



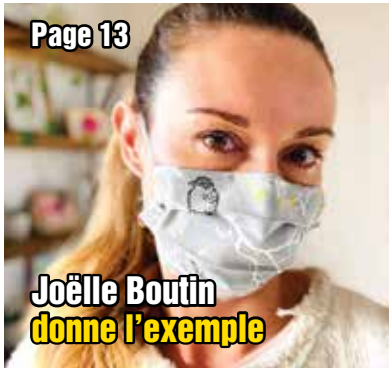
**Deux jardins communautaires de plus pour le secteur de Sainte-Foy**

Page 13



**Message des élu(e)s de la Ville de Québec En hommage aux bénévoles**

Page 3



Page 13

**Joëlle Boutin donne l'exemple**

# le JOURNAL de Sainte-Foy

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

**On reprend graduellement ses activités en continuant de se protéger!**

Information et conseils à l'intérieur.

Votre gouvernement

Québec



Page 17

**L'école Saint-François accueille à nouveau des élèves**



**La construction dans le secteur de Sainte-Foy Le futur Marché public de Sainte-Foy prend forme**

Page 6



**Boucle d'oreille de l'Espoir au profit de Leucan**

**Une somme de 160 000 \$ recueillie**

UR SOUTENIR

Page 16



**Le Marché public de Sainte-Foy Ouvert juste à temps pour la fête des Mères!**

Page 5



**Bourse Gilles-Kègle de la Fondation GDG Un boursier bénévole chez Ressource Espace Familles**

Page 8



**La Maison des Grands-Parents de Sainte-Foy présente Pierre Laliberté**

Page 16



## Le Verger sur le fleuve

DÉVELOPPEMENT RÉSIDENTIEL DE PRESTIGE AU CŒUR D'UN ANCIEN VERGER, BORDÉ PAR UN BOISÉ PROTÉGÉ

Superficie des terrains de 16 000 à 20 000 pi<sup>2</sup>  
St-Augustin-de-Desmaures 418.948.1000

[info@gestionpgc.com](mailto:info@gestionpgc.com)



A person with short brown hair, wearing a yellow cable-knit sweater and blue jeans, is seen from behind, walking through a field of solar panels. The panels are arranged in long, parallel rows that recede into the distance. The ground is covered in green grass. Two large, solid green diagonal shapes are overlaid on the image, one on the left and one on the right, framing the central text.

# À fond les projets

## Le Fonds du Grand Mouvement

### 150 M\$ pour donner vie à des projets au Québec et en Ontario

Depuis 120 ans, la force de la collectivité est le moteur de nos actions. Nous lançons à présent un fonds d'envergure qui permettra d'aider nos communautés à prospérer. D'ici 2024, 150 M\$ seront attribués à des projets visant à soutenir la vitalité socio-économique des régions et de leurs entreprises.

Travaillons ensemble à favoriser les projets innovants qui dynamisent l'éducation, l'environnement, l'emploi et l'entrepreneuriat.

Pour plus d'information sur les orientations et les critères d'admissibilité du Fonds du Grand Mouvement, ou pour soumettre un projet, communiquez avec votre caisse.

**Unissons nos forces pour réinventer demain.**

---

Pour plus d'information, visitez  
[desjardins.com/grand-mouvement/](https://desjardins.com/grand-mouvement/)

 **Desjardins**  
Caisse de Sainte-Foy

## Message des élu(e)s de la Ville de Québec

# En hommage aux bénévoles

JACQUES BÉLANGER

jbelanger@journal-local.ca

**Les élu(e)s de l'arrondissement Sainte-Foy – Sillery – Cap-Rouge ont récemment voulu souligner le dévouement des bénévoles au cours de l'année. Nous reproduisons la lettre que Rémy Normand, Anne Corriveau, Marie-Josée Savard et Émilie Villeneuve nous ont fait parvenir.**

« Chers, chères bénévoles,

Normalement, à cette période de l'année, nous avons l'occasion de vous rencontrer

lors de la traditionnelle activité de reconnaissance pour les bénévoles de l'arrondissement de Sainte-Foy – Sillery – Cap-Rouge qui se tient à la salle Albert-Rousseau. Cette année, la pandémie nous force à annuler ce rendez-vous. Nous voulions tout de même prendre le temps de vous adresser quelques mots pour vous dire combien nous apprécions votre contribution à la vie communautaire de notre arrondissement.

Que ce soit auprès des jeunes ou des moins jeunes, dans les domaines sportifs, culturels ou en aide communautaire, votre implication fait une réelle différence dans

la vie et le bien-être des citoyennes et des citoyens de notre arrondissement.

Maintenant plus que jamais, nous avons besoin que la communauté se serre les coudes. Même avec la distanciation, il y a différentes façons d'intervenir pour atténuer les effets de la pandémie. Prendre quelques instants pour téléphoner une personne seule en est un bon exemple. Nous savons que plusieurs d'entre vous sont actifs sur le terrain et contribuent à leur façon. Nous vous remercions chaleureusement pour votre dévouement.

Lorsque la vie reprendra son cours et que nous pourrons à nouveau accomplir l'ensemble de nos activités quotidiennes, nous aurons besoin plus que jamais de chacun et chacune d'entre vous. Votre énergie, votre engagement, vos idées et surtout votre cœur contribueront à rendre à notre communauté sa joie de vivre.

D'ici là, acceptez nos vœux de santé pour vous et vos proches. Et continuons de respecter les consignes de la Santé publique dans l'objectif de rétablir le plus rapidement possible le fonctionnement normal de notre ville. » ■



Rémy Normand, président de l'arrondissement de Sainte-Foy-Sillery-Cap-Rouge et conseiller municipal du district du Plateau



Anne Corriveau, conseillère municipale du district de la Pointe-de-Sainte-Foy



Marie-Josée Savard, vice-présidente du conseil exécutif et conseillère municipale du district de Cap-Rouge – Laurentien



Émilie Villeneuve, conseillère municipale du district de Saint-Louis – Sillery

Crédit photo : Ville de Québec

Bourse Gilles Kègle de la Fondation GDG

## Une lauréate à La Courtepointe

(JB) Marie-Joël Bergeron-Savard connaît bien les rouages du bénévolat. Pour celle qui a fait partie de plusieurs comités d'organisation d'activités de vulgarisation scientifique et d'événements, effectuer des activités de bénévolat a toujours relevé de l'évidence.

En entrant sur le marché du travail, elle a découvert La Courtepointe, située dans le secteur de Sainte-Foy et qui veille à la socialisation de personnes seules. Elle occupe maintenant le poste de présidente du conseil d'administration de l'organisme. M<sup>me</sup> Bergeron-Savard a également fait partie du comité d'analyse et de relation avec les organismes

de Centraide Québec et Chaudière-Appalaches à l'hiver 2020.

La Fondation GDG a remis à Marie-Joël Bergeron-Savard une bourse de 5000 \$. De cette somme, elle a versé 4000 \$ à La Courtepointe et 1000 \$ à Centraide Québec et Chaudière-Appalaches. ■



Marie-Joël Bergeron-Savard, lauréate de la Bourse Gilles Kègle de la Fondation GDG et présidente du CA de La Courtepointe.

# LIVRAISON SANS FRAIS

Appelez-nous pour commander vos **lentilles cornéennes** dans le confort de votre foyer !



Produits sélectionnés seulement. Pour un temps limité. Certaines conditions s'appliquent.

**OPTO**  
RÉSEAU

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

Dre Gina Martineau  
Dre Annie Desmarais  
Optométristes

Martin Langlois  
Opticien propriétaire

## Le Marché public de Sainte-Foy

**Ouvert juste à temps pour la fête des Mères!**

JACQUES BÉLANGER

jbelanger@journal-local.ca

Ça y est! Le Marché public de Sainte-Foy a ouvert ses portes le 9 mai dernier et la clientèle devra patienter un peu avant de franchir les portes des nouveaux locaux. COVID-19 oblige, les travaux de construction, interrompus depuis quelques semaines, devaient reprendre le 11 mai.

Cependant, il n'est pas question de gâcher son plaisir. Le Marché encourage les gens à venir faire «un dernier tour de piste avant notre entrée sous notre toit permanent», selon les mots d'Isabelle Brodeur, directrice générale du Marché public de Sainte-Foy. Le début de la saison se tiendra donc sous les tentes en toile et le respect des mesures de salubrité et de distanciation sociale préconisées par la Santé publique sera de mise.

**En route pour la 45<sup>e</sup> saison**

Le Marché sera ouvert du 9 mai au 3 novembre (à l'exception des dimanches



Isabelle Brodeur, directrice générale du Marché public de Sainte-Foy, en compagnie de Jean-Luc Lavoie, directeur des affaires régionales (Québec) au Bureau régional des ministres.

de mai, jusqu'à nouvel ordre) et les heures d'ouverture seront de 8 h à 18 h. Comme chaque année, les producteurs horticoles ont la priorité au cours des mois de mai

et juin. Les amateurs de jardins, balcons fleuris et plates-bandes riches en couleurs pourront satisfaire leur engouement pour les beaux aménagements.

et je suis très heureux de commencer la saison comme cela. C'est encourageant pour la suite!»



Étienne, propriétaire de la Faisanderie du Chasseur.

**Un début en lion**

Le *Journal de Sainte-Foy* était présent lors de cette première journée d'activités et, selon M<sup>me</sup> Brodeur, la réponse du public a largement dépassé les pronostics. «Ce matin, nous avons enregistré 500 entrées et, entre 13 h et 14 h, plus de 200 personnes sont venues, et ce, malgré le temps frisquet et le contexte de pandémie. Cela signifie que nous avons réussi le test!», se réjouit la directrice générale.

Parmi les producteurs les plus recherchés, mentionnons les horticulteurs qui ont vu leurs stocks s'envoler très rapidement. «Une productrice de fleurs a dû retourner à la ferme pour refaire le plein parce qu'il ne lui restait plus rien à vendre», nous a confié Isabelle Brodeur.

Du côté des commerces, c'était également l'effervescence qui régnait. À la Faisanderie du Chasseur, Étienne, le propriétaire, a affirmé que ses étals ont été pris d'assaut. «Les produits de volailles ont pratiquement tous trouvé preneurs

Même son de cloche pour la Charcuterie du Marché, un commerce établi au Marché public de Sainte-Foy depuis 1998. «Les gens retrouvent avec plaisir les saucisses, les charcuteries et les viandes fumées. Ça fait chaud au cœur de revoir une clientèle qui nous est toujours fidèle», déclare Roger, propriétaire du commerce.

**Pour la suite**

Isabelle Brodeur nous informe que les asperges devraient être en étalages à la fin du mois de mai, si la météo le permet, et les fraises suivront. Parmi les nouveautés de cette saison 2020 : Safran Nordique, producteur de safran et dépositaire des produits de Charlevoix, M<sup>r</sup> Homard, qui offre du homard et des produits de la mer depuis le 21 mai, et Bleu Nature – bleuets et camerises transformés directement du Saguenay. Ces derniers s'allieront aux producteurs réguliers qui proposent à la clientèle du Marché du fromage de chèvre, du pain, du vin artisanal, des saucisses, des plats cuisinés, des confitures, des produits de l'érable, ainsi que du miel. ■

Crédit photo : Jacques Bélangier

**Aidez vos proches,  
faites vos  
arrangements.**

**418 688-0566**  
**compagniestcharles.ca**

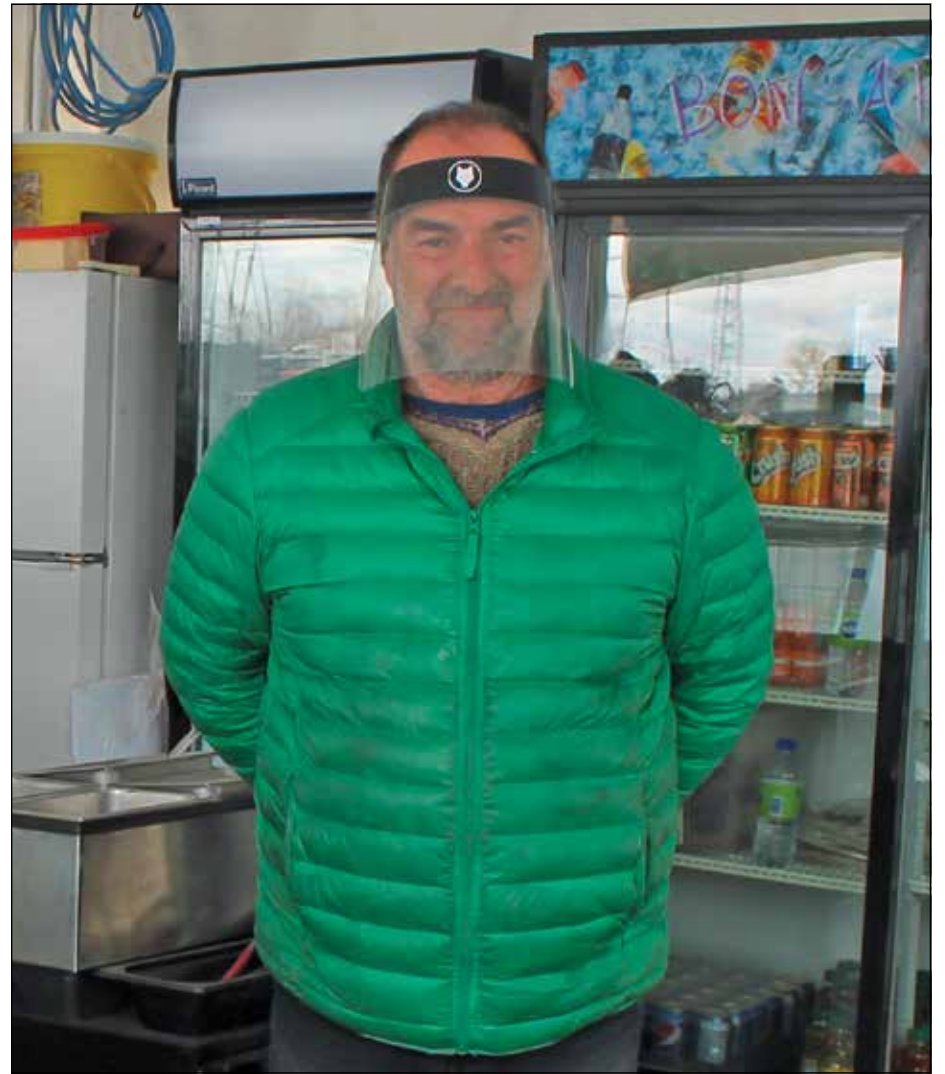


**La Compagnie  
St-Charles**  
Sépulture et  
services funéraires



Crédit photo : courtoisie

Le matin de l'ouverture du Marché public de Sainte-Foy, Rémy Normand, président de l'arrondissement de Sainte-Foy-Sillery-Cap-Rouge et conseiller municipal du district du Plateau, a tenu à y faire une visite. Il est accompagné d'Isabelle Brodeur, directrice générale du Marché.



Roger, propriétaire de la Charcuterie du Marché.



Les producteurs horticoles ont, eux aussi, connu un départ de saison fulgurant.

Crédit photo : Jacques Bélanger



C'est un honneur pour mon équipe et moi-même de vous servir dans Louis-Hébert et de vous représenter à Ottawa. N'hésitez jamais à nous contacter, nous demeurons à votre disposition!

En toute simplicité, Joël

# Joël Lightbound

Député fédéral de Louis-Hébert

Secrétaire parlementaire du ministre de la Sécurité publique et de la Protection civile

3700, rue du Campanile, bureau 110  
Québec (Québec) G1X 4G6  
Téléphone : 418 648-3244  
joel.lightbound@parl.gc.ca



# Le JOURNAL de Sainte-Foy

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

**86%** DES LECTRICES ET LECTEURS L'APPRECIENT

**Merci!**

## JOURNAL.CA INC.

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



## DIRECTION

Éditeur-directeur général :  
**Pierre Cassivi**

## RÉDACTION

Journaliste : **Jacques Bélanger**  
jbelanger@journal-local.ca

Collaboratrice : **Suzie Lemay**

Révisseur/Correctrice : **Traduction M**

Photographes :  
**Sébastien Dion, Gilles Fréchette,**  
**Frédéric Lavoie**

## PUBLICITÉ

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

## Sylvie Charest

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

## Ginette Demers

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

## Alain Lepage

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

## Denis Dalzill

Développement des affaires  
Cell. : 581 989-4484  
ddalzill@journal-local.ca

## ÉVÈNEMENTS

**David Cassivi**  
Coordonnateur aux événements

## ADMINISTRATION

**Suzie Lemay**

## IMPRESSION

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

## WEBMESTRE

**Viva Design**

## PRODUCTION

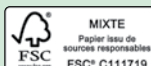
**Viva Design**  
production@journal-local.ca

## PROCHAINE PARUTION

Août 2020

## DATE DE TOMBÉE

22 juillet 2020



## La construction dans le secteur de Sainte-Foy

# Le futur Marché public de Sainte-Foy prend forme

(JB) Avec les mesures d'assouplissement des activités qui ont été paralysées par l'épidémie de COVID-19, la construction reprend ses droits et le secteur de Sainte-Foy ne fait pas exception.



Les travaux ont repris au futur Marché public de Sainte-Foy.

Les travaux ont repris au Marché public de Sainte-Foy et la structure est maintenant érigée. On peut déjà admirer la fenestration plus que généreuse qui protégera les producteurs du vent et des intempéries.

## Sommet 3V

En face du futur Marché public de Sainte-Foy, le chantier du projet Sommet 3V se poursuit. La clientèle peut acheter sa propre unité, mais la direction affirme qu'il reste quelques unités de condominium disponibles en location.



Le projet Sommet 3V poursuit sa croissance.

## Projet Lavigerie

Un projet de six jumelés haut de gamme qui se situe sur la rue de Lavigerie, à deux pas du chemin Saint-Louis, a vu le jour et quelques unités sont en vente. Ce projet est une réalisation de Bernard Carignan construction, un entrepreneur qui a également réalisé des projets sur la route de l'Aéroport, à Beauport et des condos commerciaux à Val-Bélair. Chaque unité du Projet Lavigerie, entre autres, comprend trois chambres à coucher à l'étage, une salle de bain attenante et un garage intégré deux places. Le prix est de 479 000 \$, taxes en sus. ■



Le Projet Lavigerie est composé de six jumelés haut de gamme.

Crédit photo : Jacques Bélanger

TIRAGE :  
25 000 exemplaires



17 949 exemplaires

DISTRIBUTION  
RÉSIDENTIELLE



4579 exemplaires

DISTRIBUTION  
COMMERCIALE



1787 exemplaires

PRÉSENTOIRS



685 exemplaires

ACHAT DE PUBLICITÉ : ventes@journal-local.ca



Valeur d'un timbre

121\$ taxes incluses



90% de lecteurs  
assidus

1,5 lecteur par foyer

86% l'apprécient

IMPRESSION  
QUEBECOR  
Media

Territoire de distribution

## PROFIL DU LECTEUR

Sexe : Femmes 44 %  
Hommes 56 %

Âge moyen : 45,5 ans

Revenu moyen : Revenu familial  
annuel brut de  
71 200 \$

Scolarité : Diplôme d'études  
collégiales et  
universitaires

Sondage Léger effectué à l'aide de la technologie d'interview Web assistée par ordinateur (CAWI), réalisé du 8 au 17 février 2019 auprès de 500 personnes faisant partie du lectorat de Journal-Local et des alentours. Ils ont été sélectionnés aléatoirement à partir du panel en ligne Legerweb. À l'aide des données du recensement de 2016, les résultats ont été pondérés selon l'âge, le sexe et le secteur de résidence afin de garantir un échantillon représentatif de la population.

source



leger360.com/fr



# Bonne fête des Pères!



**GENEVIÈVE GUILBAULT | DÉPUTÉE DE LOUIS-HÉBERT**

• Vice-première ministre • Ministre de la Sécurité publique | 418 528-0483

• Ministre responsable de la région de la Capitale-Nationale | genevieve.guilbault.lohe@assnat.qc.ca



ASSEMBLÉE NATIONALE  
DU QUÉBEC

## Cégep de Sainte-Foy Session d'automne principalement à distance

JACQUES BÉLANGER

jbelanger@journal-local.ca

**Le Cégep de Sainte-Foy se prépare à offrir une session principalement à distance à l'automne 2020.**

«Étant donné la situation actuelle, les consignes de distanciation sociale et les difficultés liées au fait que nous soyons près de 8 000 personnes à circuler chaque jour sur le campus en temps normal, mais surtout, à la lumière des informations dont nous disposons à l'heure actuelle au sujet de la rentrée, nous avons choisi de nous orienter vers le scénario qui nous semble aujourd'hui le plus probable pour l'automne. Les cours théoriques seront donc offerts principalement à distance. Certaines activités pratiques et techniques jugées essentielles au développement des compétences seront quant à elles offertes sur le campus, en respectant les directives de la santé publique», explique Jasmine Gauthier, directrice générale du Cégep.

Elle ajoute que pour le moment, la présence des employés comme celle des étudiants sera alors réduite au strict minimum. Pour ce qui est des services et des activités habituellement offerts aux étudiants, ils se poursuivront principalement à distance. Toute l'équipe du Cégep de Sainte-Foy est mobilisée pour offrir aux étudiants tout le soutien nécessaire à leur réussite.

«Nous n'excluons pas pour l'automne des scénarios différents si les directives de santé publique en place au moment de la rentrée nous le permettent, ajoute la directrice générale. Cependant, cette décision fait en sorte que nous devons préparer la rentrée d'automne pour renouveler nos façons de faire dès maintenant,



Jasmine Gauthier, directrice générale du Cégep de Sainte-Foy.

notamment en ce qui concerne l'organisation de l'accueil des nouveaux étudiants, la planification de la formation à distance pour une session complète, la prestation de divers services et activités de qualité aux étudiants». D'autres communications sur ces sujets suivront au cours des prochaines semaines.

«Nous avons tous hâte de pouvoir offrir à nouveau à nos étudiants une expérience complète de la vie sur notre formidable campus. D'ici là, je suis convaincue que notre communauté va continuer de se serrer les coudes et de relever ce grand défi collectif, tout en menant nos étudiants sur le chemin de la réussite», conclut M<sup>me</sup> Gauthier. ■

## Honneurs remis par le Cégep de Sainte-Foy

### Boursières et boursiers du Gala SOCIO 2020

(JB) Sourires, plaisir et un brin de nostalgie ont animé participants et intervenants lors de la tenue virtuelle du Gala SOCIO 2020 du Service à la vie étudiante – Socio du Cégep de Sainte-Foy, le mercredi 13 mai 2020, en soirée.



Arianne Tremblay (Rapi-Secours).

Les étudiants étaient nombreux au rendez-vous afin de souligner, avec leurs amis et les membres de leurs comités, l'année scolaire qui se termine. Au gala, où jeux interactifs, anecdotes et humour étaient à l'honneur, 10 bourses individuelles de 300 \$ et trois bourses collectives (d'une valeur de 300 \$, 200 \$ et 100 \$) ont été offertes par la Fondation du Cégep de Sainte-Foy pour souligner l'engagement de ces étudiants.

Les boursières et boursiers sont : Frédérick Mercier (Petit campus cultivé), Jérémy Routhier (Nakama), Coralie Vigneault (comédie musicale), Vincent Loranger (Escouade), Catherine Rodriguez (danse), Louis-Charles Cantin (e-sports), Arianne Tremblay (Rapi-Secours), et Sandrine Rock-Washish (Regroupement des étudiants autochtones). ■

**COLORESCIENCE**

**Rabais de 15%**

**INJECTION DES RIDES**

**Informez-vous de notre prochaine date**

**Rabais de 15%**

# Clin D'Œil Esthétique Enr.

Place des Quatre-Bourgeois, Sainte-Foy

**418 656-0556** [clindoeilesthetique.ca](http://clindoeilesthetique.ca)

**ACHAT EN LIGNE**

\*\*\*

Produits

INSTITUT ESTHEDERM PARIS

[www.clindoeilesthetique.ca](http://www.clindoeilesthetique.ca)

Soirée-bénéfice *Au cœur de vos passions*

# Un élan de générosité malgré l'annulation

(JB) La direction de la Fondation de l'Institut universitaire de cardiologie et de pneumologie de Québec (IUCPQ) a été agréablement surprise de constater qu'à la suite de l'annulation de sa soirée-bénéfice *Au cœur de vos passions*, plusieurs donateurs ont préféré transférer le coût de leur participation en dons plutôt que d'être remboursés.

«Cet élan de générosité a permis de recueillir une somme de 250 000 \$ de profits nets afin de soutenir des projets de recherche spécifiques à la COVID-19. Ces derniers permettront aux spécialistes de l'IUCPQ d'approfondir leurs connaissances sur ce virus et, ultimement, d'offrir les meilleurs soins aux patients en temps de pandémie.

Comme chef de file mondial en matière de santé pulmonaire, l'Institut joue un rôle crucial dans la lutte à la COVID-19 en étant l'un des centres désignés par le gouvernement. «Nous sommes choyés d'avoir un centre hospitalier de cette envergure ainsi qu'un centre de recherche de calibre international, ici même à Québec. Grâce à l'arrimage parfait des axes de recherche aux missions cliniques de l'Institut, la synergie entre les professionnels de la santé et les chercheurs est toujours présente, afin d'améliorer continuellement la qualité de vie, et même de donner une deuxième vie et un deuxième souffle, à des milliers de personnes», a déclaré Josée Giguère, directrice générale de la Fondation IUCPQ. ■



Photo prise lors de l'édition 2019 de l'événement *Au cœur de vos passions*. De gauche à droite, Denis Bouchard, président-directeur général de l'IUCPQ, Josée Giguère, directrice générale de la Fondation IUCPQ, Sophie D'Amours, rectrice de l'Université Laval et Denis Richard, directeur du Centre de recherche de l'IUCPQ.

Crédit photo : Didier Debusschère (Journal de Québec)

Bourse Gilles-Kègle de la Fondation GDG

## Un boursier bénévole chez Ressource Espace Familles

(JB) Jude Soucy-Rousseau est bénévole chez Ressource Espace Familles. Après avoir été utilisateur du comptoir alimentaire, il a choisi de redonner au suivant en devenant bénévole.

«Étant d'origine haïtienne, je vois ce que peut entraîner la faim. Je crois que pour aider un peuple, pour aider à la santé de toute la communauté, il faut d'abord avoir le ventre plein. La nourriture diminue la violence, les crimes et les problèmes de santé physique et mentale. C'est pourquoi j'ai décidé de remettre ma bourse à Ressource Espace Familles, qui remplit cette mission ici, à Sainte-Foy, en plus d'aider autrement les familles.» ■



Jude Soucy-Rousseau, boursier bénévole chez Ressource Espace Familles.

Photo tirée de Facebook

Maison de la famille Louis-Hébert

## Les bienfaits de la méditation

(JB) Les événements des deux derniers mois ont été fertiles en stress et en désagréments de toute sorte. La Maison de la famille Louis-Hébert a déposé sur sa page Facebook une petite vidéo pour expliquer les bienfaits de la méditation.

Dans le cadre de la série Web «C'est quoi l'trip?», diffusée sur tou.tv, Rosalie Bonenfant présente une capsule dans laquelle elle fait le tour de la question en y apportant une bonne dose d'humour. Entre autres, sachez que la méditation, «c'est pas juste pour les brouteux de chanvre avec du macramé en dessous des bras». Du bonbon à savourer avec plaisir!

<https://ici.tou.tv/c-est-quoi-l-trip/S01E05> ■



Rosalie Bonenfant présente une capsule dans laquelle elle explique les vertus de la méditation.

Crédit photo : Radio-Canada

D&amp;C

Dentistes&amp;Cie

### NOS SERVICES

- Implantologie
- Orthodontie conventionnelle
- Invisalign
- Scanographie 3D
- Radiographies numériques
- Hygiène dentaire
- Traitement de canal
- Restaurations dentaires
- Remplacement de dent
- Blanchiment dentaire
- Technologie CEREC
- Traitements parodontaux
- Greffe de gencives
- Chirurgie buccale
- Extraction des dents de sagesse



D' Alexandre Maziade, dentiste



D' Pierre Darveau, dentiste



D' Claire Rousseau, dentiste



D' David Scanlan, dentiste propriétaire

**HEURES  
D'OUVERTURE**

Lundi: 8h30 à 19h | Mardi: 8h à 20h | Mercredi: 8h à 17h  
Jeudi: 8h à 18h | Vendredi: 8h à 15h

**Bienvenue  
aux nouveaux patients!**

1175, rue Lavigerie, bureau 100, Place Iberville II, Québec | [www.dentistesetcie.com](http://www.dentistesetcie.com)



**418 653-5412**

**SERVICE  
D'URGENCE DENTAIRE**

## Médaille du lieutenant-gouverneur

## Deux étudiants du Cégep de Sainte-Foy honorés

(JB) Deux étudiants engagés du Cégep de Sainte-Foy, Jules Clouet (Musique et Sciences de la nature) et Sabrina Harvey (Techniques de comptabilité et de gestion) ont reçu la médaille du lieutenant-gouverneur pour la jeunesse. En raison de la pandémie, il a été impossible d'effectuer la remise en présence du lieutenant-gouverneur J. Michel Doyon.

Cet honneur est décerné à des étudiants qui se distinguent par la diversité de leur engagement, leur leadership, leur responsabilité dans l'action, la qualité des relations interpersonnelles qu'ils entretiennent et la qualité de leur dossier scolaire. Pour souligner l'importance de cette distinction, la Fondation du Cégep de Sainte-Foy remettra à chaque médaillé une bourse de 1000 \$, gracieuseté de

l'Association des parents des étudiants du Cégep de Sainte-Foy.

## Jules Clouet

Engagé dans sa paroisse où il organise des activités pour les enfants, Jules Clouet est également bénévole secouriste au Cégep de Sainte-Foy. Il est engagé auprès du comité musical Scherzo et participe à la planification des activités du comité de plein air du Cégep. Il est aussi membre du *stage band* de l'Université Laval. On le dit curieux, fiable, positif et agréable à côtoyer.

## Sabrina Harvey

Dynamisme, leadership et sens de l'organisation sont des qualificatifs qui décrivent bien Sabrina Harvey. Elle est engagée auprès d'un organisme visant



Jules Clouet



Sabrina Harvey

Crédit photo : Cégep de Sainte-Foy

à briser l'isolement. Elle œuvre comme secouriste au Cégep et auprès des jeunes du secondaire lors des activités de recrutement étudiant. Elle est également

administratrice bénévole de la coopérative Coopsco Sainte-Foy. On la considère résolument positive dans sa façon de mobiliser les gens. ■

## Le député Joël Lightbound accompagne les citoyens de Louis-Hébert au cœur de la pandémie

(YG) Depuis la mi-mars, le travail du député de Louis-Hébert, secrétaire parlementaire du ministre de la Sécurité publique et de la Protection et président du caucus des députés libéraux du Québec, M. Joël Lightbound, a changé et, ce dernier accompagne les citoyens de Louis-Hébert par vagues successives. Au départ, ce fut la vague consulaire, alors que les efforts du député étaient concentrés à aider les Canadiens à l'extérieur du pays, et de les rapatrier le plus rapidement possible. Pérou, Maroc, Chine, nommez-les tous. Les demandes de rapatriement fusaient des quatre coins du monde.

Puis selon le député, ce fut la vague des conditions économiques des citoyens qui fut omniprésente, de la fin mars au début avril : PCU, impôts, aide aux étudiants, aide aux entreprises, aux OBNL. Tout fut mis en œuvre pour aider les citoyens à s'y retrouver dans le dédale des programmes d'aide offerts.

« Au cours des deux derniers mois, nous avons reçu la rétroaction des citoyens. Ils nous font part de leur situation et de leur cheminement dans les mailles des programmes gouvernementaux. Je les invite d'ailleurs à communiquer à nos bureaux pour qu'on puisse les aider à faire bouger les choses. Je pense que nous n'avons jamais été



Joël Lightbound, député de Louis-Hébert, secrétaire parlementaire du ministre de la Sécurité publique et de la Protection et président du caucus des députés libéraux du Québec.

aussi efficaces et rapides. Nous sommes plus accessibles que nous le pouvons », assure le député, qui a bien hâte au retour à la normale parce qu'il s'ennuie du contact direct avec les citoyens de Louis-Hébert. Il salue d'ailleurs le travail fantastique qu'effectuent les organismes d'aide et de soutien de la circonscription tels que Ressource Espace Familles, la Saint-Vincent-de-Paul, notamment.

Le député termine en souhaitant une excellente fête nationale et une tout aussi excellente fête du Canada. ■

Nouveauté à la Faculté des sciences de l'éducation de l'Université Laval  
Une spécialisation en orthopédagogie

(JB) À compter de la session d'automne, la Faculté des sciences de l'éducation de l'Université Laval offrira une formation de maîtrise en psychopédagogie avec spécialisation en orthopédagogie.

« L'arrivée de cette spécialisation en orthopédagogie viendra enrichir et compléter les voies de formation de deuxième cycle en adaptation scolaire offertes à la Faculté. Cette nouvelle spécialisation mettra l'accent sur les difficultés d'apprentissage des élèves en lecture, en écriture et en mathématiques, le dépistage et l'évaluation de ces difficultés et, bien évidemment, l'intervention préventive et corrective », a déclaré le professeur Stéphane Duchesne, directeur de programme à la Faculté.

Ce programme pourra être suivi à temps plein ou partiel et les cours seront offerts le soir. ■



À compter de la session d'automne, la Faculté des sciences de l'éducation de l'Université Laval offrira une formation de maîtrise en psychopédagogie avec spécialisation en orthopédagogie.





## RÉSIDENCE DU CAMPANILE

pour retraités amoureux de la vie

Au cœur du CAMPANILE

Appartements pour personnes autonomes et semi-autonomes

Studios et 2 ½ pièces

**FAITES VITE !**  
Ils sont très en demande !

- Chauffage et éclairage inclus
- Services offerts : Repas - Loisirs
- Assistance - Soins - Sécurité

- Environnement de qualité à 2 pas de tous les services
- Clientèle autonome et/ou en légère perte d'autonomie

901, rue de Laudance, Québec G1X 5J3 | 418 659-2889 poste 5 | www.laresidenceducampanile.com

# On reprend graduellement ses activités en continuant de se protéger!

Au cours des prochaines semaines, les activités reprendront de façon graduelle au Québec, et ce, toujours avec l'accord et la collaboration des autorités de santé publique. Ces différentes réouvertures se feront par phase, selon le type d'activités et les zones géographiques. Pour connaître les différentes phases de réouverture, consultez le site Web du gouvernement du Québec : [Quebec.ca/coronavirus](https://quebec.ca/coronavirus)

En tout temps, il sera essentiel de continuer à respecter les consignes, afin de limiter les risques associés à la propagation du virus. Par ailleurs, si vous présentez des symptômes de la COVID-19, il est important de respecter les recommandations d'isolement à la maison pour éviter de transmettre la maladie à d'autres personnes.

Votre  
gouvernement

## On respecte les consignes sanitaires

Après avoir fréquenté tout lieu public, surveillez vos symptômes et respectez les consignes sanitaires suivantes :



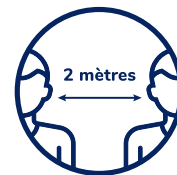
- Lavez-vous souvent les mains à l'eau courante tiède et au savon pendant au moins 20 secondes.
- Utilisez un désinfectant à base d'alcool si vous n'avez pas accès à de l'eau et à du savon.
- Observez les règles d'hygiène lorsque vous toussiez ou éternuez :



Couvrez-vous la bouche et le nez avec votre bras afin de réduire la propagation des germes.



Si vous utilisez un mouchoir en papier, jetez-le dès que possible et lavez-vous les mains par la suite.



- Si vous devez sortir, maintenez autant que possible une distance d'au moins 2 mètres (environ 6 pieds) avec les autres personnes qui ne vivent pas sous votre toit.
- Portez un couvre-visage lorsqu'une distance de 2 mètres entre les personnes ne peut pas être respectée.
- Si vous êtes malade, évitez le contact avec les personnes plus vulnérables, dont les personnes âgées, les personnes ayant un système immunitaire affaibli et les personnes ayant une maladie chronique.
- Évitez le contact direct pour les salutations, comme les poignées de main, et privilégiez l'usage de pratiques alternatives.



- Évitez tout rassemblement intérieur ou extérieur avec des personnes qui ne vivent pas sous votre toit.

## Port du couvre-visage

Le port du couvre-visage est recommandé dans les lieux publics lorsque la distanciation physique n'est pas possible. Cela peut se produire, par exemple, en se rendant à l'épicerie ou en prenant le transport en commun.

**Le port du couvre-visage dans les lieux publics doit obligatoirement s'accompagner des autres mesures de protection, comme l'application des mesures d'hygiène.**

Si vous êtes malade, restez à la maison. Si vous devez vous rendre à la clinique ou à l'hôpital, portez votre couvre-visage jusqu'à ce qu'on vous donne un masque de procédure.

Les enfants de moins de 2 ans, les personnes avec des difficultés respiratoires, les personnes handicapées ou incapables de retirer leur couvre-visage sans l'aide d'une autre personne ne devraient pas en porter.

Pour savoir comment utiliser correctement votre couvre-visage ou comment en fabriquer un, consultez les capsules d'information qui se trouvent sur le site Web du gouvernement du Québec : **Québec.ca/couvre-visage**



Foulard



Couvre-visage en papier ou en tissu



Bandana ou autre tissu

## Ressources

Si la COVID-19 vous inquiète ou si vous présentez des symptômes comme l'apparition ou l'aggravation d'une toux, de la fièvre, des difficultés respiratoires ou une perte soudaine de l'odorat et du goût sans congestion nasale, vous pouvez composer le 418 644-4545, le 514 644-4545, le 450 644-4545, le 819 644-4545 ou le 1 877 644-4545 (sans frais) ailleurs au Québec afin d'être dirigé vers la bonne ressource. Pour les personnes malentendantes (ATS), il est possible de contacter le 1 800 361-9596 (sans frais).

**Québec.ca/coronavirus**

**1 877 644-4545**

**Québec** 

# Organismes reconnus, arrondissement de Sainte-Foy

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

 <p><b>4 Loisirs</b> Nadia Jolicœur, coordonnatrice 581 998-6301 Du lundi au jeudi de 9 h à 12 h coord@4loisirs.com   4loisirs.com</p>	 <p><b>Accès-Loisirs Québec</b> Pauline Tanguay 418 657-4821 acces-loisirs@bellnet.ca</p>	 <p><b>AGIR en santé mentale</b> Richard Langlois 418 640-5253 info@agirensantementale.org</p>	 <p><b>Arche (L') L'Étoile</b> Pierre Antcil 418 837-0215 antcil.pierre@gmail.com</p>	 <p><b>Association canadienne pour la santé mentale</b> Monique Boniewski 418 529-1979 info@acsmquebec.org</p>	 <p><b>Association de hockey mineur Sainte-Foy / Sillery (Gouverneurs)</b> Roger Thibodeau 418 641-6301 poste 3383 info@lesgouverneurs.com</p>	 <p><b>Association des familles de personnes assassinées ou disparues (AFPAD)</b> Andrée Champagne 418 686-5443 andree.champagne@afpad.ca</p>
 <p><b>Association des handicapés respiratoires de Québec</b> Louise Boulet 418 657-2477 ahrq@videotron.ca</p>	 <p><b>Association des proches aidants de la Capitale-Nationale</b> Suzanne Girard 418 688-1511 poste 2 info@apacn.org</p>	 <p><b>Asthme et allergies Québec</b> Gervais Bélanger 418 627-3141 ubfi@asthmeallergies.com</p>	 <p><b>La Baratte</b> Baratte (La) Stéphane Paradis 418 527-1173 direction@labaratte.ca</p>	 <p><b>Centre d'entraide Émotions</b> Joanne Boutet 418 682-6070 emotions@qc.aira.com</p>	 <p><b>Centre de céramique de Sainte-Foy</b> France Turcotte 418 688-3166 info@centredeceramique.qc.ca</p>	 <p><b>Centre de yoga Sainte-Foy</b> 418 688-3003 accueil@yogasaintefoy.com yogasaintefoy.com</p>
 <p><b>Centre Femmes d'aujourd'hui</b> Isabelle Boily 418 651-4280 c.f.a@oricom.ca</p>	 <p><b>Cercle citoyen au cœur de Sainte-Foy</b> Renaud Blais 418 653-5224 renaud_blais@yahoo.ca</p>	 <p><b>Cercle de Fermières Notre-Dame-de-Foy</b> Linda Carrier 418 658-0897 lindacarrier4@gmail.com</p>	 <p><b>Cercle de Fermières Sainte-Geneviève-de-Sainte-Foy</b> Lise Rousseau 418 845-0460 cfq-stg-stf@hotmail.com</p>	 <p><b>Chantelait</b> Isabelle Poulin, directrice générale 418 877-5333 www.chantelait.org</p>	 <p><b>Chevaliers de Colomb Conseil #5685 Sainte-Foy</b> Gilbert Russell 418 915-0401 cdcstefoy5685@gmail.com</p>	 <p><b>Chœur du Vallon</b> 418 809-0925 info@choeurduvallon.com</p>
 <p><b>Club de soccer Caravelles de Sainte-Foy / Sillery</b> Christophe Rouy 418 641-6301 poste 3377 ecrire@caravelles.ca</p>	 <p><b>Club de scrabble Sainte-Geneviève</b> Joëlle Grondin 418 659-7088</p>	 <p><b>Kiwanis Québec</b> au service des enfants <b>Club Kiwanis de Québec</b> Nathalie Ferreras info@kiwanisquebec.org</p>	 <p><b>Club Rotary de Sainte-Foy</b> Jacques Bossinotte 418 563-0214 info@rotary-ste-foy.org</p>	 <p><b>Collectif 55+</b> Ginette Garon collectif55plus@gmail.com www.collectif55plus.org</p>	 <p><b>Comité Logement d'aide aux locataires</b> Cheryl-Ann Dagenais 418 651-0979 clal1@videotron.ca</p>	 <p><b>Comptoir Louise et Frédéric</b> 418 651-3993 comptoirlouiseetfrederic@gmail.com 2901, chemin Sainte-Foy, Québec.</p>
 <p><b>La Courtepointe</b> Valérie Dubé 418 657-3836 info@lacourtepointe.ca</p>	 <p><b>Ensemble classique a pia Cere</b> Maurice Nadeau 418 650-3525 mauricenadeau36@videotron.ca</p>	 <p><b>Entraide Ste-Foy</b> Nathalie Lecours 418 650-5544 entraidestefoy@hotmail.com</p>	 <p><b>Fabrique de la paroisse Notre-Dame-de-Foy</b> Marc Lavoie 418 653-9575 poste 21 NDF@paroissendf.com</p>	 <p><b>Fibrose kystique Canada - division Québec</b> Elizabeth Dubé 418 653-2086 edube@fkq.ca</p>	 <p><b>Fondation du Centre Psycho-Pédagogique de Québec</b> Lily Perron 418 650-1171 poste 251 lilyperron@cppq.qc.ca</p>	 <p><b>Fondation En Cœur</b> Philippe Deslauriers 418 650-2270 quebec@en-cœur.org</p>
 <p><b>Fondation Réno-Jouets</b> Annie Asselin 418 877-6758 info@fondationrenojouets.ca</p>	 <p><b>Fondation Élan</b> Annie Gagnon 418 529-9141 poste 4366 annie.gagnon@irdpq.qc.ca</p>	 <p><b>GIT Services-conseils en emploi</b> Karine Roussy 418 686-1888 gitcre@git.qc.ca</p>	 <p><b>Gîte Jeunesse / Résidence de Sainte-Foy</b> Denis Bouchard 418 652-9990 gitejeunesse@videotron.ca</p>	 <p><b>Horizon Nouveau</b> Guyline Delisle 418 651-8027 info@horizonnouveau.org</p>	 <p><b>La Fripe.com</b> Véronique Gaudin 418 688-5162 lafripe.com@videotron.ca</p>	 <p><b>Laura Lémerville</b> Sandra Lambert 418 462-3325 administration@lauralemerville.ca</p>
 <p><b>Loisirs (Les) Saint-Benoît</b> Senso Laau 418 654-4015 loisirsst-benoit@hotmail.com</p>	 <p><b>Loisirs Ressources</b> L. Cherguy 418 527-1027 418 641-6301, poste 4083 loisirs.stefoy@gmail.com</p>	 <p><b>Ludothèque (La) de Sainte-Foy</b> Catherine Giguère-Duval 418 641-6301 poste 4081 ludothquestefoy@gmail.com</p>	 <p><b>Maison de la famille Louis-Hébert</b> Caroline Lafrance 418 681-0141 info@maisonfamilielouishebert.com</p>	 <p><b>Maison de la musique de Sainte-Foy</b> France Sanfaçon 418 650-2657 mmsf1986@gmail.com</p>	 <p><b>Maison des entreprises de cœur</b> 418 684-0087 direction2@videotron.ca</p>	 <p><b>Maison des grands-parents de Sainte-Foy</b> Rosanne Montminy 418 658-8484 grandsparents2014@gmail.com</p>
 <p><b>Maison des jeunes L'Envol de Sainte-Foy</b> Caroline Flamand 418 656-6039 mdjlenvol@hotmail.com</p>	 <p><b>Maison Hélène-Lacroix</b> Julie Beaulieu 418 527 4682 info@maisonhelenelacroix.com</p>	 <p><b>Maison L'Éclaircie</b> Myriame Trudel 418 650-1076 mtrudel@maisonclaircie.qc.ca</p>	 <p><b>Maison pour femmes immigrantes</b> Lisette van Lier 418 652-9761 maisonpourfemmesimmigrantes@hotmail.ca</p>	 <p><b>Maison Richelieu Hébergement Jeunesse</b> Laurie Poisson 418 659-1077 info@hebergementjeunesse.org</p>	 <p><b>Maison Routhier (La) Centre d'arts textiles</b> Andrée Fortin 418 654-4296 info@lamaisonrouthier.com</p>	 <p><b>Mieux-être des immigrants</b> Gloria Lizama 418 527-0177 info@meiquebec.org</p>
 <p><b>Moisson Québec</b> Élaine Côté 418 682-5061 info@moissonquebec.com</p>	 <p><b>Œuvres (Les) Jean Lafrance</b> Jean Lafrance 418 681-3883 info@lesojl.com</p>	 <p><b>Option Travail / Carrefour jeunesse emploi Sainte-Foy</b> Lanie Desrochers 418 651-6415 ldesrochers@optionje.qc.ca</p>	 <p><b>Organisation communautaire d'écoute et d'aide naturelle (OCEAN)</b> Diane Joncas 418 522-3352 info@org-ocean.com</p>	 <p><b>Passage (Le)</b> Nathalie Paquet 418 527-0916 info@centrepassage.org</p>	 <p><b>Pavois (Le) de Sainte-Foy</b> Francine Cyr 418 948-1280 pavoisste-foy@videotron.ca</p>	 <p><b>Popote roulante Laval</b> Suzanne St-Laurent, présidente 418 654-9017 popoteroulantelaval@bellnet.ca</p>
 <p><b>Ressource Espace Familles</b> Cindy-Lee McKenzie 418 681-9740 communication@refamilles.ca</p>	 <p><b>Service d'aide à l'adaptation des immigrants et des immigrantes (SAAI)</b> Irina Aviles 418 523-2058 saai@biz.videotron.ca</p>	 <p><b>Société artistique et culturelle de Québec</b> Céline Normand, présidente 418 659-1372 sacq.normand@gmail.com</p>	 <p><b>Société d'histoire de Sainte-Foy</b> Alain Côté 418 641-6301 poste 4082 histoiresaintefoy@gmail.com</p>	 <p><b>Société d'horticulture de Sainte-Foy</b> Nicole Caron 581 981-4441 nicky101.2008@outlook.fr</p>	 <p><b>Société de modélisme ferroviaire de Québec</b> Raynald Pouliot 418 657-7932 ppraynald@videotron.ca</p>	 <p><b>Société Saint-Vincent de Paul Conférence Notre-Dame-de-Foy</b> Marianne Girouard 418 659-2937 normandmariette2@gmail.com</p>
 <p><b>Société Saint-Vincent de Paul Conférence Sainte-Ursule</b> François Simard-Gagnon 418 659-2474 gagi@videotron.ca</p>	 <p><b>Société Saint-Vincent de Paul Conférence Sainte-Ursule</b> Richard Girard 418 653-1381 ssp_quebec.org</p>	 <p><b>Société Saint-Vincent de Paul Saint-Benoît Abbé</b> Raymond Lévesque 418 654-1843 raylevesque@videotron.ca</p>	 <p><b>Société Saint-Vincent de Paul Conférence Saint-Mathieu</b> Réal Camiré 418 650-2252 realcamire@videotron.ca</p>	 <p><b>Société scout de Sainte-Ursule</b> Sylvie Mondor 418 654-0262 smondor92@gmail.com</p>	 <p><b>TRAIC jeunesse</b> Viviane Gélinau Adjointe à la coordination info@traicjeunesse.org</p>	 <p><b>Verger (Le)</b> Michèle Boulay 418 657-2227 info@leverger.ca</p>

## Joëlle Boutin donne l'exemple



JACQUES BÉLANGER

jbelanger@journal-local.ca

Joëlle Boutin, députée de la circonscription de Jean-Talon, prêche par l'exemple. En ces temps incertains, elle a choisi de porter le masque et encourage ses concitoyens à le faire.

«Je me suis finalement procuré un masque fait par une couturière de Québec (La fée Lys) : ajustable, beau, avec un filtre que l'on peut insérer à l'intérieur. Le port du masque est utile lorsque la distanciation sociale n'est pas toujours optimale (dans les magasins, par exemple), mais rappelez-vous que le lavage des mains est probablement la mesure la plus efficace. Continuons de prendre nos précautions!», peut-on lire sur son compte Instagram. ■

Joëlle Boutin, députée de la circonscription de Jean-Talon, prêche par l'exemple. En ces temps incertains, elle a choisi de porter le masque et encourage ses concitoyens à le faire.

Photo tirée de Facebook

La qualité de vie à Québec

## Un excellent bulletin

(JB) Selon un sondage effectué par Léger, 82 % des répondants mentionnent que la qualité de vie à Québec est bonne, et ce, malgré la pandémie.

Les répondants ont souligné la présence de rues piétonnes, le soutien au commerce local, la bonification de la collection numérique de la Bibliothèque de Québec et le report des paiements de taxes municipales.

Pour les résultats : <https://www.ville.quebec.qc.ca/covid19/#sondage> ■



Selon un sondage effectué par Léger, 82 % des répondants mentionnent que la qualité de vie à Québec est bonne, et ce, malgré la pandémie.

Photo tirée de Facebook

## Deux jardins communautaires de plus pour le secteur de Sainte-Foy



Credit photo : Ville de Québec

Cet été, la Ville de Québec met l'accent sur l'aménagement de jardins communautaires.

(JB) La Ville de Québec a annoncé la création de 16 nouveaux jardins communautaires cet été, pour un investissement d'un peu plus de 100 000 \$. Deux d'entre eux sont situés dans le secteur de Sainte-Foy.

La fabrique de la paroisse Notre-Dame-de-Foy et le Cégep de Sainte-Foy sont les deux organisations situées dans le secteur de Sainte-Foy qui auront leur jardin communautaire. ■

## CONDOS LOCATIFS À STE-FOY

418 780-6248  
CONDOESPACE5.COM



ESPACE 5

« Confortable et spacieux »



Livraison  
JUILLET 2020

2½ - 3½ - 4½

EAU CHAUDE INCLUSE  
CLIMATISATION INDÉPENDANTE  
INSONORISATION EXCEPTIONNELLE  
STATIONNEMENT INT. ET EXT.  
DESIGN DE QUALITÉ  
ASCENSEUR, CHUTE À DÉCHETS  
ACCÈS CENTRAL ET SÉCURISÉ  
TERRASSE EXTÉRIEURE

5 espaces communs :

- Mini gym
- Relaxation
- Créatif
- Productif
- « Get together »

CONDOS LOCATIFS

941, rue du Viaduc  
Sainte-Foy



SECTION SPÉCIALE

# Soins aux personnes âgées



Soins aux aînés

## Cap sur la qualité de vie!

(JB) Les enfants ont quitté le nid familial et la maison est devenue bien grande. Les parents sont en fin de carrière ou encore déjà à la retraite. L'heure des

grandes décisions est venue, dont vendre la maison et emménager dans des lieux mieux adaptés à cette nouvelle réalité. Une solution se profile : celle d'opter

pour un milieu de vie de qualité au sein duquel confort et sécurité vont de pair.

Les personnes encore actives et en santé n'ont que l'embarras du choix pour trouver un lieu qui conviendra à leur nouvelle vie. Fini les corvées de tonte

locataires sont libres d'aller où ils veulent sans avoir de compte à rendre à qui que ce soit. C'est également l'occasion de faire de nouvelles connaissances et de s'adonner à des activités qu'ils n'ont jamais pratiquées auparavant.

Lorsque l'envie de socialiser se fait sentir, sachez que les responsables de ces résidences organisent des activités pour tous les goûts comme des soirées cinéma, des soupers et fêtes thématiques ou des cours et des formations, sans oublier l'accès à certains sports. L'aide à l'entretien et les bons repas font également partie des avantages d'opter pour une résidence.

### Les années passent

Plusieurs résidences offrent sous un même toit l'accueil pour les personnes retraitées autonomes ou semi-autonomes. Comme les années passent et entraînent avec elles des demandes accrues pour les soins, il



Le choix d'une résidence s'avère très simple puisqu'il peut commencer avec un ordinateur.

de gazon, l'été, de ramassage de feuilles, l'automne et de pelletage de neige, l'hiver. Il suffit de s'informer sur les différentes résidences, leur lieu géographique, le budget, les services de proximité ainsi que les commerces environnants.

Plusieurs résidences proposent des activités portes ouvertes afin de faire connaître leurs attraits et services. Souvent, ces nouveaux occupants choisissent un secteur qu'ils habitaient déjà ou prennent la décision de se rapprocher de leurs enfants. Mais, quelle que soit l'option retenue, un souhait demeure : celui d'y trouver une qualité de vie qui leur permettra de s'épanouir pleinement.

### En toute sécurité

Pour plusieurs couples ou personnes seules, l'arrivée dans un nouveau milieu de vie est une garantie de sécurité. Les



En optant pour une résidence, les parents vivent en sécurité et les enfants continuent de les accompagner.

est important de savoir que lorsque l'état de santé se détériore les résidents ne se retrouvent pas démunis. On peut compter sur les compétences d'un personnel infirmier 24 heures par jour, et ce, sept jours par semaine.

Le choix d'une résidence, une option intéressante et un choix éclairé! ■

LE  
SOMMET

Condominiums urbains à louer

Nombreux  
espaces  
communs

Lieux sécuritaires

VIVRE PLUS  
VIVRE MIEUX  
VIVRE MAINTENANT

Bienvenue  
aux véhicules  
électriques

Contactez-nous  
418-906-5580

VILLA SAINTE-FOY

Un chez-soi idéal  
pour un  
mieux-être optimal!

- Repas facultatifs (dîner et/ou souper, préparés sur place)
- Entretien ménager
- Assistance personnelle
- Infirmière sur place 7 jours / semaine
- Encadrement 24 hrs / 7 jrs
- Animation et pastorale
- Et plus encore...!

361, rue Gingras, Sainte-Foy (Qc) G1X 4H4

villasaintefoy.com 418 659-7583



## **Vous accompagner : notre priorité**

En cette période exceptionnelle, nous comprenons que le sentiment d'isolement et d'insécurité peut être très présent. Nous tenons à vous assurer que, plus que jamais, nous sommes là pour vous et votre famille.

### **Priorité aux aînés**

Dès maintenant, lorsque vous appelez au 1 800 CAISSES ou directement à votre caisse, votre appel est traité en priorité. Qu'il s'agisse d'obtenir de l'aide pour vos transactions ou de parler à un conseiller, nous pouvons vous assister.

### **Service AccèsD disponible en tout temps**

Utilisez notre service AccèsD par téléphone, sur Internet ou sur mobile pour toutes vos opérations courantes, comme le paiement de vos factures et la gestion de vos comptes et de vos assurances. Des outils d'aide sont disponibles sur [desjardins.com](https://desjardins.com) pour vous guider dans vos diverses transactions.

### **Fiers d'appuyer des organismes qui ont les aînés et leurs proches à coeur**

Nous offrons notre soutien financier à l'organisme l'Appui qui offre un service d'écoute, d'information et de références professionnel, confidentiel et gratuit aux proches aidants d'aînés et leur entourage.

Vous êtes proche aidant? Pour obtenir du soutien, communiquez avec Info-aidant au 1 855 852-7784 ou à [info-aidant@lappui.org](mailto:info-aidant@lappui.org). La ligne téléphonique est gratuite et disponible 7 jours sur 7.

Nous mettons notre force collective au service de nos membres et clients.



Boucle d'oreille de l'Espoir au profit de Leucan

## Une somme de 160 000 \$ recueillie

(JB) La bijouterie Mia a récemment remis un montant de 160 000 \$ à Leucan, en soutien aux enfants atteints de cancer et leur famille. Pour chacune des 8 000 paires de boucles d'oreille de l'Espoir Leucan vendues, 20 \$ étaient remis à l'organisme. ■



Dans l'ordre habituel, Kim Labrecque, directeur général de Mia Bijoux, Mélissa Robert, coordonnatrice Web marketing chez Mia Bijoux, et Nathalie Matte, directrice provinciale au développement philanthropique à Leucan région de Québec.

## La Maison des Grands-Parents de Sainte-Foy présente Pierre Laliberté

(JB) La Maison des Grands-Parents de Sainte-Foy a présenté récemment Pierre Laliberté, un membre de son organisme, profondément engagé dans sa communauté.

Membre du Club Kiwanis de Québec depuis 1981, Pierre Laliberté a eu l'occasion de découvrir les humains qui sont derrière les projets de l'organisme et a pu tisser un solide réseau de relations.

Il croit fermement en la mission du Club qui est de venir en aide aux enfants. Il en a assuré la présidence entre 1985 et 1986 et a été lieutenant-gouverneur durant les années 1986 et 1987. Il est également administrateur au sein du CA de la Maison des Grands-Parents de Sainte-Foy. ■



La Maison des Grands-Parents de Sainte-Foy a présenté récemment Pierre Laliberté, un membre de son organisme, profondément engagé dans sa communauté.

## Le confinement fait sourire les membres du Cercle de Fermières Sainte-Geneviève-de-Sainte-Foy

(JB) Les membres du Cercle de Fermières Sainte-Geneviève-de-Sainte-Foy ont trouvé une façon originale de présenter les « incon vénients » du confinement. ■



Sur sa page Facebook, l'organisme a reproduit cette image qui se passe de commentaires.

## Fonds d'urgence COVID-19 de la Fondation du Cégep de Sainte-Foy Une somme de 40 015 \$ amassée

(JB) Jusqu'à maintenant, 40 015 \$ ont été recueillis par la Fondation du Cégep de Sainte-Foy pour son fonds visant à soutenir les étudiants les plus durement touchés par la crise sanitaire.

L'atteinte de ce résultat a été rendue possible grâce aux contributions importantes de plusieurs membres du Cégep de Sainte-Foy, ainsi que des partenaires et des donateurs. Ceux-ci ont fait preuve d'une grande générosité pour soutenir les étudiants aux prises avec des problèmes financiers en raison de la pandémie. ■

# Tous engagés



En cette situation exceptionnelle, Desjardins demeure présent auprès des gens et des collectivités.

Notre appui à la Fondation du CHU de Québec en est un exemple concret.

Nous sommes là pour vous et nous continuerons de l'être.

 **Desjardins**  
Caisse de Sainte-Foy

# L'école Saint-François accueille à nouveau des élèves

(JB) « Quel bonheur de revoir des élèves dans notre école! On respecte les règles d'hygiène et de distanciation sociale tout en profitant de quelques moments au soleil, le temps du dîner, de quelques paniers de basket, de discussions entre collègues de classe, de créations d'œuvres d'art avec les objets de la nature », a commenté la direction.

Rappelons que l'école Saint-François a pour mission de scolariser des élèves du primaire et du secondaire en difficultés d'adaptation sur les plans personnel, social et scolaire. ■



Tant la direction que le corps professoral respectent la distanciation de deux mètres.



Les cours ont repris à l'école Saint-François et on remarque que la distanciation est rigoureusement respectée.

Photos tirées de Facebook

## Fondation Québec Philanthrope

### Une somme de 1,4 M\$ disponible

(JB) La Fondation Québec Philanthrope a récemment annoncé qu'elle versera un montant de 1,4 M\$ pour soutenir les populations vulnérables des régions de la Capitale-Nationale, de la Chaudière-Appalaches et de leurs environs.

Les projets admissibles sont les donateurs reconnus et les organismes de bienfaisance qui agissent dans tous les secteurs d'activités, sur le territoire de la Fondation. Ils peuvent dès maintenant effectuer une demande au Fonds d'urgence pour l'appui

communautaire, FUAC, et ce, jusqu'au 27 juillet prochain. Le financement sera accordé de façon continue jusqu'à la fin juillet 2020. Pour plus d'information, consultez le guide en consultant ce lien : <https://docs.google.com/document/d/14bxNRkYCWa2ay2H8ZYg-PO6YIdmq6YcGsiWWR9d1ons/edit#>

#### Le Fonds d'urgence pour l'appui communautaire, FUAC

La Fondation Québec Philanthrope souscrit à la vision des 191 Fondations

communautaires du Canada qui est d'assurer un avenir juste et équitable où tout le monde a sa place. À cet effet, la Fondation agit en partenariat avec toutes les parties prenantes de sa communauté, dans tous les secteurs d'activités, pour agir sur des enjeux cruciaux, dont ceux engendrés par la crise actuelle. Sa participation au FUAC en témoigne.

Rappelons que le Fonds d'urgence pour l'appui communautaire, FUAC, a été



Les organismes de bienfaisance qui agissent dans tous les secteurs d'activités, sur le territoire de la Fondation peuvent dès maintenant effectuer une demande au Fonds d'urgence pour l'appui communautaire, FUAC, et ce, jusqu'au 27 juillet prochain.

dévoilé le 21 avril 2020 par le premier ministre du Canada. ■

## PUBLIREPORTAGE

### Le Sommet 3V pour vivre la vie que vous méritez

Le Sommet 3V, situé au 937, avenue Roland-Beaudin, coin route de L'Église, est parfaitement situé pour offrir une qualité de vie hors du commun et sécuritaire. Vous êtes un aîné autonome? Au Sommet 3V, vous vous sentirez bien, chez vous et vous pourrez profiter de la qualité de vie que vous recherchez.

L'immeuble moderne de 15 étages offre une vaste panoplie de services, en plus d'être situé à deux pas des principaux centres commerciaux de Québec, du CHUL, face au marché public et tout près du parc Roland-Beaudin.

Pensé et aménagé pour les gens actifs, Le Sommet 3V vous offre l'accès à deux piscines, une à l'extérieur sur le toit ainsi qu'une autre, à l'intérieur, deux gymnases, dont un exclusivement pour les femmes, une salle de jeux permettant d'y accompagner vos petits enfants, une salle de divertissement qui comprend des tables de billard et de poker, deux salles de réception, quatre suites d'invités, où ces derniers se sentiront comme à l'hôtel, en plus des trois terrasses extérieures. Un service de vélo partagé et d'auto partagé a été mis en place pour répondre aux exigences du 21<sup>e</sup> siècle. Le salon urbain situé au 12<sup>e</sup> étage offre une vue exceptionnelle sur les ponts et les montagnes. L'endroit invite à la quiétude et à la relaxation. Rien n'a été laissé au hasard pour faire



Le Sommet 3V, pour une vraie qualité de vie, en santé.

du Sommet 3V l'endroit pour vivre pleinement une vie active.

Au Sommet 3V, la sécurité n'a pas été laissée pour compte avec un peu plus de 200 caméras de sécurité audio - vidéo installées dans les endroits stratégiques, les puces électroniques et les entrées avec intercom qui vous offriront un sentiment de sécurité et la tranquillité d'esprit. Tout cela pour des mensualités qui se situent entre 650 \$ et 1 800 \$, mais nous avons aussi de vastes unités avec vue pour des unités selon vos besoins. Informez-vous au 418 906-5580 pour connaître tous les détails. Vous serez agréablement surpris de tout ce que nous avons à vous offrir.

Le Sommet 3V pour une vraie qualité de vie, en santé. ■

## PUBLIREPORTAGE

### Villa Sainte-Foy

### Comme une famille élargie

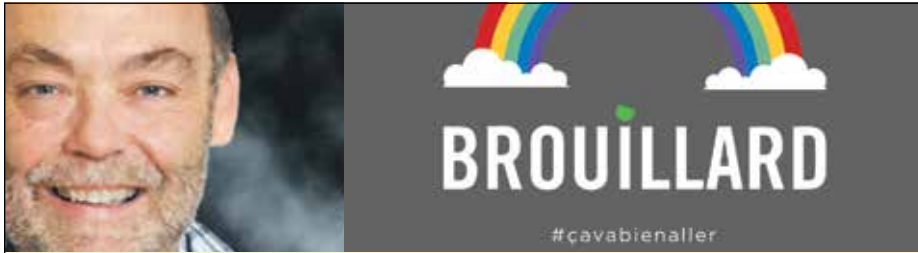


Vue de la réception de la Villa Sainte-Foy.

Fondée en 1986, Villa Sainte-Foy accueille des personnes âgées autonomes et en légère perte d'autonomie au sein de ses 140 unités. Le service de publicité du *Journal de Sainte-Foy* s'est entretenu avec madame Louise Lebel, associée et directrice générale des opérations, certifiée par Santé et Services sociaux du Québec.

« Au fil des années, Villa Sainte-Foy s'est fait connaître par la qualité des services offerts ainsi que le climat de bonne entente qui règne entre ses murs. Les activités sociales abondent et les personnes qui y vivent ont de nombreuses occasions de faire connaissance. Pour tout dire, Villa Sainte-Foy, c'est comme une grande maison accueillant une famille élargie. »

La moyenne d'âge est de 84 ans, ce qui signifie que plusieurs résidents sont âgés de plus ou moins 70 ans. « La situation géographique de Villa Sainte-Foy (située sur la rue Gingras) fait que les personnes peuvent accéder aux commerces et aux services situés sur la rue du Campanile. Quant aux services de la résidence, ils comprennent entre autres deux repas par jour (facultatif), une infirmière présente 7 jours sur 7, des préposées aux bénéficiaires 24 heures sur 24, un service d'entretien ménager hebdomadaire, de la surveillance physique et électronique en tout temps et une foule d'activités de loisirs incluant de la gymnastique douce (que nous appelons Symphonie du mouvement) et des jeux de société. Notre clientèle vit dans des lieux épanouissants en compagnie d'un personnel fiable et aimant. Villa Sainte-Foy : Un chez-soi idéal pour un mieux-être optimal », conclut M<sup>me</sup> Lebel. ■



### CHAPEAU À NOS RESTAURATEURS ET ENTREPRISES D'ICI !

Afin de pallier à la fermeture des salles à manger et commerces imposée par le gouvernement, plusieurs restaurateurs et entreprises de la région de Québec ont redoublé d'efforts et de créativité en offrant ce printemps des alternatives gourmandes à la population. Parmi eux, soulignons l'effort des restaurants **Le Quarante 7, La Scala, Le Continental et Conti Caffè**, qui offrent chaque semaine différents menus aussi délicieux qu'originaux, ainsi que **La Maison Smith, Equilibre Traiteur, Fairmont Le Château Frontenac et Le Grand Marché de Québec**, qui ont mis sur pied des plateformes de commande en ligne et de livraison.

### GRÂCE À DES DONS RÉCOLTÉS VIA SA BOUTIQUE EN LIGNE TOUT LE MOIS D'AVRIL, WOMANCE REMET 20 000 \$ À MOISSON QUÉBEC

C'est avec beaucoup de fierté que la boutique en ligne **Womance** et sa propriétaire **Andréanne Marquis** ont remis le 11 mai dernier un chèque de 20 000 \$ à **Moisson Québec**. Touchée par le cri du cœur des banques alimentaires du Québec, l'entrepreneure a mis sur pied en quelques jours seulement une campagne de financement pour l'organisme de Québec afin d'inciter la clientèle de sa boutique en ligne à faire des dons.



### UNE INITIATIVE POUR SOUTENIR LES RESTAURATEURS ET FAMILLES EN DIFFICULTÉ DU QUÉBEC - LA FORFAITERIE LANCE LA CAMPAGNE D'AIDE « REDONNEZ LE SOURIRE À UNE FAMILLE DANS LE BESOIN »

En mai dernier, **La Forfaiterie** a mis sur pied une plateforme en ligne permettant d'offrir des repas provenant de restaurateurs locaux aux gens dans le besoin. En cette période précaire, l'entreprise souhaitait aider certaines personnes en difficulté tout en soutenant les restaurateurs du Québec qui offrent des alternatives de livraison ou de commandes pour emporter afin de pallier à la fermeture de leur salle à manger imposée par le gouvernement.

### DÉFI-ÉVASION MAINTENANT DISPONIBLE AUX QUATRE COINS DE LA PROVINCE !

Après la sortie de trois jeux d'évasion **Chez Soi**, **Défi-Évasion** continue de créer des énigmes pour la maison et compte bien rendre cette nouvelle offre permanente. Ces nouveaux jeux disponibles entièrement en ligne, en français et en anglais, permettent d'offrir une alternative amusante et sécuritaire en cette période de confinement exceptionnelle, en plus de rejoindre une clientèle beaucoup plus vaste partout dans la province.



### DISPONIBLES EN LIGNE : LES COURS DE BOUGEOTTE ET PLACOTINE

Les centres de mise en forme **Bougeotte** et **Placotine**, dont les cours sont principalement destinés aux mamans actuelles et futures (bien que la plupart des cours soient ouverts à tous, même aux hommes!), proposent depuis peu la totalité de leurs formations et exercices en ligne. L'offre de **Bougeotte** se distingue de la multitude d'entraînements disponibles en ligne par son approche spécifique aux besoins de la femme enceinte et de la nouvelle maman. Ses cours personnalisés à heures fixes et son déroulement en direct par vidéoconférence, plutôt qu'en formule préenregistrée, permet l'échange entre l'entraîneur et les participantes.

### MURALUXE LANCE SA NOUVELLE GAMME EXPRESS DE PANNEAUX MURAUX

L'entreprise québécoise **Muraluxe**, qui dévoilait dernièrement sa toute nouvelle image de marque, est heureuse d'annoncer le lancement de sa gamme **EXPRESS**, une nouvelle sélection de panneaux décoratifs pour la salle de bains pouvant arborer six textures différentes. Par cette ligne de produits particulièrement abordables et faciles à installer, **Muraluxe** propose une solution simple, rapide et sécuritaire aux Québécois qui souhaitent profiter du confinement pour faire quelques rénovations à la maison.



### LANCEMENT DE TONMASQUE.CA

C'est en avril dernier, en prévision de l'après COVID-19, qu'a été lancée **TonMasque.ca**, une plateforme simple et efficace de commande de masques en ligne. Elle permet de commander rapidement des lots de masques écologiques et 100 % québécois. En plus d'être confortables, respirables et lavables, les masques peuvent être identifiés au logo d'une entreprise grâce à l'imprimeur **2nd Skin**. Il est aussi possible de créer son propre masque individuel, pour adulte ou enfant, avec l'image de son choix.

### LA COMPAGNIE ARROW CONTRIBUE À L'EFFORT SOCIAL - UNE DIZAINE D'UNITÉS DE LOGEMENTS TEMPORAIRES GRATUITS POUR DES FAMILLES DANS LE BESOIN

**ARROW**, un joueur important dans le domaine de l'immobilier à Québec, est fier d'avoir contribué à l'effort social en mettant à disposition, en avril dernier, 10 unités de condo (5 ½) tout équipées, incluant tous les services, pour 10 familles québécoises sélectionnées et touchées d'une quelconque façon par la pandémie, et ce, sans frais.



## École secondaire De Rochebelle La belle initiative de Benoît Audet

JACQUES BÉLANGER

jbelanger@journal-local.ca

**Benoît Audet, un élève de 4<sup>e</sup> secondaire de l'école De Rochebelle n'a pas attendu pour mettre la main à la pâte lorsque la COVID-19 nous a frappés. Il a participé, en avril dernier, à un projet de fabrication de visières destinées aux travailleurs de la santé.**

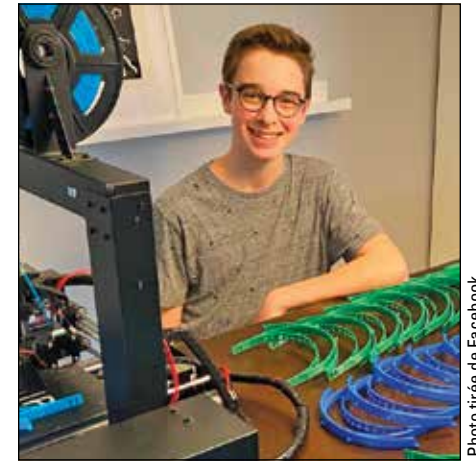


Photo tirée de Facebook

L'élève a fabriqué le tout à la maison à l'aide de sa propre imprimante 3D. Le *Journal de Sainte-Foy* souligne son sens de l'initiative. ■

*Benoît Audet, un élève de 4<sup>e</sup> secondaire de l'école De Rochebelle, n'a pas attendu pour mettre la main à la pâte lorsque la COVID-19 nous a frappés.*

## Marche Faites de la fibrose kystique une histoire ancienne

### Une première édition virtuelle

(JB) **En raison de la crise mondiale engendrée par l'écllosion de la COVID-19, Fibrose kystique Canada a pris la décision de transformer la Marche Faites de la fibrose kystique une histoire ancienne en format virtuel.**

La date est toujours le 31 mai. Le format virtuel vous permettra de participer partout au Canada et de relever votre défi comme vous le désirez et à votre rythme.

Pour faire un don, visitez le [fibrosekystique.ca/marche](http://fibrosekystique.ca/marche) ■

REPRISE DES SERVICES



DÈS LE 1er JUIN 2020

Physio Autonomie Santé  
CLINIQUE MOBILE

Bonne nouvelle!

**Nous sommes de retour** pour vous aider à améliorer votre mobilité, votre force et votre capacité à mieux bouger ! Retrouvez votre autonomie et votre santé **à domicile**.

Nos thérapeutes en **physiothérapie, ergothérapie, massothérapie et kinésiologie** se rendent **chez-vous** pour vous aider, en toute sécurité, selon les exigences gouvernementales en vigueur.

**APPELEZ-NOUS** dès maintenant pour un rendez-vous à votre domicile !

**418.928.7416**

[PHYSIOAUTONOMIESANTE.COM](http://PHYSIOAUTONOMIESANTE.COM)







RÉSEAU STRUCTURANT DE TRANSPORT EN COMMUN  
**EN ROUTE VERS LA MODERNITÉ**

# LE TRAMWAY CHANGERA LE VISAGE DE QUÉBEC

## Secteur Sainte-Foy

Une entrée de ville distinctive

- Infrastructures piétonnes et cyclables sécuritaires
- Mise en valeur des équipements publics
- Potentiel de développement
- Fluidité de la circulation



Pôle d'échanges de Sainte-Foy



Boulevard Laurier avec le tramway



Pôle d'échanges de Sainte-Foy

Vivre et se déplacer autrement

[www.reseaustructurant.info](http://www.reseaustructurant.info)

VILLE DE  
**QUÉBEC**   
l'accent  
d'Amérique