteur et les différentes voies d'accès aux sites.

Le propriétaire, M. Pascal Lottin, qui avait voulu aller voir ses chiens de traîneau de l'autre côté de la rivière, s'est fait littéralement prendre par le déluge. Les secours qui tentaient de s'organiser pour aller récupérer l'homme en réel danger ont finalement eu recours à un hélicoptère de la Sureté du Québec, ne parvenant pas à s'y rendre autrement. L'homme qui souffrait entre autres d'hypothermie a été conduit directement à l'hôpital après le sauvetage. Il est toutefois rapidement revenu pour organiser l'aide nécessaire à ses chiens isolés et sans nourriture. C'est grâce à l'aide de bons samaritains qu'il aura pu les nourrir le temps que la rivière reprenne son lit et qu'il retrouve l'accès à l'autre rive via son pont suspendu.

Des félicitations doivent être adressées aux différents intervenants et aux différentes organisations qui ont procédé rapidement et en collégialité pour venir en aide aux sinistrés. Souhaitons que les programmes d'aide financière disponibles aux sinistrés épongent un peu la dure réalité de certains de nos concitoyens.

POUR UN TEMPS LIMITÉ!

50%

de rabais sur **TOUTES** les montures, même **LES GRANDES MARQUES!**

À l'achat d'une paire complète (verres et monture) avec un traitement antireflet facile à nettoyer.

Dr René Marchand, optométriste

Nous acceptons les prescriptions de l'extérieur.
Examen de la vue • Lunettes • Verres de contact



*Voir détails en magasin.

Valable à l'achat d'une paire complète parmi toutes les montures en magasin, avec un traitement inox. Ne peut être combiné à aucune autre promotion. Rabais valide sur la monture seulement. Cette offre prend fin le **25 mai 2014**.



Prenez rendez-vous au
marchandgiguere.com
23 succursales à Québec

MARCHAND GIGUÈRE



Les bonnes lunettes



Galeries Charlesbourg
418 626-7519

ACTUALITÉ

Par Sébastien Couture

sebastien@leseditionsprime.ca

La gestion intégrée de l'eau par bassin versant

Une obligation de concertation et d'efforts collégiaux

À l'heure où d'énormes pressions pèsent sur la Couronne Nord en ce qui a trait à la gestion de l'eau sur nos territoires, un regard s'impose de facto sur le principe de gestion intégrée par bassin versant et sur les organismes de bassins. Pensons ici à la gestion intégrée du bassin versant de la rivière Saint-Charles, bassin composé de plusieurs plus petits bassins dont ceux du Lac Delage, de la rivière des Hurons, de la rivière du Hibou à Stoneham ou du Lac Beauport.

En parcourant les sites d'organismes de bassins ou celui du gouvernement, on retrouve l'information nécessaire à la compréhension des fondements et des acteurs responsables de cette approche. Un bassin versant désigne un territoire délimité par les lignes de partage des eaux, sur lequel l'ensemble des eaux de surface et du ruisselle- (suite page 4)



Lac Beauport.

COURTOISE DE L'APEL

Un esprit sain dans un corps sain

Une équipe. Une vision. VOTRE santé.

- Chiropratique
- Physiothérapie
- Massothérapie
- Acupuncture
- Orthèses
- Soins podologiques
- Naturopathie

www.polycliniquedulac.com

Polyclinique du Lac

1020, boul. du Lac, Lac-Beauport
Tél.: 418 849-9566

Suivez-nous sur Facebook

Partenaire: Soins podologiques du Lac

LE MANOIR DU LAC DELAGE
* depuis 1964 *

LE THÉÂTRE DU MANOIR DU LAC DELAGE PRÉSENTE UNE COMÉDIE POLICIÈRE MUSICALE

8 FEMMES

BILLET		SOUPER-THÉÂTRE		DATES - ÉTÉ 2014	
MAI	JUIN	MAI	JUIN	MAI	JUIN
21 ^{75\$*}	48 ^{75\$*}	29-30-31	5-6-7 & 12-13-14		
*plus taxes		*plus service & taxes		REPRÉSENTATIONS À 20H	

NOS PROMOTIONS ESTIVALES

MAI	JUIN
MASSAGE TRADITIONNEL	ACCÈS AUX BAINS NORDIQUES
50\$*	50%*
PAR PERSONNE	DE RABAIS
Plus taxes	Plus taxes
Valide du dimanche au jeudi	Valide du dimanche au jeudi

* Consultez notre site internet pour plus de détails

418 848-2551 | www.lacdelage.com

L'Echo du Lac

EST PUBLIÉ ET ÉDITÉ PAR LES ÉDITIONS PRIME INC.

940, boulevard du Lac,
Québec (Québec)
G2M 0C9**PUBLICITÉ:**
BRIGITTE
LANDRY
418 580-2744**INFORMATION:**
SÉBASTIEN
COUTURE
418 999-9994**ÉDITEUR:** Alain Têtu**DIRECTRICE GÉNÉRALE:**
Myriam Guay**DIRECTEUR
DE L'INFORMATION:**
Sébastien Couture**DIRECTEUR PRODUCTION
ET CRÉATION:** Éric Monette**COORDONNATRICE
AUX OPÉRATIONS
ET CONSEILLÈRE
PUBLICITAIRE:** Julie Boissinot**JOURNALISTES:** Philippe
Brassard, Sébastien Couture,
Geneviève Décarie, Louis-
Antoine Gagné, Stéphane
Ledien et Malory Lepage**COLLABORATEURS:** Natacha
Gagné, Lucie Ricard, Marie-
Josée Fortin, Joël Beaulieu**IMPRESSION:**
Transcontinental**TIRAGE:** 10 300 exemplaires**DÉPÔT LÉGAL:** Bibliothèque
nationale du Québec*Veuillez noter que
pour être publiée,
l'opinion du lecteur
doit être signée.

(suite de la page 3) ment pluvial s'écoulent par gravité vers un même point qu'on nomme l'exutoire. Un bassin versant apparaît donc autant pour une rivière ou pour un lac.

Ainsi, la gestion intégrée de l'eau doit donc tenir compte de tout ce qui se passe dans le bassin versant, et ce, autant par rapport aux activités naturelles qu'aux activités humaines. De fait, les sols, la végétation, les animaux et les êtres humains font partie d'un bassin versant. Cette approche écosystémique de la gestion des eaux basée sur les bassins versants permet de mieux comprendre et d'expliquer les problèmes liés à la quantité et à la qualité de l'eau ainsi qu'à nos écosystèmes aquatiques. Dès lors, il est donc plus à propos d'appliquer des mesures concrètes pour répondre aux problèmes spécifiques rencontrés.



Lac Delage.



Rivière Saint-Charles.



ME HÉLÈNE BERGERON, NOTAIRE

580, Grande Allée Est, bureau 440
Québec (Québec) G1R 2K2
Tél. : 418 522-4580 | Téléc. : 418 529-9590

19, chemin des Mèlèzes
Lac-Beauport (Québec) G3B 2B2
Tél. : 418 849-3182 (sur rendez-vous seulement)

helene.bergeron@clcw.ca



CAIN LAMARRE CASGRAIN WELLS
S.E.N.C.R.L. / AVOCATS
LÀ OÙ VOUS ÊTES.^{MD}

clcw.ca

L'organisme de bassin est formé de représentants de tous les acteurs de l'eau d'un bassin versant, tels que les municipalités régionales de comté (MRC), les municipalités, les usagers, les groupes environnementaux et les citoyens. C'est en réalité une grande table de concertation et de planification où l'on doit élaborer un plan directeur de l'eau (PDE) présentant un portrait et un diagnostic du bassin versant, des enjeux, des orientations et des objectifs à atteindre. Au final, c'est un plan d'action qui se concrétisera par la signature d'un contrat pour le bassin.

En évoluant vers la gestion intégrée de l'eau par bassin versant, le gouvernement du Québec vise à une concertation et à une responsabilisation accrue des divers acteurs de l'eau et de la population à l'égard de cette richesse commune que représentent l'eau et les écosystèmes aquatiques. Cet engagement majeur de la Politique nationale de l'eau, en

vigueur depuis 2012, a transformé et réformé la gouvernance de l'eau.

Depuis mars 2009, après un redécoupage majeur du Québec méridional, le Conseil de bassin de la rivière Saint-Charles est devenu l'Organisme des bassins versants de la Capitale accueillant d'autres bassins versants de la région immédiate. Ce dernier a pour mission de veiller à la pérennité de la ressource eau et de ses usages. L'Organisme travaille à assurer la concertation entre les usagers et les gestionnaires et à mettre en œuvre divers projets visant la préservation et la conservation de l'eau de l'ensemble du territoire. La gestion de l'eau, c'est l'affaire de tous; grands ou petits, les usagers doivent partager les informations et se concerter afin de garantir la pérennité de cette ressource. Qu'on soit en amont ou en aval, citoyen ou groupe, organisme ou entreprise, on doit tous être de fiers partenaires.

UN SERVICE PERSONNALISÉ
PAR UNE ÉQUIPE JEUNE ET DYNAMIQUE!

Dr Serge-Alexandre Bellavance
Chirurgien-dentiste
Dentisterie esthétique

SERVICES DISTINCTIFS

- Service d'orthodontie
- Couronnes de porcelaine en une seule séance
- Blanchiment Zoom2
- Laser pour chirurgies mineures
- Toutes nos radiographies sont maintenant numériques réduisant l'exposition aux rayons-X jusqu'à 90%
- invisalign®



Clinique Dentaire
L A C - B E A U P O R T

1020, BOUL. DU LAC, LAC-BEAUPORT, QC G3B 0W8
418 849-2820 / WWW.LEDENTISTE.NET

NOUVEAU Clinique dentaire Sainte-Brigitte
224, avenue Sainte-Brigitte, bureau 101 **418 606-8125**



Peinture
Lac-Beauport

Estimation en ligne GRATUITE



- Peinture intérieure / extérieure
- Tirage de joint
- Travail en hauteur
- Peinture au fusil
- Lavage à pression

Service courtois et propre!
peinturelacbeauport.ca

Kevin Garneau | **418.264.0320**

ACTUALITÉ

Par Sébastien Couture

sebastien@leseditionsprime.ca

C'est sans aucun doute une responsabilité individuelle et collective

La gestion de l'eau au quotidien

Au lendemain de grandes crues printanières et à la veille d'un imminent retour du débat sur la qualité de l'eau, sujet récurrent en saison estivale, il est pertinent de faire un survol des différents faits et constats. Bien qu'il soit évidemment impossible ici de faire un portrait exhaustif complet, il est certainement à propos de tirer les grandes lignes de l'état de la situation et surtout, de tenter d'y poser un regard citoyen.

S'attaquer au dossier de la ressource eau n'est pas une chose facile. La gestion de l'eau est tellement l'affaire de tous qu'elle apparaît trop souvent comme l'affaire de personne. Bien que les mœurs et coutumes évoluent sans aucun doute à travers les années et que l'importance de la préservation de la ressource fait grandement l'unanimité dans nos sociétés, il n'est pas si évident de dire que nous contribuons individuellement et collectivement à la hauteur de son importance. Tout comme la préservation de l'environnement au sens large, l'objectif est certainement d'atténuer nos impacts quotidiens sur la ressource. Individuellement et collectivement nous devons donc tous y voir.



L'eau de qualité c'est l'affaire de tous.

Que ce soit par l'individu ou par les organisations municipales, régionales, provinciales ou même nationales, la ressource doit effectivement faire l'objet d'une gestion intégrée. Nous devons ainsi, tous et chacun, se sentir responsable de sa pérennité et nous devons faire au quotidien les efforts individuels nécessaires. Ceci étant dit, il n'apparaît et n'est pas toujours évident de se sentir individuellement solidaire et responsable des efforts communs à apporter. De plus, il ne s'agit pas toujours de changer ses habitudes mais bien de trouver l'argent pour améliorer notre gestion quotidienne de l'eau.

Faut donc être en mesure de comprendre qu'il s'agit aussi d'une longue marche vers une gestion plus saine.

Des changements majeurs doivent s'opérer et il y a tellement à faire, que nous pouvons

facilement nous y perdre. Il ne s'agit plus de simplement changer nos habitudes, c'est une obligation de revoir l'ensemble de nos impacts individuels et collectifs. Il ne faut pas cependant prétendre que rien n'est fait, mais plutôt

comprendre que nous pouvons toujours faire mieux. Il faut aussi individuellement prendre le taureau par les cornes et oser faire différemment et ce, à bien des égards. Chacune de nos propriétés amènent bel et bien des impacts sur la gestion de l'eau collective et des petits correctifs sont souvent possibles. Il ne s'agit plus de s'en tenir à ce qu'on a toujours fait, comme si c'était le temps qui avait donné raison à de moins bonnes pratiques, mais bien d'analyser ce que nous pourrions faire pour nous améliorer encore et encore.



Qui a dit qu'une familiale devait ÊTRE SAGE?

VOICI LA TOUTE NOUVELLE FAMILIALE SPORT VOLVO V60 2015

Que vous rouliez en pleine ville ou en pleine campagne, ce véhicule métamorphose complètement le concept de la familiale. Avec son profil aérodynamique, un moteur qui vous transportera et les caractéristiques de sécurité primées de Volvo qui voient aussi bien au bien-être du véhicule qu'à celui de ses passagers, la nouvelle V60 vous permettra de laisser la routine loin derrière.

FAITES-EN L'ESSAI DÈS AUJOURD'HUI.

VOLVO DE QUÉBEC 2230, rue Cyrille-Duquet Québec 418 682-1112 www.volvodequebec.com



**LA FAMILIALE.
MÉTAMORPHOSÉE.**

ACTUALITÉ

Par Sébastien Couture

sebastien@leseditionsprime.ca

Un portrait sommaire de l'état de nos territoires

Tout est une question d'équilibre

Le territoire de nos municipalités offre plusieurs kilomètres de cours d'eau et des dizaines de lacs dans un environnement exceptionnel. Cette qualité que tous reconnaissent aisément est de loin l'un des plus grands avantages dont tous peuvent profiter. L'urbanisation a certes des impacts sur notre écosystème et l'on doit constamment y voir afin de garantir la qualité de cet environnement bucolique qui nous inspire tous. Que ce soit pour la détente, le sport ou les loisirs, nombreux sont ceux qui profitent des lacs et rivières du territoire, et nous sommes tous sensibles à leur préservation.

Au cours des dernières années, les pressions se sont définitivement accentuées sur notre écosystème en général. Plusieurs facteurs sont toutefois responsables du phénomène, et comme le dit le proverbe populaire : on ne fait pas d'omelette sans casser des œufs. Cependant, tous ces maux ne sont pas exclusivement reliés aux derniers développements. Il apparaît que toute l'histoire de l'urbanisation de notre territoire a sa part de contribution.

En 2009, une deuxième édition d'un portrait du bassin de la rivière Saint-Charles

présentée par le Conseil de bassin mettait en lumière les effets tangibles de notre mode d'occupation. Dans cette vaste analyse, on pouvait aussi retrouver plusieurs informations pertinentes caractérisant nos municipalités et qui méritent d'être reprises ici.

LAC-BEAUPORT

D'une façon générale, on soulignait que les berges du Lac-Beauport avaient toutes déjà subi l'action de l'humain et que rares étaient les espaces encore à l'état naturel. Au total à l'époque, c'est 32% de la population



Une implantation peu respectueuse.

POUR UN TEMPS
L'AMITIÉ PEUT S'ACHETER À PARTIR DE...

399\$

**ÉVÉNEMENT
PLEINE PUISSANCE**



**Nous offrons la mise
au point de votre tondeuse.**

Nous réparons toutes les marques.

**Le plus vieux concessionnaire Honda à Québec
avec ses 30 années d'expérience ainsi
que ses techniciens compétents.**

HONDA
Produits
Mécaniques

honda.ca/pp

**Centre
LOCA-TOUT inc.**

Vente - Réparation
Location d'équipement
Propane - Échafaudages

14035, boul. Henri Bourassa,
Québec
centre@locatout.com
418-623-3114

Magasin général

Café Noisette
café thé chocolat



BIJOUX • BONBONS • THÉ • CAFÉ • DÉCO • HUILE & VINAIGRE
CHOCOLATS FINS • MILLE ET UNE TROUVAILLES DE JULIE

UNE DOUCEUR
PAR JOUR



*Pour toi
maman*
IDÉES
CADEAUX
À PARTIR DE
14⁹⁵\$

BEURRE
CORPOREL,
SAVON,
FONDANTS,
SEL ET
LAIT POUR
LE BAIN



BRACELETS

Café Noisette
café thé chocolat
magasin général

CAFÉ LATTE ET AUTRES GÂTERIES
DÉJEUNER EUROPÉEN • LUNCH SANTÉ
DÈS 8H LE MATIN

1000, BOULEVARD DU LAC, LAC-BEAUPORT
418 841-1777



de Lac-Beauport qui était desservie par le réseau d'égouts domestiques. Pour les autres, la municipalité s'était également dotée d'un programme de suivi et de classification, de même que d'un programme de vidange des installations septiques afin de s'assurer du bon fonctionnement des installations et du respect des normes environnementales. On y apprenait aussi que la municipalité desservait déjà 40% des immeubles de Lac-Beauport avec un système d'approvisionnement en eau potable, et que l'eau du lac était de bonne qualité. Depuis mai 2002, le Conseil de bassin du Lac-Beauport a été créé afin de permettre aux associations de résidents, aux intervenants économiques et récréotouristiques ainsi qu'aux instances municipales de mettre leur énergie en commun pour préserver la ressource eau.

STONEHAM-ET-TEWKESBURY

La municipalité de Stoneham-et-Tewkesbury compte actuellement un peu plus de 7 500 habitants. Entre 1971 et 2003, elle avait connu une croissance de plus de 93%, engendrant ainsi de nombreux développements résidentiels. Les développements les plus récents et une bonne partie des résidences du périmètre urbain sont maintenant raccordés à la station

ration de l'érosion des rives, puisque les surfaces gazonnées ne possèdent pas un système racinaire assez développé pour retenir adéquatement le sol et le préserver de l'érosion.

LAC-DELAGE

Le Lac-Delage couvre une superficie de 0,49 km², a une profondeur maximale de 26 m et est alimenté par cinq affluents principaux. L'émissaire du lac, la rivière Delage, se jette dans le Lac-Saint-Charles. Le couvert forestier est très présent et les pentes sont de moyennes à fortes. La ville de Lac-Delage s'étend tout autour du lac et compte 639 habitants. Le myriophylle à épi est une plante qui a été introduite dans le lac et qui est devenue très envahissante. Les effets de cette dernière sont nombreux, les plus cités étant la perte de biodiversité et la perte de jouissance pour la villégiature. Dans les années 1970 et 1980, une vague de développement domiciliaire a entraîné un déboisement important autour du lac. Ainsi, les coupes forestières auraient amené un apport important en carbone et en sédiments dans le lac. Ces éléments ont sans doute favorisé l'enracinement et la croissance du myriophylle à épi. L'amélioration des pratiques environnementales à Lac-Delage



Les plaisirs de la nature.

d'épuration, où l'on recueille les eaux usées des résidences. La municipalité tente aussi, au fil des années, d'offrir la connexion au réseau, lorsque cela est possible, dans les secteurs les plus névralgiques où les installations septiques indépendantes ne sont pas l'option préférable. La municipalité possède aussi un programme de vidange des installations septiques afin d'assurer le bon fonctionnement et le respect des normes environnementales.

Les rivières des Hurons et du Hibou présentent plusieurs signes de dégradation. En fait, une grande partie du réseau hydrographique souffre de la présence d'un réseau routier plus en plus étendu, qui provoque une sédimentation accrue et amplifie l'érosion en accentuant les phénomènes naturels de crues. À ce titre, nous pouvons notamment souligner la présence de la route 175. Les installations récréotouristiques ont également leur rôle à jouer dans ce phénomène: d'une part, le stationnement du centre de ski, fait de sable et de gravier, est un site générant le dépôt de sédiments dans une partie de la rivière lors des pluies; d'autre part, le déboisement riverain dans le secteur du golf a provoqué une accélé-

pourrait par contre avoir contribué à la diminution de la quantité de myriophylle dans le lac. En ce qui a trait à l'eau du lac, elle y est aussi de bonne qualité. Notons que la ville de Lac-Delage possède aussi un système d'aqueduc et un système d'égout municipal desservant la grande majorité de la population.

CONCLUSION

Le déboisement massif, le compactage du sol et la création de nombreuses zones imperméables diminuent l'absorption des eaux de ruissellement et augmentent les débits de pointe dans les cours d'eau partout sur le territoire. Les nouvelles rues, les nouvelles constructions, les installations septiques situées trop près des rivières et les comportements humains inadéquats sont tous des actions qui interfèrent sur notre environnement. Les organisations municipales et nos élus sont tous très sensibles à l'adoption de nouvelles mesures de protection et à la sensibilisation citoyenne. Il faudra toutefois trouver l'équilibre entre un certain rattrapage qu'il faudra continuer à effectuer et les pressions constantes vers de nouveaux développements.



Les Frères Toc
Différent...

ENEZ PROFITER
DE NOTRE TABLE D'HÔTE
DU MIDI
CHOIX DE BIÈRES À 3²⁵\$
SÉLECTION DE VIN AU VERRE
DE 6⁰⁰\$ À 7⁵⁰\$
À PARTIR DE 11H

DIMANCHE

25 %
pour les **dames**
sur tout



LUNDI

Fajitas
pour 2
29⁹⁵\$



MARDI

Sushi
1²⁵\$
le morceau



MERCREDI

Ailes de poulet
50 ¢
chacune



20815, boul. Henri-Bourassa
418 849-6211
www.lesfrerestoc.com

DIMANCHE 11 MAI
BRUNCH
SPÉCIAL
FÊTE
DES MÈRES



BOUCHERIE
Vic Verret
 & FILS

Maintenant distributeur
 des vins Julia Wine et Vins & cie

**Beau temps
 mauvais temps**

**Rien n'est
 à l'épreuve
 du BBQ!**



418 849-4481

20659, boul. Henri-Bourassa (Qc)

www.boucherievicverret.com

BOUCHERIE
Vic Verret
 & FILS

Tout près de chez vous!

SUR LES TRACES DE...

Par Geneviève Décarie

genevie10@hotmail.com

De pères en fils

Les rôtisseries St-Hubert

Tout le monde au Québec connaît bien les rôtisseries St-Hubert. Pourtant, derrière ces restaurants se cache une belle histoire de famille. Effectivement, les franchises du célèbre restaurant de la ville de Québec, de Sainte-Anne-de-Beaupré et de Lévis appartiennent à la famille Martin depuis 1967. L'un des fondateurs, Marcel Martin, ainsi que son fils Jean Martin, habitent ici même à Lac-Beauport.

La famille tissée serrée a toujours travaillé ensemble. « Mon père, Marcel, a été l'un des fondateurs des franchises avec son frère Claude. Par la suite, mon frère Louis et moi sommes devenus associés, tout comme mes cousins Pierre et Denis Martin. « J'ai même commencé à cuisiner à temps partiel au St-Hubert lorsque j'avais 15 ans », explique Jean Martin. De plus, une chose unit toute la famille et c'est la fierté. Toujours très satisfait de leur produit et de l'entreprise familiale, Jean Martin avoue même manger au moins six fois par semaine dans ses restaurants.

Marcel Martin habite au Lac Beauport depuis 1988, alors que son fils, Jean Martin, y est installé depuis 2001. Pour le père et le fils, il est indéniable que ce milieu de vie près de la nature et de différents centres sportifs est un réel ressourcement. « J'adore la proximité de mon milieu de vie avec l'effervescence de Québec qui est à seulement 15 minutes de voiture. »

UN MODESTE DÉBUT

La première franchise de Québec a été ouverte par Claude et Marcel Martin en 1967. « À l'époque il s'agissait d'un petit comptoir pour emporter et d'un service de livraison. De 1967 à 1979, il y a eu 4 quatre restaurants de ce type à Québec », explique Jean Martin, copropriétaire. Ce n'est qu'après 1979 que les salles à manger traditionnelles avec service à l'auto et livraison ont vu le jour.

Aujourd'hui, la famille détient le Groupe Martin qui gère 11 Rôtisseries St-Hubert et emploie plus de 1 300 personnes dans la région de Québec. Selon un récent sondage Léger, les rôtisseries St-Hubert arrivent au 7e rang des entreprises les plus aimées. « Nos employés sont dévoués et c'est grâce à eux si on est là aujourd'hui. Il y en a qui travaillent pour nous depuis près de 40 ans », ajoute le copropriétaire. Ils peuvent aussi compter sur une fidèle

clientèle datant de 5 et 90 ans, comme se plaît à le dire Jean Martin.

IMPLIQUÉS DANS SON MILIEU

La famille tient également à ce que les restaurants St-Hubert de Québec soient très impliqués dans leur milieu.

« On a toujours encouragé les tournois de hockey, les événements sportifs ainsi que plusieurs écoles secondaires et cégeps. On est éga-



Jean Martin

lement partenaire avec le Carnaval de Québec pour la compétition de Derby St-Hubert, avec la Fondation Michel Sarrazin, avec LEUCAN, mais aussi avec la Fondation Charles-Bruneau, et nous sommes toujours ouverts aux propositions », admet fièrement Jean Martin.

UNE NOUVELLE FRANCHISE

Au cours des prochains mois, le Groupe Martin ouvrira une nouvelle franchise de St-Hubert incluant le bar, la livraison, le comptoir pour emporter et le service au volant, à Val Bélair, au coin de la rue Industrielle et du Boulevard Henri IV. Elle comptera 230 places en salle à manger et une terrasse d'une quarantaine de places.



Christine
LEGARE
COURTIER IMMOBILIER

Guyline
GAGNON
COURTIER IMMOBILIER



Anne
PERRON
COURTIER IMMOBILIER



www.christinelegare.com

CHARLESBOURG



Grand 2 ch + bureau au Sommet. Accès direct à la cour, comptoirs granit, rangement en abondance. Climatisé et 2 stationnements. 299 000 \$

CHARLESBOURG

NOUVEAU



Superbe 1 ch + bureau vitré au 5e étage, vue sur la montagne, stat. int. et ext., air climatisé et grande terrasse à l'ouest. 259 000 \$

CHARLESBOURG

NOUVEAU



Au 7e étage surplombant la montagne et ensoleillé toute la fin de journée, 1 ch + bureau avec portes françaises, 3 stat. 274 900 \$

CHARLESBOURG



Luxeux penthouse de près de 1 800 pc avec vue sur le golf de la faune à couper le souffle. Superbe cuisine et beaucoup d'extras! 589 000 \$

DUBERGER - LES SAULES

NOUVEAU



Il faut le visiter! 3 ch, neuf, Novoclimat, 2 stationnements, au 2e étage avec grande terrasse et cour indépendante. 215 835 \$

STE-FOY - SILLERY - CAP-ROUGE

VENDU



P.D. 239 900 \$

LÉVIS



Sur le fleuve! Terrain aménagé avec vue spectaculaire sur le fleuve et la Rive-Nord de Québec. 4 ch, foyer et garages. Un site UNIQUE! 829 000 \$

LAC-BEAUPORT

NOUVEAU



À quelques pas de la nouvelle école primaire! Terrain intime et boisé, 4 ch, foyer, climatiseur, aires de vie pensées pour la famille! 389 000 \$

LAC-BEAUPORT



Grand cottage 4 ch dans secteur avec services, près de tout! Cuisine conviviale, terrasse couverte, cour orientée sud-ouest, piscine. 469 000 \$

LAC-BEAUPORT

NOUVEAU



Un coin de paradis rénovée, garage double, piscine creusée et spa, 3 foyers, aires de vie ouvertes et fenestrees sur le golf. 514 900 \$

LAC-BEAUPORT

PRÉVENTE



Le Quatre Temps! Juillet 2015, stat. int., finition supérieure avec quartz, verre, bois. Choix d'unités sur 1 ou 2 niveaux, vue et accès au lac.

STONEHAM

NOUVEAU



Pour investisseurs! Plus de 30 000\$ revenus annuels, au pied de la station, beaucoup de cachet. 429 900 \$

www.christinelegare.com
clegare@nouvelledemeure.com



418 849 0001
418 780 1414

Christine
LEGARE
COURTIER IMMOBILIER

Place d'affaires au:
360 boulevard du Lac, suite 201
Québec QC G2M 0C9

Stylée
VALÉRIE
HARVEY
home staging & re-styling

Chronique de Home-Staging avec:

Valérie
HARVEY

Maximiser le charme
extérieur de votre
propriété afin d'en
attirer les regards!





À TOI DE MOI

Par Malory Lepage

malory@leseditionsprime.ca

Une figure d'exception dans le monde du ski acrobatique

Nicolas Fontaine « nourrit la flamme »

Coups de cœur du mois dernier, les généreuses bénévoles Nicole Morin et Annie Pretin passent le flambeau à une figure importante dans le monde du ski acrobatique. Responsable du recrutement à l'Association canadienne de ski acrobatique et directeur du Centre national d'entraînement acrobatique Yves Laroche, Nicolas Fontaine se dévoue à l'expansion de sa discipline, le saut, au moyen d'innovations et d'efforts soutenus, avec une grande passion. Les deux femmes ont choisi cette personnalité lac-beauportoise tant pour son implication que pour ses qualités de leader, appréciées de tous.

Dédié au développement du saut dans le monde du ski acrobatique, Nicolas aime donner le goût aux jeunes de pratiquer ce sport. Il connaît l'importance de «nourrir la flamme»: il encourage la relève et l'entraîne, afin de partager sa passion avec les autres, en plus d'assurer la continuité de sa discipline. Visionnaire, il crée les occasions et met en place les meilleures conditions pour ses athlètes. Il tient d'ailleurs à ce que les plus jeunes aient la chance de côtoyer les plus expérimentés. Mme Morin attribue cette qualité à son expérience et à son passé d'athlète, qui lui apportent cette capacité à aller chercher les ressources nécessaires au développement optimal de ces jeunes skieurs. Il sait également repérer les talents potentiels dans des disciplines connexes. Cela fait en sorte que,

lorsqu'ils arrivent sur les pistes, ces débutants en saut possèdent déjà des habiletés essentielles reliées au sport.

Mme Morin souligne la grande disponibilité et le calme légendaire de l'homme. «Au Mondial AcrobatX, à la rampe d'eau, on pouvait le voir entraîner, donner un spectacle et compétitionner, tout en aidant à organiser l'événement», déclare-t-elle. Elle souligne aussi des moments cruciaux, où leur équipe de bénévoles a connu des obstacles susceptibles de compromettre l'événement en cours. Par exemple, du vandalisme a déjà été commis sur le site, le matin même d'une compétition. «Nicolas est resté calme, ce qui fait que l'incident n'a pratiquement pas paru», raconte-t-elle. Tous les membres de l'équipe ont alors fait preuve de sang-froid et d'ingéniosité pour



Actif, ambitieux et visionnaire, Nicolas nourrit la flamme de son sport avec passion.



des ressources et des moyens. D'après les deux femmes, c'est ce qui fait de Nicolas un équipier de choix, car «c'est facile de travailler avec lui». Présent à tous les niveaux, le duo mentionne son implication dans les levées de fonds, comme le tournoi de golf annuel pour la rampe d'eau. Qu'est-ce qui nourrit sa flamme à lui? Tenace, passionné et déterminé, Nicolas revêt l'amour de son sport à travers la relève, qu'il assure

s'adapter à la situation.

Celui que Mme Pretin définit comme un «hyperactif calme» possède de grandes qualités de leader. Il fait preuve d'une grande ouverture aux idées des autres et réussit toujours à trouver

et encourage par sa grande implication.

Voilà pourquoi les deux femmes ont donné le «flambeau de l'honneur» à ce pilier du ski acrobatique. À qui le passera-t-il à son tour? C'est à suivre dans l'édition du mois prochain!

PIERRE NATURELLE
STRUCTURES EN BOIS
ÉCLAIRAGE EXTÉRIEUR
PLANS ET DEVIS

Créaterre

PRÉSENTE

pour la beauté du monde

un jardin de rêve... pour une maison de rêve

été 2014

CRÉATERRE INC. PRÉSENTE:
ARTISTES PAYSAGISTES - CONCEPTION & RÉALISATION
INTÉGRATION & RENATURALISATION - CRÉATIVITÉ & ORIGINALITÉ
POUR LA BEAUTÉ DU MONDE

createerre.ca ★★★★★ 418.554.2112

UN SOUTIEN À LA COMPÉTENCE PARENTALE

Un programme d'animation pour les enfants de 4 ans et leurs parents

Activités enfants

Pour qui ? Parents et enfants qui auront 4 ans avant le 1^{er} octobre 2014

Inscription : à l'école de votre quartier

Renseignements : 418 666-4666 poste 6014
www.csdps.qc.ca

Activités parents

Activités parents-enfants

Commission scolaire des PREMIÈRES-SEIGNEURIES
Inspirer pour devenir

QUI EST-CE ?

Par Geneviève Décarie

genevie10@hotmail.com



L'entrepreneuriat jusqu'au bout des doigts

Un homme de défis et un père présent !

Entrepreneur aguerri, il fait présentement partie de l'équipe de l'entreprise Dufour Spectacles et Images depuis septembre et a de nombreux projets d'affaires en chantier pour les prochains mois. Également très impliqué socialement auprès des jeunes, il est le président de la Fondation Jeunesse Stoneham.

Parti d'une formation en sciences de l'activité physique, cet homme d'affaires a longtemps évolué dans le domaine sportif avant de se lancer dans la gestion de différents organismes.

«J'ai fait de l'escalade pendant 10 ans. Je faisais des compétitions, je voyageais, j'organisais des événements, des conférences de presse et je devais trouver des commanditaires. C'est de cette façon que j'ai eu la piqure pour la gestion», explique-t-il.

Il est alors devenu consultant en sport au ministère de l'Éducation, du Loisir et

multiplateforme en plus d'offrir des stratégies marketing intégrées. Par exemple, quelqu'un qui voudrait avoir un site web, de la publicité et de l'organisation d'événements pourra faire appel à nous. Évidemment, Olivier Dufour restera un partenaire important en ce qui concerne la production d'événements et de projets spéciaux.»

IMPLIQUÉ DANS SON MILIEU

Également président de la Fondation Jeunesse Stoneham et membre du conseil d'établisse-



du Sport. Loin de se laisser impressionner, l'homme d'affaires est devenu responsable du marketing pour Redbull dans l'Est du Canada, et s'est finalement installé à Montréal afin d'accomplir les tâches de producteur exécutif du très populaire Festival Juste pour rire. Ce n'est que tout récemment qu'il a décidé de revenir s'installer à Stoneham pour y élever sa famille.

«Après deux ans à Montréal, je me suis rendu compte que cette ville n'était pas pour moi et je désirais voir grandir ma famille dans l'environnement de Stoneham. Je me suis dit que la vie s'occuperait de me trouver une opportunité ici, et c'est exactement ce qui est arrivé lorsque j'ai rencontré Olivier Dufour de Dufour Spectacles et Images lors du lancement de la plateforme participative La Ruche, dont je suis un des ambassadeurs.»

Au cours des prochains mois, l'entrepreneur se lancera en affaires avec des amis de longue date. L'entreprise qui verra bientôt le jour se nommera Creative Patrol. «Nous ferons de la production de contenu digital

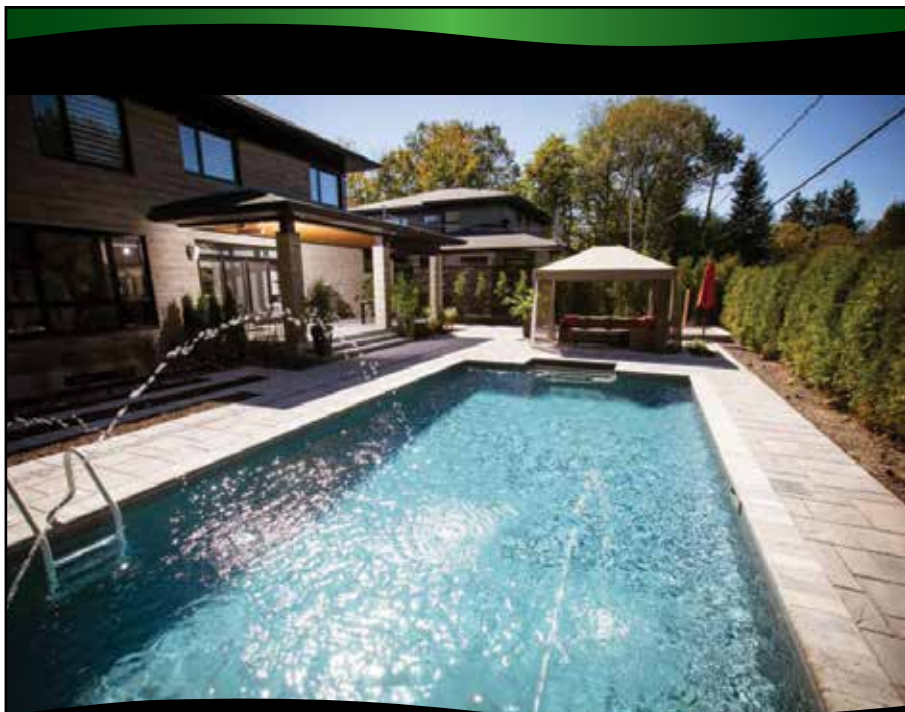
ment de l'école primaire Harfang-des-neiges, il désire encourager les jeunes en les motivant et en leur donnant des exemples de réussite.

«Les jeunes c'est l'avenir. Ils ont des possibilités infinies devant eux et c'est beau de voir que le monde peut leur être ouvert. On doit les mettre en contact avec des gens et des expériences stimulantes pour qu'ils deviennent des adultes rayonnants», avoue-t-il d'emblée.

Avec la Fondation Jeunesse Stoneham, ils organiseront au cours de la prochaine année trois événements afin d'amasser de l'argent. Ces événements permettront d'offrir des bourses aux jeunes de la région qui ont des projets à caractère culturel, sportif, entrepreneurial, social ou scolaire.

Qui est-ce?

Découvrez notre personnalité mystère en page 16



30 ANS DE SAVOIR-FAIRE

CHAQUE PROJET EST UNE CRÉATION UNIQUE EN SYMBIOSE AVEC VOTRE ENVIRONNEMENT.

SOUCI DE PERFECTION INÉGALÉ.



LE SECRET LE MIEUX GARDÉ DU LAC

CHRISTIAN

MAÎTRE ARTISAN PAYSAGISTE
CONCEPTION & RÉALISATION

418 575-2922 • WWW.CHRISTIAN.CA
CHRISTIANPAYSAGISTE@GMAIL.COM



Babillard Jeunesse

Par Sébastien Couture

sebastien@leseditionsprime.ca



ACADÉMIQUE



SPORT



LOISIRS



COMMUNAUTÉ



SCIENCE



Les jeunes en action

Les maisons de jeunes Le Cabanon de Lac-Beauport et L'Atome de Stoneham au 2^e Colloque des maisons de jeunes de la région de Québec

Les 25, 26 et 27 avril dernier au Camp le Manoir (Les Éboulements) une quarantaine de jeunes et une vingtaine d'animateurs-intervenants et de coordonnateurs membres du Regroupement des maisons de jeunes du Québec (RMJQ), dont ceux de la maison des jeunes l'Atome de Stoneham et le Cabanon, ont participé à des ateliers jeunesse, à une assemblée délibérante et à diverses activités. Le principal objectif du colloque régional était de suggérer des orientations aux maisons de jeunes (MDJ) de la province sur des enjeux jeunesse et d'autres sujets généraux. Cette année les délégués ont échangé sur la thématique des valeurs. Quelles sont les valeurs des jeunes aujourd'hui? Comment ces valeurs devraient-elles être vécues dans le quotidien des MDJ, et comment le RMJQ peut-il actualiser les valeurs des jeunes dans le projet maisons de jeunes? C'est sous la forme d'ateliers que la thématique a été abordée. Les ateliers sont un moyen privilégié pour échanger et définir des besoins bien précis.

COURTOISIE MAISON DES JEUNES L'ATOME DE STONEHAM

Saint-Jean-Eudes : La troupe de la comédie musicale présentait « OLIVER », tandis que les cheerleaders se dirigeaient vers le championnat provincial.



LA COMÉDIE MUSICALE

C'est avec fébrilité que les 23 élèves de la troupe de la comédie musicale montaient sur les planches le 26 avril dernier pour présenter OLIVER, une comédie musicale inspirée du roman Oliver Twist, écrit par un des plus grands romanciers anglais du 19^e siècle, Charles Dickens. La préparation a débuté en septembre dernier avec l'attribution des rôles, et sans tarder les comédiens se sont mis au travail sous la direction artistique de M. Stéphane Prémont. On note une fois de plus beaucoup de talent chez nos jeunes, et les chorégraphies ont été toutes aussi spectaculaires les unes que les autres. C'est avec un grand souci du détail en ce qui concerne les costumes et les décors qu'ils ont suscité l'émerveillement dès la première scène de la comédie.



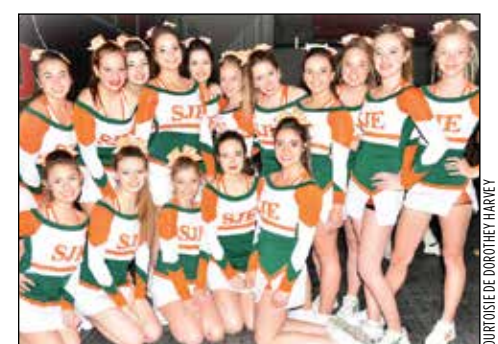
La troupe de la comédie musicale

COURTOISIE DE DOROTHÉE HARVEY



LES CHEERLEADERS

Les équipes de cheerleading de Saint-Jean-Eudes ont bien performé lors du championnat régional du Réseau du sport étudiant du Québec, qui se déroulait les 29 et 30 mars dernier au PEPS de l'Université Laval. En effet, les équipes des catégories «cadette» et «juvénile Open» se sont classées au 3^e rang, leur donnant ainsi leur laissez-passer pour le championnat provincial qui se tenait à Trois-Rivières le 26 avril dernier. Les filles ont aussi participé au Championnat canadien de la Fédération de Cheerleading du Québec (FCQ) qui se déroulait le week-end du 5 et 6 avril dernier au Pavillon de la Jeunesse à Québec. L'entraîneur des équipes cadette et juvénile, Catherine Déry-Vigneault, mentionne que les équipes ont livré d'excellentes performances, mais que seulement l'équipe de la catégorie cadette a réussi à se classer à la 1^{re} position. Félicitations aux équipes et aux entraîneurs pour vos belles performances!



Les cheerleaders

COURTOISIE DE DOROTHÉE HARVEY



Promotion du printemps

les mardis, mercredis et jeudis.

Accès au spa pour la journée

SEULEMENT

35\$*

(Rabais de 7\$)

Forfait massage 60 min. et accès au spa

SEULEMENT

89\$*

(Rabais de 20\$)

Saunas finlandais et infrarouge | Bain de vapeur | Bains extérieurs | Chutes thermales | Massothérapie

siberiastationspa.com

339, boul. du Lac (Lac-Beauport) | 418.841.1325 | 1.855.841.1325

*En vigueur du mardi au jeudi du 15 avril au 19 juin 2014.

Non monnayable. Ne peut être combinée à toute autre promotion.



LES ÉCHOS DE L'ÉCHO

Par Sébastien Couture

sebastien@leseditionsprime.ca

Les Titans de la montagne

Un nouvel événement prend son envol au Relais de Lac-Beauport : Les Titans de la Montagne. La Fondation du Centre d'Aide et d'Action Bénévole de Charlesbourg (CAABC), la Caisse populaire de Charlesbourg et la Station de Ski Le Relais s'associent au profit de la CAABC. Une course hors du commun se déroulera à la montagne le dimanche 8 juin prochain. Deux parcours y seront proposés ainsi que de l'animation et des jeux gonflables sur le site. Le premier parcours, destiné aux débutants et aux intermédiaires, offrira un sentier de 4 km sur un terrain en ascension modérée. Le deuxième parcours, pour l'élite, vous permettra une ascension prononcée de 22 degrés sur une distance de 3,5 km, tout pour vous donner un beau défi ! L'objectif sera de vaincre la montagne et de comptabiliser vos performances sous deux axes : le temps d'ascension et le plus grand nombre d'ascensions dans l'intervalle de temps proposé. Venez en grand nombre !



Valérie Filion, Naturopathe

Valérie Filion participante au Défi têtes rasées LEUCAN

Mme Valérie Filion se lance et ose participer au Défi têtes rasées^{MD} Leucan, son objectif étant d'amasser minimalement 1500\$ à remettre à la fondation. «Depuis le temps que j'en parle, maintenant je veux le faire et je passe enfin à l'action. C'est avec fierté que j'ai décidé de participer à ce Défi têtes rasées Leucan, puisque la cause des enfants atteints de cancer me tient à cœur. Ma participation me permettra d'aider à ma façon les familles bénéficiaires de Leucan en contribuant au financement des services qui leur sont offerts, ainsi qu'à la recherche clinique. Mon geste est également un geste de solidarité envers les enfants qui subissent, lors de la chimiothérapie, une altération de leur image corporelle par la perte de leurs cheveux. Merci de m'encourager et de faire une différence pour eux, vous aussi, à votre manière.»

La 3e édition de la Kermesse-bénéfice Desjardins du Centre de plein air le Saisonnier



Le Centre de plein air le Saisonnier tiendra sa 3^e édition le 7 juin prochain, au profit du Programme Tournesol. Tout le monde est invité à compter de midi à venir s'amuser avec nos animateurs bénévoles dynamiques et à assister à plusieurs prestations extraordinaires. Au programme cette année : Souper spectacle Normandin avec deux humoristes de l'École nationale de l'humour et artistes de la chanson, Zone Proludik, partie professionnelle d'improvisation avec la LNI et la LUI, spectacle canin renommé, spectacle de magie, cantine IGA des Sources, et bien d'autres surprises. Le Programme Tournesol offre à des enfants de milieux défavorisés la chance de vivre l'expérience du camp de vacances, contribuant ainsi à leur socialisation, à l'estime de soi et à l'autonomie des jeunes.



Du CrossFit à Lac-Beauport

Un centre de remise en forme et d'entraînement ouvrira sous peu ses portes à Lac-Beauport. Ce dernier offrira dès le 12 mai 2014 des cours de type «CrossFit» sous la supervision de l'entraîneur Mathieu Corriveau. Ce dernier et sa conjointe, Pénélope Daigle, parents de trois enfants et résidents de Lac-Beauport, désirent offrir aux parents et aux adultes du

territoire une manière efficace et rapide de se mettre en forme ou de s'entraîner en conciliant plus facilement leurs horaires chargés. L'horaire des cours s'ajustera selon les inscriptions et veuillez noter qu'un cours d'introduction est offert et obligatoire. Ce dernier vous permettra de vous familiariser avec cet entraînement et de valider du même coup votre réel intérêt envers celui-ci. Ce nouveau type d'entraînement intense et très en vogue propose l'exécution des mouvements de base dit fonctionnels en intensité et en rapidité. Pour plus d'information, rendez-vous sur le site : www.crossfitlacbeauport.com.

CONCOURS HOP-ÉP@RGNE

À GAGNER : 3 000 \$ EN CRÉDIT-VOYAGE*

Jusqu'au 6 octobre 2014, inscrivez-vous sur desjardins.com/velo ou à l'espace Desjardins lors des événements cyclistes participants.



HOP-ÉP@RGNE

Épargnez à la vitesse de l'éclair avec votre nouvel outil d'épargne instantanée.

FAITES-EN L'ESSAI DANS L'APPLICATION DES SERVICES MOBILES DESJARDINS.



Desjardins
Caisse populaire
de Charlesbourg

La Commission scolaire tranche

La nouvelle école sera réservée au deuxième cycle

La nouvelle école primaire de Lac-Beauport, alias «Montagnac 2», sera réservée aux élèves de deuxième cycle (4^e, 5^e et 6^e année) seulement, a-t-on appris le 5 mai lors de la séance régulière du conseil municipal.

La décision a été prise par la Commission scolaire des Premières-Seigneuries, qui aurait évoqué des raisons de nature administrative. Le conseil municipal en a été avisé en avril.

«Êtes-vous en train de nous dire qu'en mettant la maternelle à la 3^e année dans une école et la 4^e, 5^e et 6^e année dans l'autre, on va doubler les déplacements pour les parents? On va devoir aller à la garderie et à deux écoles?», a demandé une mère de famille aux membres du conseil après l'annonce de cette nouvelle. «Il va y avoir encore plus de circulation dans les quartiers résidentiels, à tous les jours», a-t-elle déploré.

«J'ai été grandement surprise d'entendre cette décision de la commission scolaire, a répondu la conseillère Sylvie Chartier. En tant que conseil, on est assez préoccupé par l'ensemble des déplacements que ça va créer sur l'ensemble du territoire.»

«On est malheureux de ça», a ajouté le conseiller Marc Bertrand. «On voulait de la maternelle à la 6^e année dans les deux écoles», a renchéri son collègue Even Mc Hugh, précisant que le conseil aurait fait part de son point de vue à la commission scolaire, en vain.

Selon Mme Chartier, la commission sco-

laire ne voulait pas permettre la construction d'un deuxième étage à l'école Montagnac, ni d'un pavillon sur le site actuel, «mais là, on sait que la future école aura un deuxième étage» et qu'on y regroupera les élèves de 4^e, 5^e et 6^e année. «C'est un non-sens», dit-elle.

Pour l'heure, les citoyens mécontents devront se tourner vers la commission scolaire s'ils espèrent faire bouger les choses, a laissé savoir le conseil.

SENTIERS DU MOULIN : 300 000 \$ DE PLUS

Par ailleurs, l'acquisition des Sentiers du Moulin aurait coûté 300 000 \$ de plus que prévu initialement aux citoyens de Lac-Beauport. Le conseiller Andy Groskaufmanis a dévoilé le 5 mai qu'une somme totale de 300 000 \$ a été puisée au fonds de roulement de la municipalité, en 2012 et 2013, afin de compléter l'acquisition. À l'époque, un règlement d'emprunt de 1,2 M\$ avait été adopté par l'administration Beaulieu pour couvrir l'achat des Sentiers du Moulin. Or, selon le nouveau conseil, aucune résolution n'aurait été adoptée pour autoriser les dépassements de coûts, ce qui serait inhabituel. «Il y a lieu à une enquête. [...] Faudrait que quelqu'un rende des comptes» dans ce dossier, a demandé un citoyen.



La séance régulière du 5 mai dernier

PLAN D'URBANISME

Lors d'une consultation publique tenue le 5 mai, la municipalité a dévoilé plusieurs changements qui seront apportés au plan d'urbanisme. Premier grand changement, la municipalité entend «concentrer les projets de développement dans les secteurs constructibles prioritaires». Ces secteurs prioritaires seront réexaminés dans le cadre d'une révision future du schéma d'aménagement.

Autre modification, la municipalité entend «freiner les projets de développement domiciliaires nécessitant l'ouverture de nouveaux chemins et la mise en place d'infrastructures

publiques au profit des projets favorisant la consolidation du développement», tout en se gardant le droit d'autoriser l'ouverture d'un nouveau chemin sous certaines conditions.

RÉFECTION DU CHEMIN DES LACS

Bonne nouvelle, le conseil a adopté un règlement d'emprunt de 1 656 400 \$ pour des travaux prévus au PTI, dont une somme de 1,44 M\$ qui servira à la réfection de la chaussée du chemin des Lacs. Le tronçon refait aura une longueur de 2,1 kilomètres (adresses civiques # 48 à 200). Les travaux débuteront cet été.

418-849-6792

CENTRE DU PNEU

Signature

Vente et installation de pneus • Mécanique générale • Alignement

20530, boul Henri-Bourassa, Québec



TÉLÉVISION • TÉLÉPHONIE • INTERNET

ET
MAINTENANT
téléphonie mobile

Claude Carré
Lac-Beauport



Julie Rodrigue
Québec

Credit photo: France Bouchard
francephotos.com

PROMOTION **3** SERVICES

TÉLÉVISION
+ TÉLÉPHONIE
+ INTERNET

à partir de

74,95 \$
/MOIS

Pour plus de détails : www.ccapcable.com



Choisir la CCAP

parce que c'est fait pour vous!

À la CCAP, c'est le service avant tout!

Quelle que soit votre réalité, nous offrons à nos membres un service personnalisé adapté à leur style de vie.

Contactez nous pour savoir comment vous pouvez vous aussi bénéficier de ce service!



Martine Lachance
Ste-Brigitte-de-Laval



@ ccap cable
@ CCAP.TV

418.849.7125

www.ccapcable.com

20 860, boul. Henri-Bourassa

UNE ÉQUIPE SYMPATHIQUE ET DYNAMIQUE

Confiez-nous vos rêves de vacances, nous en ferons votre plus beau souvenir !



CROISIÈRE BRÉSIL & URUGUAY+ Extensions
Buenos Aires
et Chutes Iguazu

**27 janvier au
12 février 2015**

16 jours / 15 nuits / 39 repas

Comprends : Vol de Québec sur Buenos Aires via Toronto avec Air Canada • 3 nuits à Buenos Aires, hôtel 4★ petit déjeuner inclus • Croisière de 10 jours sur le Costa Pacifica • 2 nuits à Iguazu, hôtel 4★ petit déjeuner inclus avec une journée d'excursion aux chutes guidée en français • 1 souper spectacle de Tango • Tous les transferts et taxes

429000\$
cabine int.

CROISIÈRE RELÂCHE SCOLAIRE 2015



01 au 08 mars 2015

8 jours / 7 nuits / 21 repas

Comprends : Départ de Québec en autobus pour New York • Croisière de 7 nuits sur le Norvégian Breakaway, occ. double • Une excursion gratuite (Coco Beach) • Accompagnateur francophone • Tous les transferts et taxes



117900\$
cabine int.



EXCLUSIF
Puerto Vallarta au départ de Québec avec Etienne Drapeau

08 au 15 janvier 2015

Comprends : Vol de Québec / Puerto Vallarta • Accompagnateur francophone • Hébergement en chambre double, hôtel Royal Decameron Complex 4★ tout inclus • Transfert aller-retour, taxes et frais de service • 1 billet pour un spectacle privé d'Etienne Drapeau sur place

159900\$
occ. double

**ETIENNE
DRAPEAU**

VOYAGE

Evasion Monde

Les prix comprennent la TPS et la TVQ mais pas le coût de la contribution des clients au fonds d'indemnisation des clients des agents de voyages. Permis du Québec.

INFORMATIONS / RÉSERVATIONS **418 622-9111**
CONSULTEZ NOTRE SITE WEB AU **www.evasionmonde.com**



PERSONNALITÉ DU MOIS

Par Stéphane Ledien

stephane@leseditionsprime.ca

Gérard Deltell, député de Chauveau

Entre ciel et terre

Député de l'Assemblée nationale du Québec dans la circonscription de Chauveau, ancien journaliste diplômé et passionné d'histoire, expert de la pratique parlementaire et grand amateur d'aviation : Gérard Deltell est décidément un homme de tous les terrains, même quand il garde un œil sur les nuages !



M. Deltell était en compagnie de ses parents (Paule et Guy Deltell) et du journaliste Michel Hébert.

Élu en 2008 au sein du fief où il est né et a toujours vécu ; réélu avec la majorité absolue en 2012 ; plébiscité une nouvelle fois, et toujours à plus de 50 %, en 2014 : Gérard Deltell a de quoi être heureux. « Cette confiance me fait chaud au cœur », dit-il modestement. Pour remonter aux sources de son bonheur, il suffit de regarder du côté de la population qu'il sert au quotidien ; de le voir évoluer lors des activités sociales et culturelles de sa communauté. De constater, aussi, comme il aime « aller à la rencontre des gens », même pendant qu'il fait son épicerie, pour « les écouter et ne jamais perdre le contact avec leur réalité ».

ACTION LOCALE, MESSAGE GLOBAL

Gérard Deltell se définit comme « un gars de Québec qui a toujours vécu à Loretteville », exception faite d'un moment passé à Ottawa, « dans sa jeunesse ». Entre la politique et lui, c'est une longue histoire : à sept ans, il suivait déjà avec intérêt le scandale du Watergate ! Militant pour le Parti conservateur du Canada durant les années quatre-vingt, il s'est ensuite détourné du sujet. Après des études d'histoire avec un grand « h », matière qui n'a d'ailleurs pas fini de le captiver (« en ce moment, je lis la biographie de Nixon »), il s'est lancé dans une carrière de journaliste

au sein des réseaux de télévision TQS, SRC et TVA. « C'était comme s'inviter chez les gens à l'heure du souper pour leur raconter ce qui s'était passé dans la journée. » Une position d'interlocuteur privilégié qu'il a fini par occuper, dès 2002, à couvrir ce qu'il adorait depuis son enfance : les affaires parlementaires. Journalisme et activisme politique font pourtant, de son propre aveu, mauvais ménage. Le premier implique d'être « témoin des événements et de les rapporter objectivement » ; le deuxième, d'être « acteur de ces mêmes événements et d'en donner une opinion ». Un point commun les relie malgré tout : le sens des responsabilités.

PASSIONS ET CONVICTIONS

Définitivement engagé en politique en 2008 pour « prendre des décisions qui peuvent influencer des milliers de vies », Gérard Deltell n'envisage pas de revenir en arrière. Après la politique ? Il n'a aucune idée de ce qu'il fera. Tout fervent amateur d'histoire et de lieux du passé qu'il puisse être, il préfère se concentrer sur le présent. Ce qui ne l'empêche pas de rêver aussi d'envolées. Fêru d'aviation, il pratique le paramoteur (avec à son actif déjà 120 heures de vol) et prévoit de faire le tour aérien de Chauveau. Pour avoir une bonne vision d'ensemble de sa circonscription ?

QUI EST-CE ?

Notre invité mystère à la chronique « Qui est-ce ? » est nul autre que Jean-Philippe Villemaire



BENJAMIN VILLEMAIRE

Faut-il changer davantage nos habitudes ou augmenter la fréquence des cueillettes municipales à l'été?

Les ordures en période estivale

La fréquence de la cueillette des ordures fait jaser sur nos territoires, et ce, surtout pendant la période estivale. Beaucoup se plaignent allègrement des odeurs nauséabondes occasionnées par les plus chaudes températures de l'été.

Par Sébastien Couture

sebastien@leseditionsprime.ca

Il y a quelques années maintenant que la municipalité de Stoneham-et-Tewkesbury a augmenté la fréquence de la collecte pendant la saison estivale. Pour le Lac-Beauport, il semble que la fréquence des cueillettes soit la même toute l'année et nous n'avons pas été en mesure d'avoir une réponse de la municipalité à cet effet. Nous ne savons donc pas si cette dernière procèdera à la récolte hebdomadaire pour la période estivale et ce, à l'instar de Stoneham et plus récemment de la ville de Lévis. Toutefois, il faut souligner ici qu'à la différence de la municipalité voisine, la municipalité de Lac-Beauport a déjà une cueillette pour le compostage. On pourrait penser que ça fait quand même une différence majeure en ce qui a trait aux odeurs et à l'apparition de vers dans le bac à ordures. De son côté, la ville de Lac-Delage offre la cueillette des ordures seulement une fois par mois. Cette dernière a voulu mettre davantage de pression sur les citoyens afin qu'ils choisissent de participer activement à l'exercice du compostage et ainsi réduire les ordures.

La Communauté métropolitaine de Québec (CMQ), à l'instar des autres communautés métropolitaines et des MRC du Québec, s'est vu conférer par le Gouvernement du Québec la responsabilité d'élaborer un plan de gestion des matières résiduelles (PGMR) pour la rive nord de son territoire, selon les exigences de la Loi sur la qualité de l'environnement et de la Politique québécoise sur la gestion des matières résiduelles 1998-2008. Ce plan de gestion vise à définir les mesures requises pour assurer, d'ici 2008, l'atteinte des objectifs de mise en valeur par la réduction, le réemploi, le recyclage et le compostage des matières résiduelles du secteur municipal (résidentiel) fixés par la Politique. Nous devons donc tous contribuer à l'atteinte de ces objectifs et faire ce qu'il faut sur notre territoire afin d'y arriver.

Depuis maintenant plusieurs années, la sensibilisation à un meilleur triage de l'ensemble de nos déchets porte fruit. De plus en plus de matières sont donc recyclées et ne vont plus aux ordures. Tous ces efforts ont ainsi été fait pour diminuer l'enfouissement et garantir une meilleure gestion des déchets, et ce, dans notre intérêt commun. La vitesse de nos pratiques quotidiennes nous amène peut-être à ne pas trier assez et donc laisser aller des éléments apportant des inconvénients désagréables, comme les odeurs et les vers. Toutefois, une meilleure disposition des matières appelées à se décomposer pourrait sûrement contribuer à diminuer ces désagréments. De plus, un

endroit à l'ombre pour les contenants aiderait aussi à ralentir les effets. Enfin, des méthodes

de nettoyage des bacs pourraient aussi être envisagées, d'autant que certaines compagnies

font leur apparition à cet effet et qu'au final, il semble plutôt s'agir d'un mal nécessaire.



COURTOISIE

©2014 Porsche Cars Canada, Ltd. Porsche recommande le port de la ceinture de sécurité et le respect du code de la route en tout temps.



Un jour peut être aujourd'hui.

Ce qui vous a paru inaccessible pendant si longtemps est soudainement à votre portée. Un véhicule d'occasion certifié Porsche Approved est votre chance de réaliser le rêve que vous pensiez irréalisable. Rassurez-vous, votre rêve est offert avec une garantie complète, sans aucune franchise et l'assistance routière 24 heures de Porsche. Et la certitude que le personnel des ventes dévoué de Porsche vous a aidé à trouver la meilleure Porsche, celle qui vous convient. Visitez votre Centre Porsche pour découvrir à quel point le rêve peut être accessible. Porsche. Il n'y a pas d'équivalent.

Le rêve commence à porsche.ca/fr/approved

Centre Porsche Québec
2240, RUE CYRILLE-DUQUET
QUÉBEC QC G1N 2G3
418-PORSCHE (767-7243)
www.porschequebec.com

Porsche recommande Mobil 1



PORSCHE

Logements des aînés à Stoneham : le projet va bon train

Le projet de logements communautaires des aînés à Stoneham-et-Tewkesbury a franchi plusieurs étapes importantes lors de la séance régulière du 14 avril du conseil municipal.

Par Philippe Brassard

philippe@leseditionsprime.ca

«Le dossier chemine très bien», souligne le maire Robert Miller en parlant de ce projet de 32 logements communautaires destinés à accueillir des aînés autonomes ou en légère perte d'autonomie.

Évalué à 5,2 M\$, le projet sera financé comme suit : 50 % par Accès-Logis, 35 % par un prêt garanti au futur organisme à but non lucratif qui sera chargé de gérer les habitations, et une dernière part de 15 % qui sera offerte par le milieu. «Ce 15 % comprendra la contribution de la municipalité et celle d'autres partenaires locaux» qui seront sollicités, a précisé le maire. «L'objectif est de garder chez nous nos aînés. On veut leur permettre de continuer à vivre dans notre communauté», a-t-il expliqué.

Parmi les étapes qui ont été franchies le 14 avril, le conseil a adopté un règlement d'emprunt de 239 000 \$ pour la décontamination des sols sur le terrain vague en face du vieux garage municipal; l'endroit où doivent être bâtis les 32 logements communautaires.

Le conseil a aussi adopté un règlement d'emprunt de 552 000 \$ pour des travaux



d'aqueduc et d'égout visant à brancher le secteur en question. Le maire explique que ces travaux visent non seulement à desservir les logements communautaires, mais aussi la maison des organismes et l'ancien garage municipal qui sera transformé en deuxième maison des organismes, après l'ouverture du tout nouveau garage cet été. «Une partie de notre contribution aux logements communautaires des aînés sera comprise dans ces travaux» de raccordement, a noté M. Miller.

Par ailleurs, un troisième règlement d'emprunt de 133 000 \$ pour des honoraires professionnels visant à produire les plans et

devis pour ces deux projets (décontamination et travaux d'aqueduc et d'égout) a aussi passé l'étape d'approbation par les citoyens habilités à voter.

DÉCONTAMINATION

Le 14 avril, le conseiller M. Claude Lebel, se prononce sur le règlement d'emprunt pour la décontamination. «On est d'accord que les logements des aînés sont prioritaires, mais on ne comprend pas pourquoi on veut décontaminer un terrain sans avoir de garanties claires du promoteur que le projet sera réalisé. [...] La charrue a été placée devant les bœufs.»

De son côté, le maire a précisé que la municipalité doit enclencher les démarches car elle espère obtenir une subvention pour la décontamination. «Quand on aura déterminé l'endroit précis à décontaminer, on sera capable de faire une demande d'aide financière», informe-t-il.

SÉANCE EXTRAORDINAIRE

Le 15 avril en séance extraordinaire, le conseil a adopté un règlement d'emprunt de 989 000 \$ pour la réfection du chemin des Trois-Lacs et le prolongement de plusieurs sentiers piétonniers.

Selon le maire, une somme de 560 000 \$ est prévue pour la réfection du chemin des Trois-Lacs, qui est fortement endommagé. Un montant de 429 000 \$ est alloué pour la prolongation des sentiers longeant l'avenue Tewkesbury et le chemin Crawford, et l'aménagement d'un sentier reliant le complexe municipal à l'école; soit 1,5 kilomètre de sentiers au total.

Encore une fois, l'opposition a voté contre ce règlement d'emprunt, sans toutefois empêcher l'adoption. Déplorant l'inclusion de «deux projets totalement différents» dans le même règlement, Claude Lebel soutient que «ces sentiers pédestres nous apparaissent comme un luxe» pour Stoneham. Il ajoute ne pas déceler «d'urgence» ni de «demande» pour un tel projet.

Se disant «déçu» par les démarches de l'opposition, le maire assure que ces sentiers pavés sont importants. Ces sentiers visent «à assurer la sécurité» des piétons et des cyclistes sur notre territoire, a-t-il mentionné.



HEURES D'OUVERTURE

Centre de services de Stoneham

Mardi et mercredi	10 h à 18 h
Jeudi	10 h à 19 h
Vendredi	10 h à 18 h

HORAIRE TÉLÉPHONIQUE PROLONGÉ

Lundi au vendredi	6 h à 22 h
Samedi, dimanche et jours fériés	8 h 30 à 16 h

Accédez aux services de votre caisse
24 h sur 24, 7 jours sur 7.

desjardins.com

m.desjardins.com

1 800 CAISSES

Suivez nous sur f

418 626-1146

desjardins.com/

caissepopulairedecharlesbourg



Desjardins
Caisse populaire
de Charlesbourg

Coopérer pour créer l'avenir



Les ambulanciers dirigés vers une mauvaise adresse

La vie d'une employée mise en danger

Section
Stoneham-et-
Tewkesbury

Les plus grandes entreprises de localisation routière comme Google, Michelin et Garmin ne repèrent pas certaines résidences et entreprises situées, entre autres, sur le boulevard Talbot à Stoneham-et-Tewkesbury. Un appel d'urgence au 911 pour l'assistance d'une ambulance aurait pu tourner au drame, les ambulanciers ayant été conduits à une ancienne adresse civique.

Par Sébastien Couture

sebastien@leseditionsprime.ca

C'est depuis la Clinique Dentaire Stoneham qu'un appel se loge au service d'urgence 911 pour venir en aide à une employée inconsciente, victime d'un accident vasculaire cérébral. Les ambulanciers qui auraient facilement pu arriver dans les dix premières minutes auront finalement mis presque une demi-heure pour arriver sur les lieux. Le système de géoréférence utilisé les aurait conduits quelques kilomètres plus loin, et c'est suite à un nouvel appel qu'ils auraient enfin réussi à retrouver la bonne destination. C'est sans équivoque une situation inacceptable qui mérite plus d'éclaircissement sur les problèmes vécus dans ce secteur du territoire.

À la fin des années 90, un rapport préparé par un stagiaire au Service des incendies répertoriait l'ensemble des irrégularités des mauvaises attributions d'adresse partout sur le territoire des Cantons-Unis de Stoneham-et-Tewkesbury. Il va sans dire qu'il est assez fondamental pour un service d'urgence de pouvoir repérer rapidement et sans confusion l'endroit d'un appel. Au fil des années, certains problèmes avaient été vécus puisque nous retrouvions encore à l'époque des adresses semblables, voire identiques, des chemins et des allées d'accès non verbalisés, etc... L'ampleur des changements à apporter était majeure et il fallait bien s'y préparer.

C'est en 2007 que l'opportunité idéale se présente pour la municipalité; Poste Canada désire procéder à l'urbanisation du code postal

sur l'ensemble du territoire. Ainsi, la municipalité en profitera pour raviver le dossier et procéder du même coup à plusieurs changements. Une bonne vingtaine de chemins non verbalisés et près de 900 numéros civiques sur

Communauté métropolitaine de Québec (CMQ). De fait, bien que plus de 1500 grands utilisateurs postaux aient été avisés par Poste Canada des changements opérés, les mise-à-jour ne sont toutefois pas obligatoires pour tous, et surtout,

ne semblent pas très importantes pour certains d'entre eux qui n'ont toujours pas effectué ces changements. Joint par téléphone, le maire de la municipalité, M. Robert Miller, s'est dit très préoccupé par la situation et affirme que tous les efforts supplémentaires nécessaires seront faits dans les meilleurs délais. Ce dernier a d'ailleurs été en communication avec la CMQ à plusieurs reprises et continuera de faire pression à ce sujet.



PHOTO: J. L. LACROIX

3300 sont à revoir. L'axe du boulevard Talbot sera revu en son entier pour s'aligner sur les adresses existantes de la Ville de Québec dans sa partie sud. Tous savaient à ce moment que cette refonte majeure allait créer des problématiques à court terme, mais les changements étaient nécessaires et, de toute façon, il y avait déjà des problématiques réelles non négligeables.

En 2014, les problèmes sont toujours réels, et ce, malgré tous les efforts de la municipalité, de la MRC de La Jacques-Cartier et même de la

25 MAI 2014

COURSE POPULAIRE



DÉFI MONTAGNE FJS

1 KM (12 ANS ET MOINS) - 5 KM - 10 KM



AU PROFIT DE :

Fondation
Jeunesse
StonehamMusique
Animation
Prix de présencePRÉSENTÉ PAR :
CCAP
CABLE • COM
TELEVISION • TELEPHONIE • INTERNET

INSCRIVEZ-VOUS MAINTENANT!

www.defi-montagne-fjs.inscriptionenligne.ca

La course aura lieu à la Station de ski Stoneham beau temps, mauvais temps.

Inscription: 1km/10\$-5km/25\$-10km/35\$ f FondationJeunesseStoneham

Clinique dentaire
Stoneham

Dr Stéphane Coulombe, chirurgien-dentiste

Ludovic et Frédéric Fortin, denturologistes

Dr Pascal Forest, dentiste généraliste
service d'implantologie

Dre Hélène Engel, orthodontiste

Bienvenue à notre nouvelle dentiste : D^{re} Audrey-Ann Fortin
ainsi qu'à notre deuxième hygiéniste : Anne Thibodeau

Dentiste: 418 848-8000 | Denturologiste: 418-848-7900

www.cliniquedentairestoneham.ca | 2683, boul. Talbot, Stoneham-et-Tewkesbury



ANDRÉ DUSSAULT

courtier
immobilier



Visitez notre nouveau site andredussault.com
418 849-0555



QUÉBEC 939-949, avenue Murray P.D. 669 000 \$



STE-FOY/SILLERY 3358, rue Beauchamps P.D. 312 000 \$



STE-FOY 2791, rue de Ville-Marie P.D. 339 000 \$



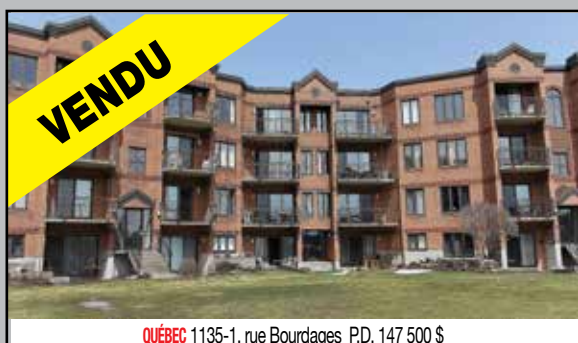
MONTCHÂTEL 13 235, rue Duhamel P.D. 287 000 \$



SHANNON 3, rue Birch P.D. 319 000 \$



STE-BRIGITTE-DE-LAVAL 13, rue des Bruyères P.D. 227 000 \$



QUÉBEC 1135-1, rue Bourdages P.D. 147 500 \$



MONTCALM Le LOUISBOURG 380, Grande-Allée Ouest P.D. 879 000 \$



LAC-BEAUPORT 15, chemin du Grand-Bornand P.D. 869 000 \$



LAC-BEAUPORT 4cc 2sb à l'étage. Garage double chauffé, terrain aménagé. 619 000\$



LAC-BEAUPORT D'inspiration Nouvelle Angleterre, plafonds 9pi. 3 chambres. 579 000\$



LAC-BEAUPORT Récente, 4 chambres, sous-sol aménagé en RDJ. Clé en main ! 589 000 \$



LAC-BEAUPORT Magnifique cottage 3 chambres. Projet clef en main! 499 000 \$



LAC-BEAUPORT 4 côtés brique, 4 chambres. Piscine creusée chauffée. 549 000 \$



LAC-BEAUPORT Matériaux sans entretien, 4 chambres, terrain de 43 000pc 589 000 \$



LAC-BEAUPORT Const. à la main style scandinave. 3 cc, certifié EPA, site discret 699 000 \$



LAC-BEAUPORT Rénovée, poutres de bois, bois franc, 2 foyers de pierre, 4cc, 2sb 429 000 \$



LAC-BEAUPORT 3 cc 2 bur 2 sb + 1 se garage dble SPA. Services municipaux. 469 000 \$

Encore d'excellents
résultats!



Ginette Tremblay
Adjointe



Céline Robitaille
Courtier immobilier



Patricia Morin
Courtier immobilier



Noël Gingras
Courtier immobilier

Bienvenue
Lucie Rinfret
25 ans d'expérience



LEBOURGNEUF LIBRE IMMÉDIATEMENT 1250pc Stat int. piscine et SPA. 315 000 \$



CAP-ROUGE Maison de prestige possibilité bi-génération ou logement. 1 295 000 \$



QUÉBEC/SAINT-SACREMENT TRIPLEX avec garage. 7 ½ (proprio)+2 logements. 619 000 \$



LAC-BEAUPORT Construction neuve, 2 chambres, terrain plat, très intime! 359 000 \$



LAC-BEAUPORT PAISIBLE sans voisin arrière, avec accès au Lac Bleu. 279 000 \$



LAC-BEAUPORT Projet commercial, zonage autorisé pour resto/condo/auberge 359 000 \$



LAC-BEAUPORT Une rareté à ce prix! Le luxe, la pierre, le contemporain. 469 000 \$



LAC-BEAUPORT Rénovée au goût du jour! RDC à aires ouvertes, foyer, 3cc. 309 000 \$



LAC-BEAUPORT Magnifique cottage avec fenestration abondante. 3 chambres. 379 000 \$



LAC-BEAUPORT 150pi de façade sur le lac, petite plage, quai. Terrasse intime. 797 000 \$



LAC-BEAUPORT Direct sur le lac, côté sud, 100pi de façade. service d'égout. 659 000 \$



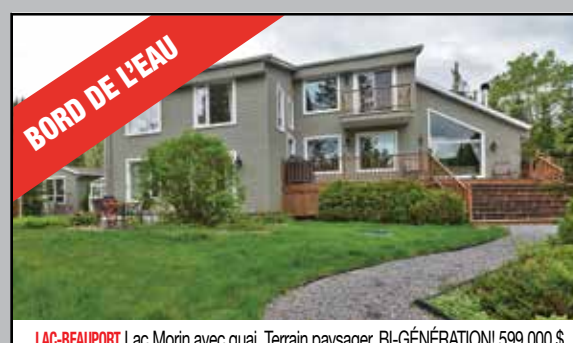
LAC-BEAUPORT Magnifique maison 3cc! RDC entièrement refait avec goût. 339 000 \$



LAC-DELAGÉ Entretien et rénovée avec soin. 4 chambres. Magnifique terrain. 345 000 \$



LAC-BEAUPORT Lac Morin avec quai. Structure de poutre avec plafond cath. 698 000 \$



LAC-BEAUPORT Lac Morin avec quai. Terrain paysager. BI-GÉNÉRATION! 599 000 \$



LAC-BEAUPORT 1850pc, 2 chambres. Grande terrasse, 2 stat. Int. + rangement. 459 000\$



LAC-BEAUPORT RÉCENTE 3 chambres Terrain de 22 000pc bordé par la rivière. 444 000 \$



SAINTE-BRIGITTE-DE-LAVAL 6 chambres 2sb + 1se. Piscine et 2 grands patios. 339 000 \$

La saison estivale 2014

Quoi faire à la Station Touristique Stoneham et au Relais cet été

Les amateurs de plein air, d'activités en nature et de détente pourront profiter de plusieurs installations mises à leur disposition au sein de la Station Touristique Stoneham. Le centre de ski Le Relais sera disponible aux écoles et aux entreprises.

Par Geneviève Décarie

genevieve10@hotmail.com

La station touristique Stoneham offrira tout l'été un accès illimité et gratuit à sa montagne pour faire de la randonnée et même faire du géocaching.

« Le géocaching est une forme de chasse au trésor, mais avec un GPS. Les gens se promènent à travers la montagne, à pied, à la recherche de trésors. C'est une activité qui se fait partout dans le monde. Il est possible pour les groupes de réserver. On donne alors une mini-formation, on fournit des GPS et les gens partent ensemble. C'est vraiment une belle activité à faire en famille », explique Liza-Marie Lacasse, chef de service des communications à la station de ski Stoneham.

Les prix sont variés, tout dépend du

nombre de personnes qui prend part à l'activité. En général, cela ne dépasse pas plus de 15\$ par personne.

ÉVÉNEMENTS ET DÉTENTE

La station donne aussi l'occasion aux groupes ou aux familles d'organiser leurs événements tels qu'un mariage ou une réunion de famille sur le site.

Pour ceux qui veulent se rafraîchir, une grande piscine est également à la disposition de tous. Le prix à la journée est de 3\$ pour les enfants de 7 à 17 ans et 5\$ pour les adultes. Il est aussi possible d'acheter des forfaits saisonniers.

Les amoureux de détente en nature pourront également trouver leur compte, car les spas et le centre de santé regroupant massothérapie, épilation et bien plus encore restent



Section Stoneham-et-Tewkesbury

COURTOISE

Géocaching à la Station Touristique Stoneham.

ouverts tout au long de l'été pour satisfaire la clientèle.

Par contre, aucune animation n'est prévue sur le site. Cette dernière est principalement consacrée aux camps de jour se déroulant sur le terrain durant les quelques mois de chaleur.

LE RELAIS

De son côté, le centre de ski Le Relais ne sera pas actif au cours des quelques mois de chaleur. Effectivement, l'automne dernier, les propriétaires ont pris la décision de mettre fin au centre d'hébertisme aérien. « Le parc avait déjà 10 ans et il avait atteint sa limite d'âge. Il y avait beaucoup de rénovations à faire et pour cela, il aurait fallu couper beaucoup d'arbres pour respecter les normes. Il faut aussi com-

prendre que ce n'est pas une activité qui est en croissance, ce genre de sport est disponible un peu partout dans la région », explique Mario Bourrassa, directeur général. L'été servira plutôt à faire quelques rénovations dans le chalet et la montagne.

À LA DISPOSITION DES ENTREPRISES ET DES ÉCOLES

Par contre, les installations seront à la disposition des compagnies qui voudraient les utiliser pour des événements corporatifs.

Également, du 15 mai au 23 juin, le centre s'est associé avec l'entreprise Proludic pour offrir une panoplie de jeux gonflables aux différentes écoles qui voudraient faire une sortie scolaire.

D-STRUCTURE
MAINTENANT BMX ROLLER / LIFESTYLE
710, RUE BOUVIER, QUÉBEC

Logos: united, PREMIUM, HARO, EASTERN BIKES, RAZORS, ROLLERBLADES, valo, OAKLEY, CLWR, THE HUNDREDS.

D-STRUCTURE.COM

OPINION DU LECTEUR

L'avenir du Manoir St-Castin

Préservation ou démolition du patrimoine bâti?

J'apprends, par le journal L'Écho du Lac, que le nouvel acheteur du Manoir St-Castin projette de démolir l'immeuble actuel pour le remplacer par un condo-hôtel. Quoique je trouve l'idée du condo-hôtel intéressante, je ne peux que déplorer son intention de détruire le patrimoine bâti de notre municipalité.

Mme Brunet,

L'immeuble actuel fêtait récemment son 75^e anniversaire. Il représente de façon exceptionnelle l'âge d'or de la vocation touristique et de villégiature de Lac-Beauport. Malgré que le bâtiment ne soit pas un bien culturel au sens légal du terme, son style architectural typique du Vieux Lac-Beauport est un apport indéniable à notre histoire et notre patrimoine physique. Je trouve inacceptable de raser un tel «bijou» sans faire la preuve qu'il est impossible de l'utiliser pour les fonctions pressenties, impossibilité dont je doute fortement.

Les rivages du lac comptaient, il y a quelques années, plusieurs maisons et hôtels d'intérêt ayant un caractère architectural distinct. Je pense notamment au Château Lac-Beauport, rasé depuis une dizaine d'années sans suite, ou à la résidence d'été de l'Honorable Jean Lesage, remplacée par le «château» d'un millionnaire du sport professionnel. Je constate, année après année, l'élimination graduelle de tous les bâtiments anciens autour du lac (et ailleurs) et leur remplacement par des mégarésidences au goût très douteux, tape-à-l'œil, mal intégrées et sans égard au voisinage. Je ne peux que déplorer un tel laisser-aller de la part de nos représentants municipaux au cours des dernières années.

Je suis très inquiet de cette tendance lourde qui se répand sur notre territoire: on démolit



Manoir St-Castin.

allègrement les immeubles anciens partout le long des axes routiers principaux pour les remplacer par des bâtiments commerciaux au goût du jour. On rase de beaux grands terrains aménagés et boisés pour construire des commerces et de vastes stationnements. Est-ce là la vision de notre municipalité? Voulons-nous recréer un autre Sainte-Foy chez nous? J'en doute fortement.

Madame la mairesse, quelles sont les intentions du conseil actuel pour assurer une préservation minimale du Manoir St-Castin et principalement du corps de bâtiment datant de 1938? Souhaite-t-on préserver un minimum du patrimoine bâti de notre municipalité? Veut-on transformer le paysage bucolique de Lac-Beauport en vitrine de magazine de prestige pour les richards de la Capitale nationale? Veut-on plutôt préserver notre joyau, son architecture, son patrimoine et sa vocation familiale?

Il faut une vision d'avenir pour Lac-Beauport et je crois que c'est sous cette bannière que la population vous a élue, vous et votre équipe. L'avenir se bâtit à partir d'un rêve commun et non au gré du vouloir sporadique des investisseurs. Je suis en faveur du progrès et de l'essor

économique, mais pas au détriment du respect de notre histoire et de nos valeurs.
SVP rassurez-moi...

Bernard Duchaine
Résident de Lac-Beauport depuis 1987

Spécialiste en voitures européennes

**LAVE-AUTO
À LA MAIN** À PARTIR DE
30\$
Forfaits intérieur / extérieur



Réparation,
remplacement
de pare-brise et
accessoires d'auto.



CENTRE TECHNIQUE GILCO
979, boul. du Lac, Lac-Beauport (QC) G3B 0W4
418 841-6391

Une clinique dentaire familiale près de chez vous... depuis 25 ans!

CENTRE DENTAIRE

Dre Évelyn Bradet
dentisterie
esthétique et familiale

418 849-7185

■ Confiance ■ Expérience ■ Douceur

Pour un rendez-vous rapide, communiquez avec nous!
661, Jacques Bédard (Édifice du Brunet / Notre-Dame-des-Laurentides)

SANTÉ

Par Marie-Josée Fortin, travailleuse sociale et médiatrice familiale

conseilmediation.fortin@gmail.com / http://conseilmediation.com

La semaine de la santé mentale

La maladie mentale chez les enfants et les adolescents

La semaine de la santé mentale se tiendra cette année du 5 au 11 mai 2014. Il était important pour moi de profiter de cette occasion pour vous parler de la maladie mentale chez les enfants. Les maladies mentales chez les jeunes sont beaucoup plus fréquentes qu'on le pense. La dépression peut frapper au sein de la famille. Mais comment reconnaître les signes du symptôme dépressif sous son propre toit?

À l'âge adulte, près de la moitié (49 %) des gens estiment avoir déjà été atteints de dépression ou d'anxiété et n'ont jamais consulté un médecin à ce sujet. Il est donc important de reconnaître les symptômes pour intervenir et pour soutenir vos proches ou votre enfant dès l'apparition des premiers signes. Chez l'enfant et l'adolescent, la dépression est rarement isolée. Elle peut se manifester par des comportements : d'opposition aux parents, par des troubles alimentaires, par de la délinquance, par l'usage d'alcool ou de drogues. Ces derniers sont souvent des troubles liés à la dépression de l'adolescent. Aussi, si des difficultés à l'école apparaissent avec des changements de comportement chez votre enfant, cela doit attirer votre attention. Un enfant qui a du mal à se concentrer va souvent réagir en évitant ou en refusant de travailler.

LA DÉPRESSION, UNE MALADIE FRÉQUENTE CHEZ L'ADOLESCENT

Environ 10 % à 20 % des jeunes canadiens sont touchés par une maladie mentale.

Aujourd'hui, plus précisément, environ 5 % des jeunes canadiens et 12 % des jeunes canadiennes entre 12 et 19 ans ont connu un épisode dépressif majeur. La maladie mentale menace de plus en plus la vie de nos enfants et le suicide est l'une des principales causes de décès chez les 15 à 24 ans. Quels sont les signes de la dépression chez l'enfant? Il faut une oreille attentive pour entendre dans les expressions de l'enfant une tristesse et les symptômes de la dépression. Sachez reconnaître la dépression de vos enfants ou une crise de l'adolescence. Comment savoir s'il s'agit d'une dépression? Comment interpréter ces «je m'en fous» ou «personne ne m'aime»; les mots de l'enfant déprimé :

IL DIT	IL FAUT COMPRENDRE
«Je m'en fous», «J'en ai rien à faire», «J'ai envie de rien»	Perte d'intérêt et du plaisir
«Je suis nul»	Perte de l'estime de soi, dévalorisation
«J'y arrive pas»	Impuissance
«C'est de ma faute», «Je suis méchant», «J'ai honte»	Sentiment de culpabilité, de honte
«Mes parents ne m'aiment pas»	Perte d'amour, sentiment de désespoir
«Personne ne m'aime»	Parfois idées de mort et de suicide
«Je n'y arrive pas, c'est trop dur», «Je comprends rien», «Je sais pas, j'm'en rappelle pas»	Troubles de l'attention, de la concentration et de la mémorisation

Source <http://www.doctissimo.fr/>

La tristesse et l'isolement



Les crises

Une fois la dépression diagnostiquée, 80 % des personnes malades recevant de l'aide peuvent reprendre leurs activités habituelles. Quant aux autres, les problèmes peuvent se poursuivre, et même jusqu'au suicide.

LE SUICIDE EST-IL RÉPANDU?

Le suicide est plus fréquent chez les jeunes que chez les adultes. C'est 24 % de tous les décès chez les personnes âgées de 15 à 24 ans et 16 % chez les personnes âgées de 25 à 44 ans. Il est important d'intervenir, car un enfant ou un adulte dépressif est plus à risque de se suicider. Il ne faut pas hésiter à consulter votre CLSC en cas de besoin afin de vous faire conseiller.

CE PRINTEMPS, REDÉCOUVREZ VOTRE PARC NATIONAL

LE PARC NATIONAL DE LA JACQUES-CARTIER offre une gamme diversifiée d'activités : randonnée pédestre, canot, kayak, mini-raft, activités de découverte, pique-nique, pêche et bien plus... Planifiez votre visite!

parcsquebec.com/jacquescartier


1 800 665-6527

Photo : Mathieu Dupuis

LE BLOGUE À LUCIE

Par Lucie Ricard

Blogue : <http://deuxpoidsdeuxmesures.wordpress.com/> / ricarreau@ccapcable.com

Le verdict est tombé: c'est la fin de ce rouleau!

Des mots sur les maux...

Le 24 février, le couperet est tombé et mon médecin m'a annoncé que je devais prendre une pause. Une pause de tout ce qui composait mon quotidien jusqu'à maintenant. Je devais me reposer. Apparemment, j'avais tiré un train derrière moi depuis longtemps, et là le train s'était arrêté, ne voulait plus avancer et les wagons se rentraient dedans à la queue leu-leu et me rentraient dedans aussi. En d'autres termes, moins poétiques, plus crus: je faisais (et fais toujours) une sévère dépression. Ouch!

Moi? Ben voyons donc! OK, deux jours de «break», une couple de mojitos, une bonne bouteille de rouge et tout devrait rentrer dans l'ordre! Les dépressions, c'est pour les faibles, pas pour moi... Oooh! que je me trompais. La dépression, c'est pour tout le monde. C'est la maladie de ce siècle. C'est un appel à l'aide du corps, de l'esprit, du cœur. C'est une terrifiante zone noire, une bulle très imperméable, c'est de l'anxiété, des sueurs, des larmes, des incapacités, des repères perdus, des habitudes dont on perd l'habitude, des amis qu'on ne veut plus voir, plus entendre, un soi-même qu'on ne reconnaît ni mentalement, ni physiquement, un essoufflement de la vie, une peur du bruit, du mouvement, du différent, de l'inconnu...

Mes parents, adorables, aimants, présents tant que possible depuis leur maison de Charle-

voix, mais visiblement dépassés par cette maladie invisible dont on a passé des années à taire le nom ou à l'associer à la honte ou à des gens étranges, reclus, différents, me téléphonent tous les jours depuis le 24 février. Tous les jours ils me demandent si je vais mieux, tous les jours je leur fais mal en leur répondant non. Tous les jours ils me disent de regarder mes beaux enfants, mon mari, ma job, ils me suggèrent de me secouer un peu, de sortir, de prier. Tous les jours je cherche les mots pour leur dire mes maux.

«Tous les jours, ils me demandent si je vais mieux, tous les jours, je leur fais mal en leur répondant non. Tous les jours ils me disent de regarder mes beaux enfants, mon mari, ma job, ils me suggèrent de me secouer un peu, de sortir, de prier. Tous les jours je cherche les mots pour leur dire mes maux.

Des mots qui les aideraient à comprendre, des mots qui expliquent ces maux

qui me font si mal à l'âme et parfois au corps. Comment expliquer aux personnes qui t'ont donné la vie que cette vie, tu n'es plus certaine d'en vouloir? Comment expliquer à des gens qui ont vécu l'après-guerre, la misère, que l'on se sent mal dans notre maison neuve avec

tout le confort possible? Comment dire à ceux qui m'ont faite et élevée que je me trouve ultra moche, inutile, inintéressante? Avec quels mots dire à ceux qui se sont privés pour payer vos études ou pour rembourser vos cartes de crédit, qui ont endossé votre premier prêt, que maintenant qu'on est bien établi dans la

vie et autonome financièrement, on se sent comme un gros poids sans utilité pour tous ceux qui nous entourent? Comment on dit à ces personnes qui sont si fières de nous, qui nous aiment si fort, qui ont une explication pour tous nos défauts, qui nous ont toujours trouvé magnifique tant dedans que dehors, comment leur dire qu'on se déteste? Et...comment on fait ça sans les blesser, sans gâcher leur sommeil, sans ajouter un poids inutile à leurs 80 ans?

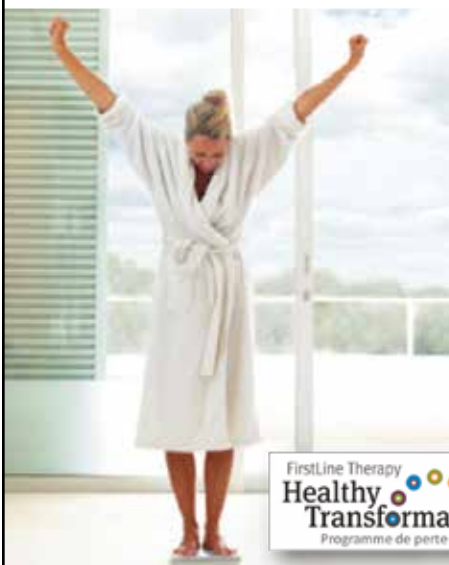
On le fait doucement, en répétant, en trouvant, chaque jour, de nouveaux mots pour décrire nos maux, on le fait en leur disant que ça va finir par passer. On le fait avec honnêteté et amour. Et un jour, fin avril, le téléphone sonne encore et ce sont encore mes parents qui, cette fois, ne veulent plus savoir si je vais mieux, ils veulent savoir COMMENT je vais, ils veulent partager ma douleur, ils veulent me dire, tout simplement, qu'ils m'aiment. Et ça, ça fait un bien fou! Ils savent mettre des mots sur MES maux.



B.A., Courtier immobilier

CHANTAL FLEURANT

courtier de VALEURS

LAC-BEAUPORT
P.D. 290 000\$LAC-BEAUPORT RARE. Terrain
1,2M pc avec lac privé, zonage
rés./comm./forestier.LAC-BEAUPORT VUE/ACCÈS LAC.
Sur 3 niveaux, garage excavé, grandes
fenêtres, pour les plus exigeants!LAC-BEAUPORT VUE LAC. Cachet,
12 pièces, 3 cc, 2 sdb, plafond
cathédrale, foyers, 20 000 pi ca.
Accès lac/plage privée avec bateau.LAC-BEAUPORT BORD DE L'EAU.
3 chambres, 2sb, bureau, s. fam.
entrée indep. s-sol, annexe d'été.LAC-BEAUPORT VUE LAC. Tout
rénové, chalet chic & rustique, 11
pces, terr. 8500pc. Un petit
bonheur!NOUVELLE
DEMEURE
INC.Agence immobilière
670, rue Bouvier, bureau 180,
Québec (Gc) G2J 1A7418 806-8998
www.chantalfleurant.comVALÉRIE FILION ND.A.
NATUROPATHE AGRÉÉEPartenaire
de votre bien-être

Plus léger et en meilleure santé cet été!

Obtenez la santé et le poids que vous
voulez! Une expérience de transformation
saine avec perte de poids.Simple, stimulant, sécuritaire,
cliniquement testé, ce programme
développé par Metagenics, vous
permet d'atteindre vos objectifs.Je vous guide et vous accompagne
tout au long de votre démarche.T 418.316.5300
www.votrenaturo.com
870, Boulevard du LacEn ondes
dès le 1^{er} juilletSurveillez notre page Facebook pour
connaître les événements visités par
notre équipe cet été!Votre TV locale!
Canaux 01 & 601
www.ccap.tvEn collaboration avec
Desjardins
Caisse populaire
de Charlesbourg

LE MILLE UN
CONDOMINIUMS
LAC-BEAUPORT

Condos **HAUT DE GAMME** en pleine nature à Lac-Beauport

DISPONIBLES :

- » 3 ½ + bureau à partir de 291 000 \$+ taxes
- » 4 ½ à partir de 369 750 \$+ taxes
- » 5 ½ à partir de 399 000 \$+ taxes
- » Penthouse de 3000 p² avec garage privé pour 8 voitures



**NOUVELLE
ADMINISTRATION**

VISITES LIBRES du mercredi au dimanche de 13h à 16h

Spacieux | Plafond de 9 pieds | Insonorisation supérieure | Stationnement intérieur | Piscine intérieure | Salle d'entraînement



Guillaume Chabot: 418 564-7027 | Patricia Morin: 418 952-9817
1001, boulevard du Lac | www.lemilleun.com

André Dussault
courtier immobilier

849-0555

www.andredussault.com

ROYAL LEPAGE
Inter-Québec



SANTÉ ET ACTIVITÉ PHYSIQUE

Par Joël Beaulieu, M. Sc. • Consultant en motricité, A+ Action

www.aplusaction.com

Les « trop gros » modules de jeux !

Les activités physiques extérieures des tout-petits sont trop souvent dirigées vers le jeu libre dans les modules de jeux. Bien que ces modules soient des incontournables du paysage des écoles, des garderies et même à la maison, ils sont cependant peu efficaces pour développer la motricité des enfants.

EFFICACITÉ LIMITÉE DES MODULES DE JEUX

D'un point de vue strictement moteur, les modules de jeux traditionnels (glissoire, escalier, grimpeur, échelle, filet de câbles, pont, balançoire, etc.) sont limités en termes d'efficacité motrice pour les raisons suivantes :

Seulement 5 habiletés motrices fondamentales sur une vingtaine sont stimulées (ramper, sauter d'une hauteur, se tenir en équilibre sur 1 ou 2 pieds, grimper et marcher en équilibre). Les mouvements de balancer et de glisser ne sont pas reconnus comme des habiletés motrices.

La locomotion n'est pas stimulée suffisamment, mis à part le grimper, le saut d'une

ver un vaste espace pour des jeux favorisant des déplacements (cour en gazon assez plat, terrain de soccer, cour d'école, parc municipal, etc.). Voici un exemple d'activité motivante aux multiples possibilités :

Jeu défi-vitesse : l'enfant est sur une ligne avec un objet qui se manipule bien (frisbee, cône, feuille morte, petite branche, caillou, etc.). Au signal, il transporte son objet (ex : sur la tête, sous un bras, entre les jambes) en se déplaçant (ex : courir, galoper, gambader, etc.) rapidement jusqu'à l'autre ligne sans échapper son objet. Quand il touche la ligne, il revient au point de départ de la même façon ou d'une autre (ex : marcher sur les talons ou



Modules de jeux

hauteur et la marche en équilibre.

La manipulation d'objets (botter, lancer, frapper, attraper) n'est aucunement stimulée.

Cette courte et frappante analyse permet de prendre conscience que les modules de jeux, bien qu'ils soient attrayants et sécuritaires, ne répondent pas aux premiers besoins moteurs des enfants qui sont les actions de coordination globale par la locomotion (courir, gambader, sauter, galoper, patiner, nager, ski de fond, etc.). D'ailleurs, de récents résultats de recherche nous démontrent clairement que ce type d'habiletés contribue le plus aux connexions neuronales du cerveau pendant la maturation.

VARIER LES ACTIVITÉS EXTÉRIEURES

Dépendamment de votre environnement physique extérieur, il faut être en mesure de trou-

ver un vaste espace pour des jeux favorisant des déplacements (cour en gazon assez plat, terrain de soccer, cour d'école, parc municipal, etc.).

L'implication des parents et des intervenants est essentielle pour initier ce jeu. Malheureusement, la surprotection des enfants limite parfois ce type de jeu en raison de la surface de la cour (sable, cailloux, asphalte). Idéalement, un espace en gazon est plus sécuritaire, mais il faut parfois oser et prendre quelques risques dépendamment de l'âge des enfants. L'apprentissage moteur se fait parfois avec de petits bobos. Sans vouloir proscrire les modules de jeux, je vous recommande seulement de varier vos activités extérieures en introduisant simplement du petit matériel. Votre créativité et celle de l'enfant feront le reste, j'en suis certain !

Ouvert tous les soirs dès 17h

MANGER PUR SANG À LA MAISON



49\$

REPAS POUR 2 « ENTRECÔTE »

POUR EMPORTER

- 2 arancinis, sauce tomate
- 2 entrecôtes 7 oz avec épices et sauce émulsionnée au foie gras
- 2 pommes de terre au four, crème sure fumée
- 1 ragoût de champignons pour 2
- 2 pointes de tarte au choix du chef

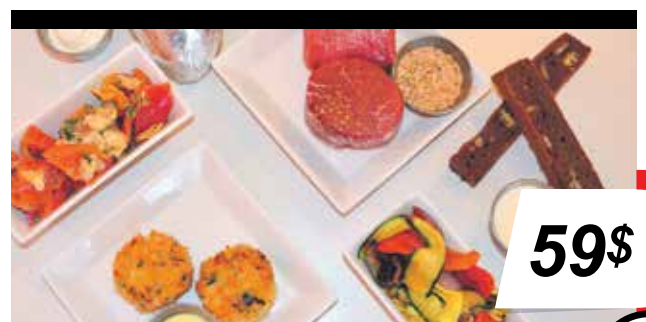


49\$

REPAS POUR 2 « EN DUO »

POUR EMPORTER

- 1 tartare de saumon 7 oz, à partager en entrée
- 1 jarret d'agneau braisé, gremolata
- 1 demi poulet de Cornouailles, jus brun de volaille naturelle
- 1 risotto pour 2
- 1 portion de légumes grillés pour 2
- 2 brownies au chocolat et pacanes torréfiées



59\$

REPAS POUR 2 « FILET MIGNON »

POUR EMPORTER

- 2 Crab Cakes avec salade de betteraves
- 2 filets mignons avec épices et sauce au poivre et cognac
- 2 portions de légumes grillés au balsamique
- 2 pommes de terre au four avec crème sure fumée
- 2 brownies aux pacanes et crème au citron



15\$

Idéal pour vos BBQ ou au four
Côtes levées maison grillées et fumées

POUR EMPORTER



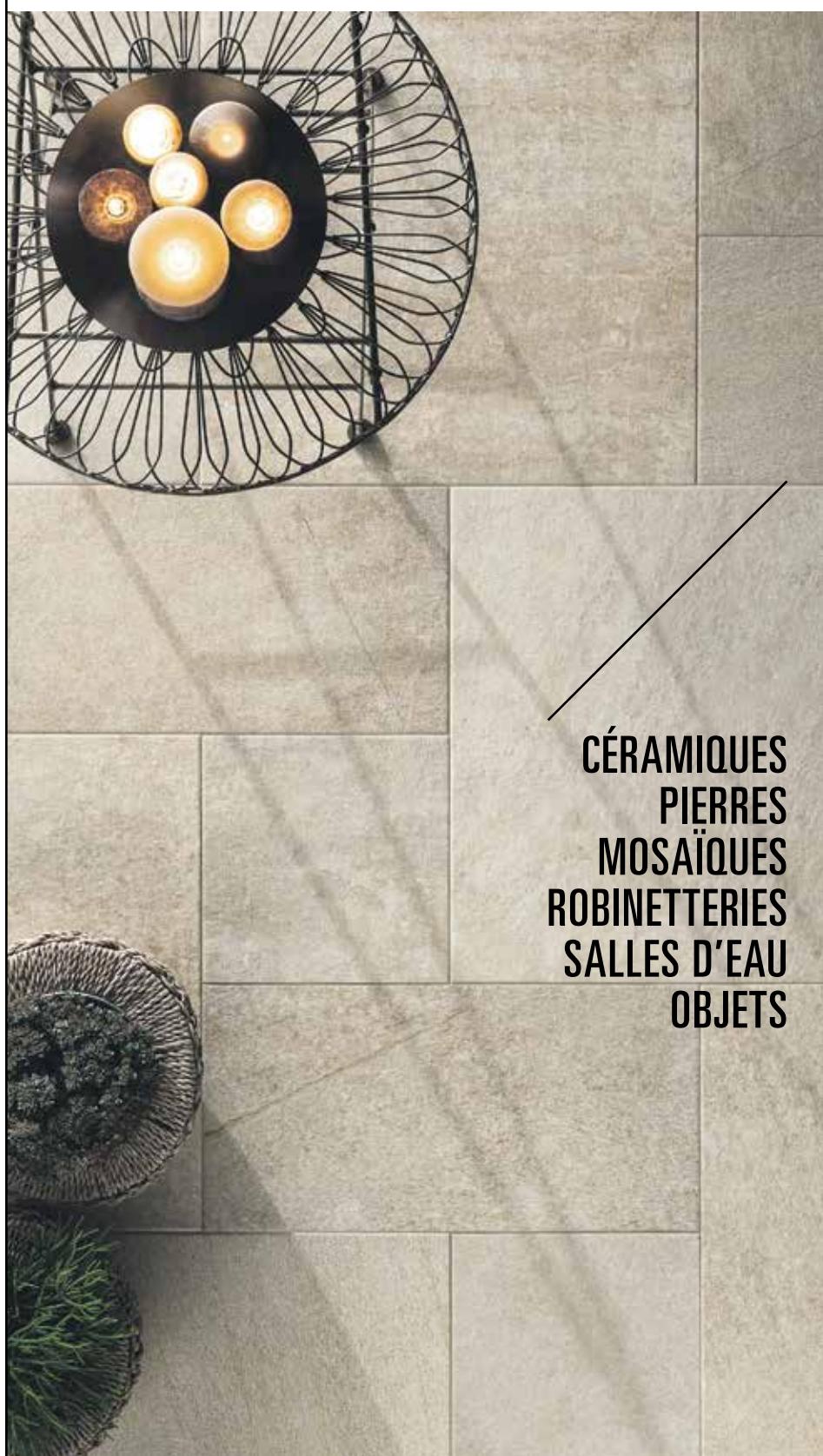
830, boul. du Lac, Lac-Beauport
418 841-1787

www.restaurantpursang.com
Info@restaurantpursang.com





CÉRAMIQUE
D É C O R



CÉRAMIQUES
PIERRES
MOSAÏQUES
ROBINETTERIES
SALLES D'EAU
OBJETS

www.ceramiquedecor.ca
info@ceramiquedecor.ca
t 418.627.0123 -- f 418.781.1381
4220, 3e avenue ouest, québec, qc. canada g1h 6t1



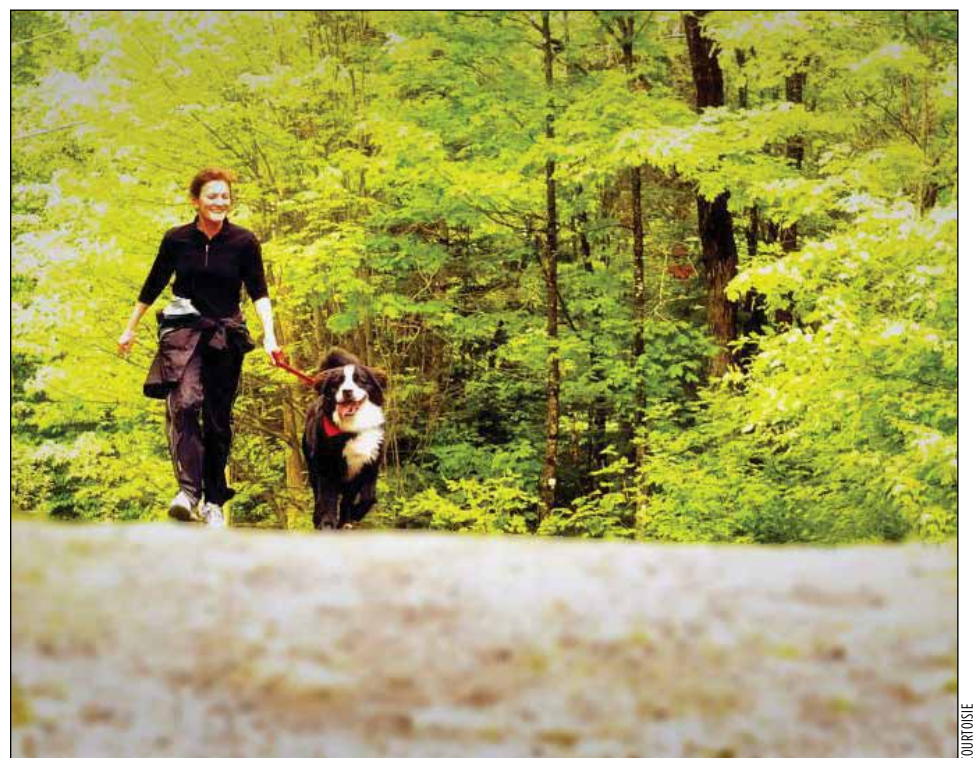
PLEIN AIR

Par Natacha Gagné • B.Sc. - PEC-SCPE

<http://natachagagnekinesiologue.ca>

Démystifier l'échauffement Est-ce nécessaire pour les activités de plein air ?

Aucun suspense...la meilleure façon de profiter pleinement et surtout longtemps de votre activité de plein air est de la précéder d'une période d'échauffement! Cette période vise à préparer l'organisme à l'accomplissement de tâches lui demandant un effort substantiel. L'échauffement participe, entre autres, à l'activation progressive de mécanismes liés au système cardio-pulmonaire et prépare le système musculo-tendineux. C'est un élément clé pour prévenir les blessures sportives.



COURTOISE

Un bon réchauffement pour une activité dès plus agréables.

Attention, échauffement ne signifie pas étirements. En fait, les exercices de souplesse faits avant la plupart des activités de plein air ont même une influence négative sur la performance, tout en ne diminuant pas les risques de blessure. Alors, oubliez l'action de ramener la cheville à la fesse pour étirer votre quadriceps avant de débiter un jogging dans le parc de la Gentiane! Prenez tout de même en compte qu'avoir une bonne flexibilité demeure essentiel pour plusieurs raisons. Il vous suffit de choisir le moment adéquat pour exécuter les exercices de souplesse... et ce «bon moment», n'est pas avant votre sortie de plein air!

Mais comment peut-on préparer adéquatement l'organisme à une quelconque activité? Tout simplement en reproduisant votre activité principale à plus faible intensité. Une marche rapide suivie d'un jogging léger est un bel exemple d'échauffement pour une sortie de course à pieds. Une marche de vitesse moyenne, où les enjambées sont de plus en plus grandes en amplitude en l'espace de quelques minutes, se veut être une préparation adéquate pour une randonnée en forêt.

Retenez qu'un échauffement de qualité doit stimuler le système cardio-pulmonaire, être progressif, d'une durée suffisante en fonction de l'intensité de votre activité (plus l'activité

est intense plus l'échauffement se doit d'être long) et, idéalement reproduire, à plus faible amplitude, les mouvements qui seront effectués plus tard!

EFFETS BÉNÉFIQUES DE L'ÉCHAUFFEMENT :

Adaptation cardio-vasculaire (élévation du rythme cardiaque): l'augmentation graduelle du rythme cardiaque prépare le cœur à faire des efforts plus soutenus.

Mise en condition du muscle: une température plus élevée accroît l'efficacité des réactions chimiques dans les cellules musculaires et provoque aussi une dilatation des vaisseaux sanguins qui amène plus de sang et, donc, plus d'oxygène dans les muscles. La chaleur diminue aussi la résistance du tissu conjonctif et musculaire, ce qui favorise l'élongation du muscle.

Mise en condition nerveuse: les influx nerveux se propagent plus rapidement lorsque la température dans les tissus musculaires s'élève, ce qui a pour effet d'améliorer la coordination.

Mise en condition articulaire: la chaleur rend la synovie, ce lubrifiant naturel qui circule dans nos articulations, plus fluide et favorise ainsi l'amplitude articulaire.

Mise en condition psychologique: l'échauffement permet à l'activité cérébrale de se «mettre en place».

Des élèves de Lac-Beauport s'initient à différentes formes d'art

De l'art à tout âge

Plusieurs élèves de Lac-Beauport ont récemment eu la chance de s'initier aux arts de différentes façons, que ce soit par le théâtre via les pièces Essoufflé et Ora l'oubliée ou à la télévision par un lipdub diffusé à l'émission NoteRythme sur les ondes d'ICI Radio-Canada. Un nom revient cependant dans ces différents projets, soit celui de Marc-André Perron professeur à l'École Montagnac et responsable du théâtre parascolaire à l'école des Sentiers à Charlesbourg.



Les clowns de Mecum I font la rencontre de l'Homme avec un grand H, celui qui sera confronté, dans les différentes saynètes, à la société de performance.

Par Geneviève Décarie

genevie10@hotmail.com

Plusieurs élèves de Lac-Beauport ont récemment eu la chance de s'initier aux arts de différentes façons, que ce soit par le théâtre via les pièces Essoufflé et Ora l'oubliée ou à la télévision par un «lipdub» diffusé à l'émission NoteRythme sur les ondes d'ICI Radio-Canada. Un nom revient cependant dans ces différents projets, soit celui de Marc-André Perron professeur à l'École Montagnac et responsable du théâtre parascolaire à l'école des Sentiers à Charlesbourg.

La pièce Essoufflé a été présentée les 1er, 3, 4 10 et 11 avril dernier à l'Agora de l'école des Sentiers. La troupe de théâtre Mecum a permis aux élèves de secondaire 1 à 5 de se produire devant plus de 650 personnes. Il s'agit d'une pièce écrite et mise en scène par Marc-André Perron. Le metteur en scène a repris cette pièce, déjà présentée au Périscope, et l'a retravaillée avec ses élèves. Il s'agit d'une œuvre traitant de la société de performance entremêlant chant, danse et théâtre.

«Dès notre naissance, nous sommes confrontés à un rythme de vie infernal. On répète les comportements de nos parents et des personnes qui gravitent autour de nous. En vieillissant, on se rend bien compte que tout cela est insensé. On ferme alors les yeux, on veut changer, on essaie de se convaincre que cela va fonctionner, que nous n'adhérons pas à cette société individualiste et superficielle. Cependant, nos comportements nous trahissent», explique Marc-André Perron en parlant de son spectacle.

PLUSIEURS EXPÉRIENCES DERRIÈRE LA CRAVATE

Le passionné de théâtre n'en est pas à sa première production avec des élèves. Les

années passées, il avait également traité de sujets d'actualité tabous, tels que l'inceste et le suicide, avec les jeunes de l'école des Sentiers. Il a également écrit et mis en scène Ora l'oubliée, une pièce relatant l'histoire de 8 prisonniers devant affronter leurs différences face à l'adversité. La pièce sur le respect de soi et des autres a été présentée le 30 avril dernier avec des élèves de l'École Montagnac.

NOTERYTHM

L'année dernière, l'École Montagnac a servi de projet pilote pour l'émission NoteRythme diffusée le 17 avril 2014 à ICI Radio-Canada. Deux enseignants de l'école, Marc-André Perron et Sébastien Caron, ont été coordonnateurs du projet et ont veillé à coordonner l'équipe de tournage et les jeunes.

«Ce genre de projet permet à nos élèves de mettre en œuvre leur créativité. La plupart d'entre eux adorent la musique, la télévision et les arts. Pour l'émission nous avons fait un «lipdub» sur la chanson Parfait du groupe Automat», mentionne Marc-André Perron.

NoteRythme est une série de 65 courtes émissions de 5 minutes destinées aux enfants d'âge du primaire. La série met en cohésion des écoles primaires de diverses régions du Québec via le rythme de 13 chansons. Chaque école est invitée à faire valoir sa couleur, son projet éducatif, le talent de ses élèves, ses activités; en somme, chaque école démontre, en 5 minutes, ce pourquoi elle pourrait dire: voici «notre rythme». Vous pouvez vous rendre à l'adresse suivante pour le visionner: <http://ici.radio-canada.ca/emissions/note-rythme/capsules>.



SO-CHO

LE SAUCISSIER

SAVEUR - FRAÎCHEUR - VARIÉTÉ

Suisse Côte levée BBQ
taco CHORIZO

Filets de poulet Buffalo

Tomates basilic
Bacon cheddar
Vin Dijon échalote

mozza tomates CARI
et poivrons Miel et ail

3 SUCCURSALES
62 VARIÉTÉS

Complexe Lebourgneuf | 825, boul. Lebourgneuf
Marché du Vieux-Port | 160, Quai Saint-André
Sainte-Foy | 3280, chemin Sainte-Foy

so-cho.com



Le rapport de la Sûreté du Québec 2013-2014

Les priorités d'intervention de nos élus

Le rapport annuel d'activités de la Sûreté du Québec, pour la période du 1er avril 2013 au 31 avril 2014, a été déposé au Comité de sécurité publique de la MRC de La Jacques-Cartier au début du mois. Le Directeur de poste et lieutenant, Simon Guay, présente via ce rapport l'ensemble des interventions faites sur le territoire de notre MRC. Voici quelques faits saillants de ce rapport et un extrait du tableau des priorités d'actions, selon les préoccupations et suivis demandés par les municipalités de Lac-Beauport, Lac Delage et Stoneham-et-Tewkesbury.

D'une manière générale, on constate une amélioration de la sécurité routière sur notre territoire; l'augmentation de la présence et de la sensibilisation policière semblent porter fruit. Enfin, en regardant le présent tableau, nous pouvons voir les actions priorisées par nos représentants au Comité de sécurité publique pour l'année en cours.

Par Sébastien Couture
sebastien@leseditionsprime.ca

Tableau des priorités en matière de services policiers pour 2014-2015

LAC-BEAUPORT	LAC DELAGE	STONEHAM-ET-TEWKESBURY
Visibilité et contrôle de la vitesse sur l'ensemble du réseau local et résidentiel.	Visibilité et contrôle de la vitesse sur l'ensemble du réseau local et résidentiel.	Visibilité sur les terrains publics et dans les parcs municipaux.
Établir un calendrier d'actions et de rencontres avec le parrain du territoire, du Comité de sécurité publique.	Établir un calendrier d'actions et de rencontres avec le parrain du territoire, du Comité de sécurité publique.	Établir un calendrier d'actions et de rencontres avec le parrain du territoire, du Comité de sécurité publique.
Sensibilisation et contrôle de la sécurité routière auprès des cyclistes.	Application accrue des règlements municipaux. (Principalement sur le stationnement)	Visibilité et contrôle de la vitesse sur l'ensemble du réseau local et résidentiel. (Entre 15h et 19h, pour le retour à la maison)
Visibilité et présence dans les parcs municipaux.	Visibilité et présence dans les parcs municipaux.	Vitesse et sécurité sur les principaux axes routiers : Grande-Ligne, Rte 371, Boul. Talbot, du Hibou, 1 ^{ère} avenue, St-Edmond.
Sensibilisation auprès des usagers de la route : tolérance zéro pour les excès de vitesse.		

An niveau local, trois axes d'interventions ont été priorisés par le Comité de sécurité publique: le contrôle de la vitesse, la visibilité du service et l'application des règlements municipaux, et ce, sur le réseau local et résidentiel des municipalités. En ce qui a trait à la sécurité routière, c'est respectivement 454 constats d'infractions municipales pour le Lac-Beauport, 6 pour le Lac Delage et 232 pour Stoneham-et-Tewkesbury qui ont été émis dans l'exercice 2013-2014. Une augmentation venant de cette priorité établie par nos élus.

Sans rentrer dans les détails des différentes catégories de crimes commis sur le territoire, c'est à Lac-Beauport et à Stoneham qu'on retrouve le plus de délits au niveau de l'introduction par effraction et vol simple. Fait à noter, 29% de tous les dossiers de vol simple survenus sur le territoire de la MRC ont eu lieu au Relais et à la Station Touristique Stoneham; les skis et les planches à neige sont toujours la cible des voleurs.

EXTRAIT DU TABLEAU DES PRIORITÉS DU COMITÉ DE SÉCURITÉ PUBLIQUE

L
46
T
I
T
U
D
E



GRANDS ESPACES
ET RÉSIDENCES
DE PRESTIGE

CONSTRUISEZ
pour l'été 2014

TERRAINS À VENDRE
30 000 À 97 000 PI²

LATITUDE46.CA
418 653-4455 poste 2888

PROMOTEUR

CONSTRUCTEURS



DOMAINE
MONT ÉCHO
LAC-BEAUPORT



CONSTRUCTION
McKINLEY
418 844-3334



CONSTRUCTIONS
Première Classe
418 780-0888

DANS MA COUR

Par Louis-Antoine Gagné

De nouvelles familles pourront jardiner à Stoneham Une deuxième année pour Cantons Jardine

Le 23 avril dernier avait lieu l'assemblée générale annuelle de Cantons Jardine, l'organisme qui gère le jardin communautaire à Stoneham. Les administrateurs du jardin étaient tout sourire à planifier la deuxième année d'existence de ce projet, et aussi de constater que le succès est au rendez-vous puisque plusieurs personnes s'étaient déplacées pour assister à la réunion.

Par Louis-Antoine Gagné

Situé au cœur du village de Stoneham, le jardin communautaire offre la possibilité pour des familles de la région de bénéficier d'une parcelle de terre préparée pour y aménager une magnifique plantation de légumes et de fines herbes. Mentionnons que les intrants chimiques y sont interdits, favorisant ainsi une agriculture saine et respectueuse de l'environnement. La proximité du jardin permet aussi à plusieurs membres de venir à pied entretenir leur parcelle et cueillir leurs légumes. Le jardin comporte aussi un aspect pédagogique grâce à la participation de la garderie Perlimpinpin qui occupe une parcelle en y amenant des tout-petits. Ces derniers apprennent les rudiments du jardinage tout en s'amusant et en mangeant bien sûr de bons légumes frais. En plus de profiter aux membres, le jardin embellit le secteur en lui conférant des allures

champêtres. On peut ainsi rêver de le voir s'agrandir et de devenir un site à visiter pour les citoyens tout comme pour les touristes.

Forts du succès qu'ils ont connu en 2013, les membres de Cantons Jardine ont recruté six nouveaux membres et ont ainsi comblé les parcelles vacantes. Ce sera donc 24 familles qui se prévaudront du privilège de jardiner et de profiter des installations de Cantons Jardine dans le centre du village. Ne perdez pas pour autant espoir si vous désirez obtenir une parcelle. En effet, vous pouvez vous inscrire sur une liste d'attente, et lorsque celle-ci comptera plusieurs nouveaux noms, Cantons Jardine pourra procéder à l'agrandissement du jardin afin de créer de nouvelles parcelles. Si l'expérience vous intéresse, vous êtes invité à vous rendre sur la page Facebook de Cantons Jardine. Profitez de l'occasion pour féliciter et remercier les bénévoles qui administrent et animent ce lieu de rencontre et d'enrichissement.



Mario Dumont, membre de Cantons Jardine, sème un engrais vert sur des parcelles en préparation lors de la grande corvée printanière.

La journée de l'environnement de Lac-Beauport

La prochaine Journée de l'environnement se tiendra le dimanche 1er juin 2014 de 9 h 30 à 12 h au centre communautaire de la Municipalité de Lac-Beauport. Ce sera pour vous une opportunité de venir découvrir des gestes simples qui peuvent faire une différence sur la qualité de notre milieu de vie.

Une collaboration de la Municipalité de Lac-Beauport

www.lac-beauport.ca

Des arbres, du compost et des sacs compostables seront distribués. En nouveauté cette année, un échange de plantes vivaces est prévu pour 10 h 30. Il suffira d'apporter un plant que vous êtes prêts à échanger avec une autre personne une fois sur place.

Au même moment, la collecte des résidus domestiques dangereux (RDD) et des technologies de l'information et des communications (TIC) aura lieu dans le stationnement du centre communautaire jusqu'à 16 h. Ce sera donc le bon moment pour vous départir de vos vieux pots de peinture, d'huile ainsi que de vos livres, télévisions, ordinateurs et vidéos désuets.

Pour plus de détails et d'informations sur la Journée de l'environnement, surveillez la parution de La Chronique du mois de mai ou consultez le site Internet de la Municipalité de Lac-Beauport.



Concept Beauté

Médico-esthétique *Signature*

Traitez dès maintenant votre CELLULITE grâce à VENUS FREEZE.

Soyez prêtes pour
débuter l'été en beauté !

LAC-BEAUPORT :: 870, boul. du Lac :: 418 316-5299
CHARLESBOURG :: 8500, boul. Henri-Bourassa :: 418 622-7299

www.conceptbeaute.net



Plus de 57 ans de service...

une équipe
d'expérience à votre portée !



Consultez notre site Internet

www.monpaysagiste.com



Candide
VILLENEUVE
PAYSAGISTE
monpaysagiste.com

418.849.3405

Les espaces
extérieurs,
notre passion !



DANS MA COUR

Par Catherine Bossé, Candide Villeneuve Paysagiste inc.

info@monpaysagiste.com • www.monpaysagiste.com

Le printemps : saison des bulbes et des fleurs annuelles

Le printemps étant à notre porte, les floraisons printanières vont bientôt nous éblouir de tous leurs atouts. Lorsqu'on parle de floraison printanière, nous voulons bien sûr faire allusion à nos supers bulbes printaniers qui sont les premiers à embellir nos plates-bandes et pelouses. Les bulbes embellissent notre printemps, mais n'oublions pas aussi de souligner nos magnifiques annuelles qui ne tardent pas à pointer le bout de leurs nez dans nos centres de jardin. Cependant, pour avoir droit à ce spectacle printanier et estival, quelques principes de bases sont à suivre.

Premièrement, en ce qui concerne la plantation des bulbes, elle doit s'effectuer à l'automne entre la mi-septembre et le début décembre avant le gel du sol. La terre doit avoir été ameublie en profondeur pour permettre aux racines de bien s'implanter dans le sol. Si possible, attendez quelques jours après le bêchage pour planter. Ensuite, la profondeur de la plantation doit être deux fois et demie la hauteur du bulbe, plantés la pointe vers le haut dans un emplacement situé au soleil ou à la mi-ombre. Les bulbes résistent à n'importe quels types de sol, à condition qu'ils soient bien drainés. Un sol très humide ou détrempé pourrait provoquer leur pourrissement. Durant la floraison, l'entretien de ceux-ci est important, ils ont donc besoin

d'être arrosés fréquemment. Aussi, lorsque les fleurs sont fanées, une coupe sommaire est nécessaire. Le feuillage étant encore utile à alimenter le bulbe, pour faire ses réserves pour le printemps suivant, la tige ne doit pas être coupée complètement, soit seulement lorsque les feuilles sont jaunies. Certains bulbes comme les colchiques et les sternbergia fleurissent à l'automne. Ceux-ci doivent être plantés entre la mi-août et le début septembre. Attention, les colchiques sont très toxiques (bulbes, feuilles, fleurs) donc mettez des gants lors de leur manipulation. Petit conseil : n'hésitez pas à mélanger vos bulbes à vos vivaces, pour un effet des plus surprenants.

Deuxièmement, il sera bientôt temps de planter les annuelles, soit après la pleine lune

de fin mai, début juin. Il est très important de mouiller abondamment la terre des caissettes, avant la division des plants, pour empêcher le bris des racines. Pour leur assurer une floraison abondante, il faut bien préparer la zone de plantation en bêchant le sol en profondeur pour l'ameublir et ainsi, aider à l'implantation des racines. Durant la saison, elles auront besoin de deux éléments clés : l'arrosage et la fertilisation. L'arrosage doit être régulier et en profondeur pour favoriser des racines profondes. Pour les annuelles en pots ou en jardinières, l'arrosage doit être plus fréquent, étant donné la déshydratation plus rapide de la terre. La fertilisation peut se faire à la plantation, à l'aide de compost. Durant la période estivale,

elles peuvent être fertilisées avec de l'engrais soluble 15-30-15 hebdomadairement, ou à la plantation avec de l'engrais granulaire os smartcote sur le sol. Un désherbage doit aussi être effectué fréquemment, pour empêcher la compétition entre les racines. Vous devez aussi biner légèrement votre terre pour permettre une bonne aération du sol. De plus, pour obtenir une floraison optimale, vous devez enlever les fleurs fanées régulièrement, pour permettre aux nouvelles de fleurir.

Maintenant que vous avez tous les outils en mains pour obtenir des résultats maximaux, il ne reste qu'à les mettre en application pour pouvoir profiter pleinement de la floraison de vos bulbes et plantes annuelles durant la saison.



JULIE VILLENEUVE

Mesdames,
GÂTEZ VOS HOMMES
30% de rabais
le dimanche soir

30% de rabais sur la nourriture pour les hommes accompagnés

Tables d'hôte
2 PERSONNES
3 SERVICES
35\$
lundi au mercredi soir

entrée ou potage • trois choix de plats • choix de dessert

TARTARES
15\$
le jeudi soir

tartare de saumon, de bœuf ou du chef



418 841-0414

995, boul. du Lac, Lac-Beauport

Batifol
BAR & GRILL

418 666-5141

3401, boul. Ste-Anne, Beauport (dans l'hôtel Ambassadeur)

DANS MA COUR

Par Louis-Antoine Gagné

Du rêve à la conception

Pour un aménagement à votre image

Vous habitez la maison de vos rêves, celle que vous avez toujours désirée.

Coquette, somptueuse, nichée au sommet d'une montagne ou encore cachée au fond d'une vallée, votre maison est votre petit coin de paradis. Reste maintenant à faire de votre terrain le jardin d'édén où vous trouverez le calme et la tranquillité propres à notre région, tout en vous émerveillant devant les beautés de la nature. Marco Gilbert, propriétaire de l'entreprise Créaterre, nous livre quelques trucs afin de bien concevoir l'aménagement de vos rêves.

Ce dernier prône une approche très authentique dans laquelle il s'agit tout d'abord de bien identifier vos besoins et vos goûts. Par exemple, êtes-vous en amour avec l'Italie, avec la période de la renaissance, ou encore avez-vous un faible pour les vikings? Bref, bien comprendre ce que l'on veut dépasse largement le fait de suivre les tendances et de feuilleter quelques magazines. Il faut aussi comprendre que la plupart d'entre nous ont choisi de s'établir dans la région pour les paysages composés de montagnes et de forêts. Il importe donc de respecter et de mettre en valeur l'environnement qui est déjà présent autour de votre maison lors de la conception de votre aménagement. Y a-t-il un arbre ou une pierre qui

mérite d'être protégé ou encore sur lequel on peut développer un concept sur votre terrain.

Pendant que l'industrie innove sans cesse en nous offrant de nouveaux produits, Marco Gilbert privilégie plutôt l'utilisation de matériaux naturels, tels que la pierre. Il prône aussi la réutilisation des matières déjà présentes sur le site. Y a-t-il un sous-bois près de votre maison qui contient des mousses ou encore de petites plantes déjà parfaitement adaptées à votre terrain et au climat de la région? Évidemment, un aménagement paysagé comporte son lot de particularités techniques comme le type de sol, l'ensoleillement, l'orientation et la stabilité du sol. Ce genre d'information pourra être trouvé dans un manuel ou encore en faisant affaire avec un professionnel. Néanmoins,

la signature qu'aura votre aménagement est tout aussi importante. Vous devez vous y sentir chez vous, confortable et surtout demeurer émerveillé par les beautés qui s'y trouveront.

Le propriétaire de l'entreprise Créaterre nous fait aussi part d'un aspect qu'il faut absolument prendre en considération lors de la planification de notre aménagement. Nos étés sont courts et nos hivers sont longs, nos années comptent quatre saisons et l'on doit en

tenir compte. Votre terrain peut être un havre de paix été comme hiver; ne le concevez donc pas uniquement en fonction de la période estivale, mais plutôt dans l'optique d'en profiter à l'année. Bon jardinage.



Marco Gilbert, propriétaire de l'entreprise Créaterre

COURTOISE

Nos entreprises d'ici
MA fierté locale!



Pour la beauté de votre terrain



Pensez également à
tous les autres spécialistes
de votre quartier.

Une gracieuseté
de votre Écho!

Profitez
des périodes
hors-saison!

Jouez au golf pour
25\$/pers* taxes
incluses
voiturette électrique incluse
Occupation double

**MONT
TOURBILLON**

*À l'achat de
l'abonnement
hors-saison

Valable du mois d'avril
au 29 mai et
du 22 septembre
au 31 octobre 2014
7 jours / semaine
les samedis
et dimanches
après 12h.

35\$ (tx. incl.)

QUANTITÉ
LIMITÉE



**BRUNCH POUR LA FÊTE
DES MÈRES LE 11 MAI**

www.monttourbillon.com

418 849-4418

DANS MA COUR

Par Louis-Antoine Gagné

Un coup de pinceau qui peut faire toute une différence

Des allures de maison neuve

L'arrivée du printemps nous donne souvent le goût de renouveau. D'ailleurs, n'est-ce pas à ce moment de l'année qu'il se vend le plus d'automobiles? L'arrivée du temps chaud est aussi synonyme de grand ménage ou encore de rénovations. Pourquoi ne pas s'offrir un rafraîchissement complet de la maison. C'est-à-dire une peinture neuve qui donnera un air de jeunesse à votre demeure tout en prolongeant la durée de vie de votre revêtement. On sous-estime trop souvent l'impact positif d'un changement de couleur de notre résidence. L'Écho est allé rencontrer Kevin Garneau, propriétaire de l'entreprise Peinture Lac Beauport, afin de recueillir quelques conseils pertinents avant d'entreprendre votre chantier.

Nos régions montagneuses se caractérisent par une multitude de maisons en bois et en crépis. Malheureusement, dans les deux cas, la peinture se défraîchit rapidement et n'est plus en mesure de protéger le revêtement de notre résidence d'un vieillissement précoce causé par les intempéries et par le soleil. Selon Kevin Garneau, la clé pour réaliser une tâche parfaite réside dans la préparation, c'est-à-dire dans les étapes qui précéderont la peinture.

Beaucoup de nos maisons ont été teintes ou peinturées avec différents produits. Il est donc important de savoir quels traitements effectuer avant de commencer à peindre afin de ne pas compromettre la qualité du travail. En effet, la majorité des problèmes de revêtement de maison sont le résultat d'une préparation inadéquate ou d'une application effectuée par temps inapproprié. Avant de commencer, un bon lavage est nécessaire et votre maison nécessitera peut-être un peu de



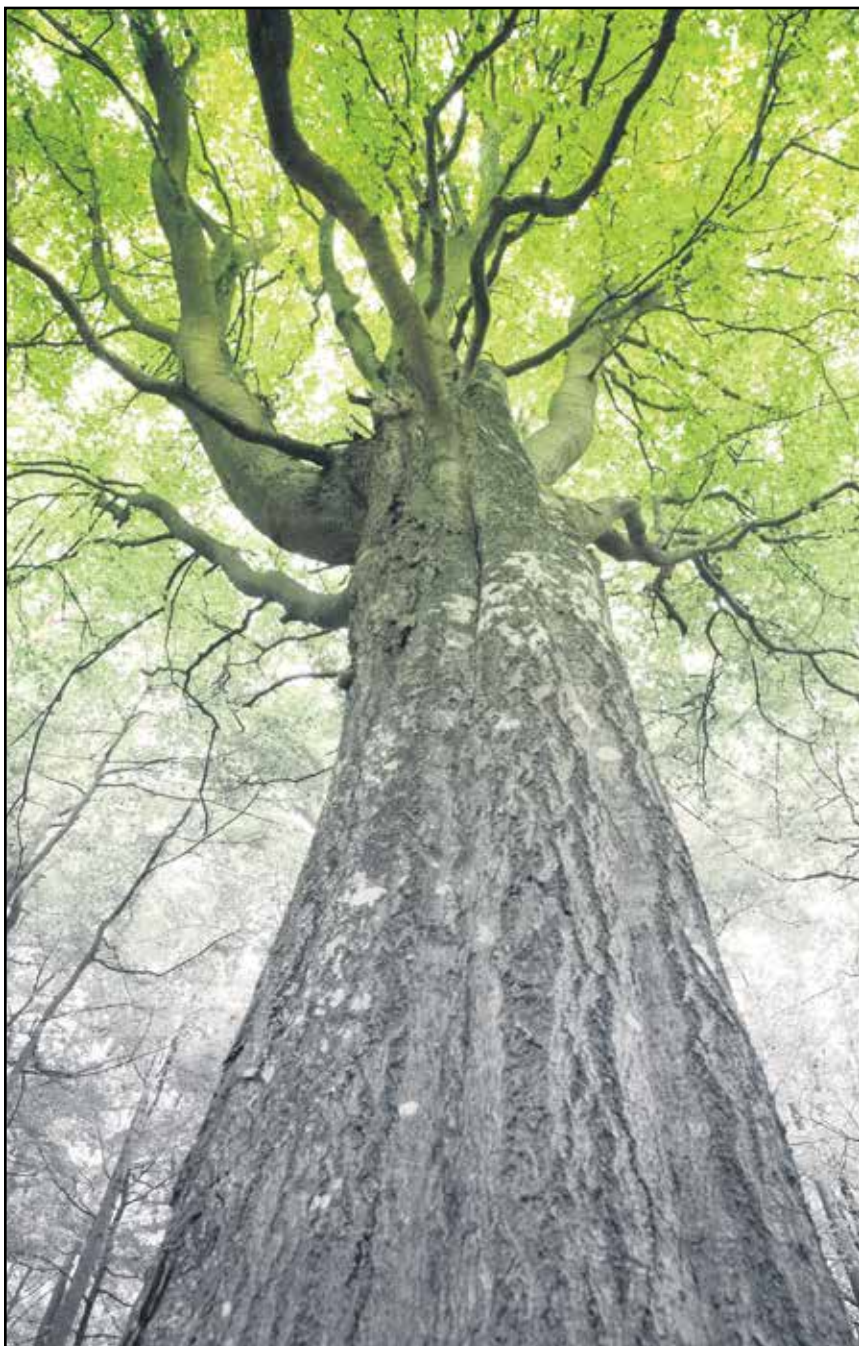
Kevin Garneau de Peinture Lac Beauport

sablage ou l'utilisation de produits spécialisés. Le peintre professionnel nous met aussi en garde : « N'appliquez jamais la teinture ni la peinture sous les rayons directs du soleil, ce qui pourrait nuire à l'adhérence du produit et à l'uniformité de la couleur ».

On conviendra tous facilement qu'avec l'été qui se fait attendre, on aura peu envie

de passer nos courtes vacances dans une échelle. Bien sûr, vous pourrez entreprendre vous-même les travaux, mais désirez-vous vraiment passer vos vacances au bout d'un rouleau? De plus, il serait décevant de consacrer tout ce temps à peindre pour des résultats décevants parce que vous n'auriez pas préparé les murs adéquatement ou encore que vous n'auriez pas fait attention

aux conditions climatiques. C'est pourquoi le jeune propriétaire de Peinture Lac Beauport vous recommande de faire appel à un professionnel afin d'obtenir une estimation gratuite, et par le fait même de connaître l'état de votre revêtement et de bénéficier de quelques trucs au passage. En attendant l'été, commencez à planifier vos travaux.



C'est le bon temps!

PLANTEZ
LE BON ARBRE
AU BON
ENDROIT

Enrichir le patrimoine,
embellir le paysage,
protéger
l'environnement
et éviter les
désagréments futurs.

Plantation d'arbres – Fertilisation et engrais
printaniers – Déboisement de terrain
pour construction résidentielle/commerciale



Daniel Bélanger
ARBORICULTEUR INC.

Estimation gratuite **URGENCE 24 H**
arboriculteurs diplômés et assurance responsabilité

418 264-3546

SPORTS

Par Sébastien Couture

sebastien@leseditionsprime.ca

Un an après les attentats au marathon de Boston

Trois de nos concitoyens de Lac-Beauport courent et vibrent à l'édition de 2014

Trois hommes de Lac-Beauport se sont rendus au marathon de Boston et ont pris le départ avec près de 36 000 autres coureurs. C'est à la fois pour le défi et par solidarité que les coureurs ont participé à cet événement légendaire. Une rencontre des plus inspirante avec l'un d'entre eux, M. Guy Gilbert, conseiller municipal de Lac-Beauport.

C'est la première fois que j'avais la chance de rencontrer M. Gilbert et j'espère que vous aurez un jour cette opportunité. Qui plus est, la chance de discuter avec ce dernier de l'importance des saines habitudes de vie, du dépassement de soi et de l'exercice physique. M. Gilbert travaille à la direction régionale de la santé publique depuis plus de 25 ans et est tout simplement un grand passionné du sport. D'ailleurs, c'est sous cet angle qu'il entend travailler tout au long de son mandat comme conseiller municipal à Lac-Beauport. Cet humble personnage qui a fait son premier marathon à l'âge de 19 ans en cumule aujourd'hui plus de 60 à son actif.

Élu ultramarathonien de l'année en 2009 au Canada, il a été le premier athlète québécois à réaliser la meilleure performance canadienne dans un ultramarathonien en parcourant tout près de 218 kilomètres en 24 heures au Championnat du Commonwealth de cette même année. Pour Guy Gilbert, l'entraînement c'est un mode de vie; il en parle avec passion et demeure très humble en ne parlant que très peu de ses propres résultats. Il faut savoir que M. Gilbert, bien que compétitif, ne s'entraîne pas contre la montre. Il court simplement en faisant de son mieux, assurément très souvent, mais ne prenant aucune note de ces temps réalisés et même du nombre de kilomètres parcourus.



De gauche à droite sur la photo: Félix Blanchard, Richard Villeneuve et Guy Gilbert.

Pendant toutes ces années, il a su concilier ses entraînements réguliers, son travail et sa famille, et ce, dans un équilibre hors du commun. «L'adversité c'est la clé de la longévité.»

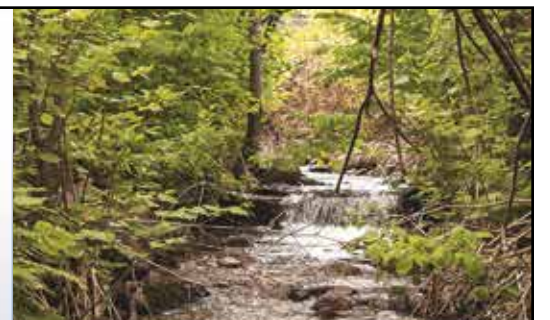
Sa participation au marathon de Boston 2014 s'est organisée suite à une offre de deux autres résidents de Lac-Beauport, Félix Blanchard et Richard Villeneuve. Ceux-ci tenaient à vivre cet événement, d'autant qu'ils

savaient que ce serait un moment magique et fort en émotion suite aux attentats tragiques de l'an passé. Guy Gilbert a donc participé au marathon des deux-rives afin de se qualifier pour celui de Boston. Chose faite, ils ont pris la route de Boston ensemble afin de vivre cet événement hors du commun.

Guy a pris la ligne de départ avec un objectif tout simple: profiter de sa course et se laisser souffler par l'ampleur de cette édition. Tout au long du parcours, sans arrêter et même souffler plus qu'à l'habitude, il a couru tout en regardant ce qui se passait autour de lui. Près d'un million de fans étaient au rendez-vous de Boston. Sous le slogan «Boston Strong», Guy soulève qu'il a participé pour le plaisir du dépassement de soi et de l'accomplissement. «L'ambiance était tout simplement hors du commun. Nous avons été accueillis par les bostonnais comme des olympiens et ceux-ci nous ont donné toute une gamme d'émotions.» Ce fut pour eux toute une expérience et fort probablement que ce ne sera pas la dernière présence de ces athlètes au marathon de Boston.

VIVEZ LAC-BEAUPORT!

Accès privé au lac Beauport
26 unités indépendantes
Site exceptionnel
Vue imprenable sur le lac Beauport
Construction et finition de qualité supérieure



UN PROJET UNIQUE SUR UN SITE UNIQUE

Équipe de vente, Christine Legaré | Tél. : (418) 849-0001

WWW.LEQUATRETEMPS.COM

LE QUATRE TEMPS
CONDOMINIUMS

Des femmes solidaires à la recherche d'intensité dépassent leurs limites

La Rose des Andes 2014 terminée

Annie Lapointe et sa coéquipière Manon Robinson prennent la 5^e position à la première édition de la Rose des Andes 2014 en Argentine. Annie, qui tentait de devenir la première femme du monde à remporter un doublé de ce type de compétition féminine, n'a pas dit son dernier mot.

Par Sébastien Couture

sebastien@leseditionsprime.ca

Cette troisième course du genre pour Annie Lapointe de Lac-Beauport aura été, une fois de plus, des plus intense. C'est avec enthousiasme et aussi beaucoup d'émotions que cette dernière me raconte ce périple hors du commun. «Je ne sais pas par où commencer tellement la compétition a été intense.» On peut encore sentir l'adrénaline et l'émerveillement dans sa voix; elles ont presque atteint le podium.

La première journée fut la pire de toutes; deux crevaisons et des problèmes reliés au «turbo» du moteur ont parachuté les deux femmes à la 36^e position. Décevant certes, mais rien pour les arrêter! Au contraire, elles rebondissent dès le lendemain en prenant cette fois-ci la première position de la journée et se voient ainsi propulsées au 14^e rang du rallye. Difficile de remonter la pente du classement général, elles s'approcheront toutefois jour après jour des premières équipes en atteignant respectivement la 14^e, la 7^e, la 6^e et la 5^e position au classement général à la dernière journée de course. Facile d'entrevoir les qualités hors pair de nos coureuses; imaginons simplement un meilleur résultat à la première journée et «up», c'est probablement sur le podium que l'aventure se serait conclue.

Grosso modo c'est de 600 à 700 kilomètres par jour qu'elles auront parcourus. Elles auront traversé salar (désert de sel), dunes et un rio (rivière) plus de 90 fois en une seule journée. Les difficultés du parcours, le même que celui emprunté par le célèbre rallye raid Dakar, sont indéniables. C'est en suivant le «road book» de l'organisation, et ce, sans GPS, que les coéquipières devaient réussir à prendre des raccourcis leur permettant ainsi de mettre moins de kilomètres à leur parcours journalier. Chose facile à dire mais pas nécessairement à faire. Elles devaient donc, dès qu'elles le croyaient possible, se lancer dans les dunes, les lacs asséchés et ainsi prendre le risque, au constant péril de l'aventure, pour faire des «coupes» au kilométrage de la journée. C'est d'ailleurs ainsi que certaines équipes ont vu leur aventure se terminer, prises au piège, ensablées jusqu'à mi-portes. Notre Lac-Beauportoise me raconte un des incidents qui aurait pu signer la fin de l'aventure. «C'est en roulant sur le lit du Rio Grande à une vitesse de croisière oscillant entre 120 et 140 km à l'heure que nous avons presque perdu une roue. Ça aurait même pu être dramatique.»

L'expérience est à peine terminée et Annie rêve déjà de prendre sa revanche. Dire que c'est une grande déception serait peut-être un peu fort, mais en l'écoutant, il est évident qu'elle n'a pas atteint son objectif. C'est la première position qu'elle visait et elle demeure convaincue qu'elle aurait pu réussir. Celle qui proclame aisément que chaque femme devrait avoir la chance de vivre une telle expérience avoue

aussi être très fière de la force des femmes dans l'adversité. «Nous sommes toutes extrêmement fortes et intenses lorsque nous sommes mises en situation extrême, et c'est tout simplement inspirant.» C'est 35 000 Euros que ces femmes auront finalement pu remettre aux dispensaires aidant des centaines de jeunes de ce coin du monde.

Annie Lapointe tenait enfin à remercier grandement leurs deux commanditaires, Promutuel et GUS.



Annie Lapointe au sommet de la Cordillère des Andes

COURTOISE ANNIE LAPOINTE

Audi Vorsprung durch Technik



La nouvelle AUDI A3 2015

La toute nouvelle Audi A3 1.8 TFSI^{MD} et A3 2.0 TFSI^{MD} quattro marie la polyvalence et le luxe d'une berline à la puissance et à la performance d'un coupé sport. Elle est tout sauf ordinaire. Passez faire l'essai chez votre concessionnaire Qué-Bourg Audi.

Disponible en
concession
pour livraison
immédiate

À partir de 31 100 \$*

(Transport et préparation 1 995 \$ et taxes sur climatiseur 100 \$ en sus)



© Audi Canada, 2014. * Offre de location ou d'achat d'une durée limitée disponible par Audi Finance sur approbation de crédit sur les modèles A3 1.8 TFSI 2015 à partir d'un pdsf 31 100 \$ et A3 2.0 TFSI quattro à partir d'un pdsf 35 900 \$, en sus la pré-livraison, le transport (1995 \$) et la taxe sur le climatiseur (100 \$). Taxes, immatriculation, assurances et autres options en sus. Modèle européen «Audi», «A3», «Vorsprung durch Technik» et l'emblème des quatre anneaux sont des marques déposées d'AUDI AG. Pour en savoir plus sur Audi, voyez votre concessionnaire, appelez au 1 800 367 AUDI ou visitez-nous au www.audi.ca.

Qué-Bourg Auto
7777, boul. Henri-Bourassa
Charlesbourg, Québec
418 626-7777
www.quebourgauto.com

AVIS PUBLICS

APPROBATION RÉFÉRENDIAIRE

Aux personnes ayant le droit de signer une demande d'approbation référendaire, avis public est donné que:

En date du 30 avril 2014, le Conseil municipal a adopté le règlement numéro U-2014-02 intitulé : « Second projet du Règlement modifiant le règlement de zonage U-2012-02 afin d'y ajouter des normes concernant les quais ».

Ce second projet contient des dispositions qui visent à permettre l'installation de quais et en prescrit les normes d'implantation et de construction.

Ces dispositions peuvent faire l'objet d'une demande de la part des personnes intéressées de toutes les zones de la municipalité afin que ledit règlement soit soumis à l'approbation des personnes habiles à voter conformément à la Loi sur les élections et les référendums dans les municipalités.

Pour être valide, toute demande doit :

- indiquer la disposition qui en fait l'objet et la zone d'où elle provient ;
- être reçue au bureau de la Ville de Lac-Delage au plus tard le huitième (8e) jour qui suit celui de la publication du présent avis ;
- être signée par au moins douze (12) personnes intéressées de la zone où elle provient ou par au moins la majorité d'entre elles si le nombre de personnes intéressées dans la zone n'excède pas vingt et un (21). Chaque signature doit être accompagnée du nom de la personne, de son adresse et d'une mention indiquant à quel titre la personne signe.

Est une personne intéressée :

1. toute personne qui, le 30 avril 2014, et au moment d'exercer son droit, n'est frappé d'aucune incapacité de voter en vertu de la loi et qui remplit les conditions suivantes :
 - être domiciliée à la Ville de Lac-Delage et au Québec depuis au moins six (6) mois ;
 - être majeure, de citoyenneté canadienne et ne pas être en curatelle ;
2. tout propriétaire unique d'un immeuble ou occupant unique d'un établissement d'entreprise qui, le 30 avril 2014 et au moment d'exercer son droit, n'est frappé d'aucune incapacité de voter en vertu de la loi et qui remplit les conditions suivantes :
 - être, depuis au moins 12 mois, propriétaire d'un immeuble ou occupant d'un établissement d'entreprise situé sur le territoire de la Ville de Lac-Delage ;
 - être majeure, de citoyenneté canadienne et ne pas être en curatelle ;
3. tout copropriétaire indivis d'un immeuble ou cooccupant d'un établissement d'entreprise qui n'est frappé d'aucune incapacité de voter et qui, le 30 avril 2014 et au moment d'exercer son droit, remplit les conditions suivantes :
 - être, depuis au moins douze (12) mois, copropriétaire indivis d'un immeuble ou cooccupant d'un établissement d'entreprise situé dans la zone concernée ;
 - être désigné, au moyen d'une procuration signée par la majorité des copropriétaires ou cooccupants depuis au moins douze (12) mois, comme celui ayant le droit de signer la demande en leur nom et d'être inscrit sur la liste référendaire. La procuration doit être produite avant ou en même temps que la demande.

S'il s'agit d'une personne morale, elle doit avoir :

- été désignée parmi ses membres, administrateurs ou employés, par résolution. Cette personne, le 30 avril 2014 et au moment d'exercer son droit, doit être majeure, de citoyenneté canadienne, n'être ni sous curatelle et ni frappée d'aucune incapacité de voter prévue à la loi ;
- produit avant ou en même temps que la demande, une résolution désignant la personne autorisée à signer la demande et à être inscrite sur la liste référendaire ;

Sauf dans le cas d'une personne désignée comme représentant d'un personne morale, nul ne peut être considéré comme une personne intéressée à plus d'un titre.

Les dispositions qui n'auront fait l'objet d'aucune demande valide pourront être incluses dans un règlement qui n'aura pas à être approuvé par les personnes habiles à voter.

Le projet de règlement peut être consulté au bureau de la Ville de Lac-Delage, du lundi au jeudi de 13h à 17h. Une copie du résumé du projet peut aussi être obtenue sans frais par toute personne qui en fait la demande.

DEMANDE DE DÉROGATION MINEURE

Avis public est par la présente donné que le conseil municipal aura à statuer, lors de l'assemblée qui se tiendra le 20 mai 2014 à 19h30, au 24, rue Pied-des-Pentes, Lac-Delage, sur la demande de dérogation mineure no. DM2014-02.

Cette demande de dérogation mineure est relative à l'implantation d'une nouvelle habitation dont la marge de recul par rapport à la ligne des hautes eaux du lac serait inférieure à celle prescrite par le règlement de zonage en vigueur. Cette demande vise un immeuble sis au 82, avenue du Rocher, zone 17-HA.

Tout intéressé pourra se faire entendre par le conseil municipal lors de cette assemblée.

Donnée à Lac-Delage, ce 2 mai 2014

Guyline Thibault

Directrice générale et secrétaire-trésorière



SPORTS

Par Geneviève Décarie

genevie10@hotmail.com

Portrait d'un champion

Émilien Boucher

Fier boxeur de 22 ans, Émilien Boucher, devenu champion canadien en novembre dernier, a plusieurs projets sportifs en chantier dans les prochains mois. Pourtant, cela n'a pas toujours été facile pour le jeune homme ayant grandi à Stoneham de se faire une place dans le domaine.



COURTOISE ÉMILIEN BOUCHER

Émilien Boucher à droite. « La boxe c'est ma passion ; ça m'a aidé à me remettre sur le droit chemin. »

Depuis déjà six ans, Émilien Boucher gravite dans le domaine de la boxe. Il s'était alors inscrit au gymnase avec des amis par besoin de changement, mais il a rapidement eu la piqure. En plus de ses nombreuses compétitions et de son entraînement rigoureux, le jeune homme travaille à temps partiel à l'Hôtel Château des Tourelles dans le Vieux-Québec et termine ses études secondaires les soirs. « La boxe c'est ma passion ; ça m'a aidé à me remettre sur le droit chemin », confie-t-il.

CHAMPION CANADIEN

Cette année, pour une deuxième année consécutive, le jeune boxeur s'est qualifié sur l'équipe nationale canadienne de boxe amateur. L'année dernière il avait remporté le titre dans la catégorie des 49 kilos, et cette fois-ci dans la catégorie des 52 kilos. Il s'est également vu décerner le titre de champion canadien en novembre dernier. Un titre qui n'a pas été facile à décrocher.

« Je perdais tout le temps ; j'ai participé en 2011 et en 2012 et je n'accédais pas au titre. C'est vraiment une belle récompense d'avoir enfin réussi à le décrocher cette fois-ci », avoue Émilien Boucher.

Par contre, le boxeur de 22 ans n'a pas l'intention de se contenter de son titre ; « C'est vraiment l'fun, mais ça reste juste un titre. Après cela je dois aller dans les sélections

finales de l'équipe nationale et me démarquer. Je suis l'image du Canada dans ma catégorie. »

DES MOIS MOUVEMENTÉS

Au cours des prochains mois, Émilien Boucher ne chômera pas. Il participera à plusieurs compétitions internationales dont la Ken Golf Memorial à Regina en Saskatchewan le 15 mai prochain et le Golden Belt Tourneement à Mamaia en Roumanie à la fin de l'année. Son objectif pour 2014 est d'être admis aux Jeux du Commonwealth à Glasgow en Écosse du 23 juillet au 3 août prochain. D'ici 2016, le boxeur désire se rendre aux Jeux olympiques de Rio ; « C'est pour cela que je me lève chaque matin et que je m'entraîne », lance-t-il.

FINANCEMENT

Ces nombreuses compétitions ont aussi un certain prix. C'est pour cette raison que le boxeur a lancé une campagne de financement via le site makeeachamp.com, qui permet aux gens de donner de l'argent et même de recevoir certains privilèges, tel un entraînement d'une heure avec Émilien Boucher, selon le montant versé. « Je ne suis pas financé par Sport Canada. Le ministère de l'Éducation, du Loisir et du Sport me donne un certain coup de main, mais les autres frais liés à mes voyages de compétition c'est à moi de les assumer », explique l'athlète. Son objectif est d'amasser 5 000 \$ d'ici le 9 mai 2014.

SPORTS

Par Stéphane Ledien

stephane@leseditionsprime.ca

Levée de fonds pour le centre de ski acrobatique de Lac-Beauport

Sous les feux de la rampe

Depuis des mois, les médias soulignent l'importance des travaux de rénovation qui se profilent à l'horizon du Centre national d'entraînement acrobatique Yves LaRoche. Avec l'annonce d'une subvention de 170 000 \$ octroyée par le gouvernement provincial, l'inquiétude a baissé d'un cran. Reste que pour pouvoir en bénéficier, le CNEAYL doit aussi fournir un apport du même montant. C'est le début d'une levée de fonds intensive pour le centre qui, malgré tout, réouvrira ses portes début juin. Ouf!

La nouvelle n'était, pour ainsi dire, qu'à moitié bonne: en février dernier, le gouvernement du Québec accordait au Centre national d'entraînement acrobatique Yves LaRoche une subvention permettant d'assumer la moitié des coûts de sa réfection, lesquels sont estimés, rappelons-le, à 340 000 \$, bâtiment d'accueil non compris. Il s'agit là d'un minimum. Car dix ans après sa construction, le centre qu'on appelle aussi «AcrobatX» n'offre plus des conditions de pratique optimales. Pire, si rien n'est engagé côté travaux d'ici à 2015, son directeur général Guillaume Morin craint de gros «problèmes structurels».

L'USURE DU TEMPS

Au fil des années, les infrastructures du centre ont inmanquablement perdu de leur fraîcheur.

D'où la nécessité d'une rénovation majeure, en trois volets. Premièrement, les rampes arrivent en fin de vie; leur surface doit donc être refaite. Viennent ensuite l'aire de trampoline, à restaurer complètement, et la piscine, dont l'entretien et la machine à bulles méritent une modernisation accrue. Autant dire que la subvention gouvernementale est attendue avec impatience. Le hic, c'est qu'il n'est pas question que le CNEAYL perçoive cette somme sans injecter un montant équivalent. Une condition difficile à remplir, qui implique l'intervention



Chloé Dufour-Lapointe, Alexandre Bilodeau, Mikaël Kingsbury et Kim Lamarre!

DE LA SUITE DANS LES IDÉES

Tout en se montrant attentifs aux offres des investisseurs privés, Guillaume Morin et son équipe comptent sur le retentissement de la troisième édition de l'«Omnium AcrobatX» organisé le 6 juin prochain au profit du centre: il s'agit du premier tournoi de golf de la saison incluant aussi un souper, un spectacle et une soirée casino. L'an dernier, l'événement avait permis de récolter 30 000 \$! Autre opération de financement: une vente à l'encan de matériel de ski ayant appartenu à des athlètes de haut niveau. On peut même y trouver des lunettes, des forfaits, des blousons de l'équipe nationale de ski acrobatique et autres accessoires portés lors des Olympiades. Le glas est loin de sonner pour l'AcrobatX: comme de menues réparations ont eu lieu cette année, Guillaume Morin confirme même que le CNEAYL ouvrira de nouveau ses portes le 2 juin. Et ensuite? Qui vivra verra, surtout à l'aube de l'actuelle levée de fonds. «On est confiants pour l'avenir», conclut le dirigeant du centre. Soyons-le aussi!

APPELEZ-NOUS POUR UNE ÉVALUATION GRATUITE SANS ENGAGEMENT



ÉQUIPE *André Drolet*

418 652-2000

www.andredrolet.com

ANDRÉ DROLET
COURTIER IMMOBILIER
info@andredrolet.com



DOMINIQUE BILODEAU
COURTIER IMMOBILIER
bilodeau.dominique@hotmail.com

CELL.: 418 955-1604

CELL.: 418 953-7003

LAC-BEAUPORT

NOUVEAU



22 Ch. de la Source. Secteur familial, avec services. RDC et cuisine refaite à neuf. 3 chambres à l'étage. Combustion lente au sous-sol avec bureau et possibilité d'une 4e chambre. Très bon rapport qualité/prix. 339 000\$

LAC-BEAUPORT

NOUVEAU



12 Ch. de l'Anse. Grande propriété de style Colorado. 5 CC dont 2 au s.-sol. Grandes pièces de vie à aires ouvertes, foyer de pierre et plafond cathédrale dans la SAM. Bois franc sur 2 étages. Salles de bain avec douche céramique. Garage double. Sortie indépendante s.-sol. Terrain intime de + de 32 000 pc. 519 000\$

LAC-BEAUPORT

ÉLÉGANTE



19 Ch. De la Source: Prix sous l'évaluation municipale. Grande maison de qualité, tout brique avec garage double à étage, 5cc, 3 salles de bain, grande cuisine avec comptoir de granite et armoires en cerisier, grande salle à manger. Une visite vous convaincra. Terrain intime de + de 28 000 pc. 649 000\$

LAC-BEAUPORT

NOUVEAU



TERRAIN : 25 Ch. de la Tournée. Prêt à construire, secteur du Lac Bleu, à 3 min. à pied de la plage, grand terrain de 56,000pc, non desservi. Frais 80,00\$/an pour accès à la plage. En règle avec la municipalité pour la construction. 139 000\$

LAC-BEAUPORT

TERRAIN



Terrain de 11 800 pc. avec vue sur le lac Bleu. Constructible avec condition d'installer un système de traitement tertiaire pour épuration. Rareté à ce prix. Accès à la plage du lac Bleu. 57 000\$

STONEHAM

INTIME



219 Ch du Sentier: Terrain boisé de 38000 p.c. Dans cul-de-sac. Impeccable plein pied. Possibilité de 3 CC. Grand s.-sol, 9 pi de hauteur, hors terre à l'arrière avec grandes fenêtres et sortie directe. Accès lac. Bon rapport qualité/prix. 279 000\$

LAC-BEAUPORT

VENDU



Terrain Mont Saint-Castin
P.D. 179 000\$

CHARLESOURG

LIBRE



1597 Rue Édith: Succession, impeccable condo 4 1/2, 902 pc, 2 CC, belle cuisine, plancher céramique et armoires grains de bois. Grand salon avec portes patio, climatisé. Rangement int. + grand rangement ext. 1 stat. Aucun voisin au dessus. 169 000\$



Richard Bédard
nouveau directeur



Les supermarchés
FAMILLE ROUSSEAU

Trouvailles et fraîcheur
servies avec passion



Denis Rousseau
propriétaire

*Chez IGA, votre
satisfaction est
notre principale
préoccupation.*

SATISFACTION

*Vous ne trouvez
pas ce que
vous cherchez?
Dites-nous le!*



Vaste choix de homard
(petit, moyen ou gros)



Fendu ou
sectionné



Service de cuisson
en magasin



Trucs gourmets
et recettes

IGA - Lac-Beauport
Alimentation A.D.R

795, boul. du Lac
Québec
418 849-3674

IGA - Sillery
Alimentation Raymond

1580, St-Louis
Québec
418 527-7758

IGA EXTRA
St-Nicolas

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

www.iga.net



Heures d'ouverture

Lundi au vendredi

9 h à 21 h

Samedi

9 h à 18 h

Dimanche

10 h à 18 h

NORMAND LAROCHE
PHARMACIEN



Brunet

La santé, c'est tout ce qui compte

*Bonne fête à toutes
les mamans!*

LIVRAISON GRATUITE

Les Galeries du Lac Lac-Beauport (Québec)

418 849-2836