



«Un enfant qui lit sera un adulte qui pense» Flore Vasseur Page 10



La Fondation Mérci collégial privé pourra compter sur un conseil d'administration engagé et dynamique en 2017 Page 3

**CENTRE DE PRÉLÈVEMENTS ET DE SOINS INFIRMIERS AUDREY ROBILLARD**

- PRISE DE SANG
- VACCINATION VOYAGE-ZONA

RENDEZ-VOUS EN LIGNE : [SOINSPRELÈVEMENTS.COM](http://SOINSPRELÈVEMENTS.COM)

1147, boul. Pie-XI Nord Suite 203  
418 842-2666

1510, de la Faune  
418 842-6222

# le JOURNAL de Sainte-Foy

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

### SIÈGE SOCIAL

990, avenue de Bourgogne, bureau 200, Québec (Québec) GIW 0E8

CENTRE DE SERVICES PLACE DE LA CITÉ  
2600, boulevard Laurier, porte I  
**OUVERT LE SAMEDI DE 9H À 13H**



418 653-0515 [caissesaintefoy.ca](http://caissesaintefoy.ca)



Vibrant hommage rendu à M. Paul Gérin-Lajoie à l'Université Laval Page 5



Plus de 70 personnes participent à la Soirée reconnaissance d'Entraide Ste-Foy Page 4



Trucs et astuces pour éviter les chutes Une initiative de la Maison des grands-parents de Sainte-Foy Page 7



Journée de solidarité en blanc pour le Cégep de Sainte-Foy en mémoire des victimes de l'attentat Pages 16



De nouveaux diplômés à l'Académie des arts martiaux du Québec Page 23



La Caisse Desjardins de Sainte-Foy remet un chèque de 15 000 \$ à Laura Lémerville Page 7



Activité de bénévolat à la MDJ L'Envol de Sainte-Foy Un bingo haut en couleurs Page 6

Postes Canada : N° PP41870516

QUARTIER **QB** UN COMPLEXE LOCATIF DISTINCTIF, ABORDABLE, ADAPTÉ À VOS BESOINS :  
*Profitez de la vie!*  
DÉPLACEMENTS SIMPLES - CONCEPT IMMOBILIER INTELLIGENT - SÉCURITÉ OPTIMISÉE

TOUR 3 (de 4)  
LIVRAISON MARS 2017

IGR AU REZ-DE-CHAUSSÉE MAINTENANT OUVERT

QUARTIERQB.COM 418 780.2020 facebook.com/QuartierQB

+ DE 840 CASES DE STATIONNEMENTS SOUTERRAINS

# OUVERT

# LE SAMEDI

# DE 9 H À 13 H

**CENTRE DE SERVICES PLACE DE LA CITÉ**  
2600, BOULEVARD LAURIER, PORTE 1



## ET PLUS ENCORE!

**BESOIN DE PARLER À UN CONSEILLER?**  
**FACILE AVEC NOTRE HORAIRE PROLONGÉ.**

Obtenez de l'information et effectuez vos transactions par téléphone avec l'aide de l'un de nos conseillers:

- de 6 h à 22 h en semaine
- de 8 h 30 à 16 h le week-end

**COMPOSEZ LE 418 653-0515 7 JOURS/7**



**Desjardins**  
Caisse de Sainte-Foy

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

# Le Cégep Garneau se dote d'une bibliothèque du 21<sup>e</sup> siècle

(JB) « La bibliothèque réinventée », voilà comment l'on décrit la rénovation en profondeur de la bibliothèque du Cégep Garneau.

Interrogée sur la nouvelle superficie de cette salle, Mme Denise Trudeau, directrice générale, répond qu'elle est restée la même, soit 40 000 pi<sup>2</sup>. « Le fait d'avoir ouvert la pièce à un éclairage naturel et d'avoir choisi le blanc comme revêtement nous donne l'impression qu'elle est plus vaste. » Mme Trudeau précise que ces changements répondent aux souhaits des étudiants, qui désiraient des espaces lumineux et un comptoir de prêt plus convivial. « C'est pour cette raison qu'on en a fait une zone d'accueil. Quant à la fenestration, elle jouit d'une immense ouverture sur les Laurentides. Cette luminosité est également diffusée par des murs de verre qui font de ces lieux un endroit qu'il fait bon de fréquenter. »

On y retrouve, entre autres, une aire d'exposition, une salle multi et il sera désormais possible de faire de la recherche à distance avec les bibliothécaires à l'aide du clavardage et du courriel.

Le visiteur qui gravit l'escalier aérien se retrouve en pleine « nordicité », thème de cette magnifique réalisation architecturale. On y croise un mélange de verre et de bois clair, des matériaux nobles qui confèrent un ton chaleureux à l'ensemble. Au plafond, des flocons de neige géants nous rappellent que nous vivons sous des cieux nordiques.

À l'étage, une salle a été spécialement aménagée pour témoigner du glorieux passé de cette institution de Québec. Le Passé simple se présente comme un boudoir regorgeant de livres anciens. Ses tables et ses fauteuils, de même que son plafond, évoquent les salons de thé d'antan et nous font plonger dans la culture du passé.

Il a fallu sept mois de travaux pour donner à la bibliothèque un cachet résolument contemporain. Coût des travaux : 5 M\$.

Une fois terminée, cette bibliothèque 2,0 a été visitée par le personnel du cégep et a accueilli des gens de l'Université Laval et de commissions scolaires de la région. « Leur accueil a été des plus positifs », nous a confié Mme Trudeau. ■



C'est avec fierté que Mme Denise Trudeau, directrice générale du Cégep Garneau, a présenté la « version 21<sup>e</sup> siècle » de la bibliothèque.



L'inauguration officielle de la bibliothèque a attiré un bon nombre de personnes.



À l'étage, une salle a été spécialement aménagée pour témoigner du glorieux passé de cette institution de Québec, « Le Passé simple ».

Photos Jacques Béanger

## La Fondation Mérici collégial privé pourra compter sur un conseil d'administration engagé et dynamique en 2017

(YG) L'année 2017 sera riche en projets et activités pour la Fondation Mérici collégial privé. À l'aube de sa prochaine campagne majeure de financement, la direction de la fondation peut compter sur l'engagement des membres de son conseil d'administration dans le succès et le développement de son organisation. Sous la présidence de M. Pierre Labrie, expert-conseil en tourisme bien connu pour sa grande implication au sein de l'industrie touristique tant à Québec qu'ailleurs au Canada, le conseil d'administration est formé de personnes dynamiques et très impliquées dans leur milieu professionnel toutes décidées à mettre à profit leurs connaissances et leur réseau d'affaires afin d'aider la Fondation Mérici à accomplir sa mission.

La Fondation Mérici collégial privé a pour mission de soutenir le développement du Collège et de ses étudiants, d'en renforcer leur rayonnement et leur rôle de chef de file. À cette fin, elle entend privilégier le soutien des projets créatifs et des idées novatrices conçus par les étudiants et le personnel de Mérici ainsi que l'aide financière aux étudiants pour faciliter la poursuite de leurs études. La Fondation peut compter sur un conseil d'administration dynamique et engagé dans le succès et le développement de son organisation. ■



**1<sup>re</sup> rangée :** M. Martin Bernier, coprésident de l'agence de publicité Brad, Mme Sophie Labalette, trésorière de la Fondation Mérici et directrice des services administratifs de Mérici collégial privé, M. Paul Arrien, vice-président Bâtiment – région de Québec chez Tetra Tech, Mme Louise Amiot, vice-présidente de la Fondation Mérici et associée chez Amiot et Bergeron architectes, M. Pierre Beaulieu, directeur de la Fondation Mérici et directeur des affaires étudiantes et communautaires de Mérici collégial privé et Mme Nicole Bilodeau, directrice générale de Mérici collégial privé. **2<sup>e</sup> rangée :** Mmes Carole Racine, directrice des banquets et congrès du Hilton Québec, Audrey Gagnon, avocate chez Fasken et Martineau, sœur Marguerite Proulx, ursuline, responsable des services communautaires, M. Pierre Labrie, président de la Fondation Mérici et expert-conseil en tourisme pour Pierre Labrie Services-conseil, Mmes Johanne Soucy, retraitée du Mouvement Desjardins, Lysanne Gingras, copropriétaire de La Mangue Verte et M. Georges St-Cyr, vice-président chez Les Tours du Vieux Québec.



**RABAIS 30% À 80%**  
sur tout les vêtements Automne-Hiver

Jusqu'au 28 février seulement

3769 rue du Campanile • 418 914-7970

**EN VEDETTE** PIZZA **Napolitaine**  
sur feu de bois

3745 rue du Campanile • 418 658-8860

## Plus de 70 personnes participent à la Soirée reconnaissance d'Entraide Ste-Foy

(YG) Grande réussite pour la soirée reconnaissance d'Entraide Ste-Foy. Le grand rassemblement de l'organisme a réuni plus de 70 personnes, bénévoles, employés et dignitaires rassemblés à l'Hôtel Clarion de Sainte-Foy. Les responsables ont profité de l'occasion pour honorer leur bénévole de l'année. Cette fois, ce fut M<sup>me</sup> Lisette Labrecque, bénévole en visites d'amitié, répit gardiennage et accompagnements qui a reçu la reconnaissance grâce à son précieux travail auprès des bénéficiaires. M<sup>me</sup> Labrecque est une personne de grand cœur. Toujours heureuse et disponible pour les démunis. Une des bénéficiaires voulait lui rendre hommage par ce texte : Lisette est un ange. C'est sa Lisette. Elle a toujours hâte à la semaine suivante pour la revoir. Étant donné que M<sup>me</sup> Gagnon conduit encore son véhicule, elles font de belles sorties. Je ne pouvais pas tomber mieux. Lisette, c'est ma petite reine. J'aimerais l'avoir toujours sur mon chemin.

Les responsables ont donc offert une plaque souvenir du bénévole de l'année à M<sup>me</sup> Lisette Labrecque ainsi qu'un chèque cadeau de 150 \$ remis par M<sup>me</sup> Marie-Claude Arsenault de la Caisse Desjardins de Sainte-Foy. M<sup>me</sup> Labrecque a accompli plus de 152 services durant l'année 2015-2016.

Ils ont aussi souligné le travail bénévole de M<sup>me</sup> Claudette Pelletier pour ses vingt ans, d'Henri Béchire pour ses 15 ans et de M<sup>me</sup> Thérèse Giroux pour ses 10 ans. Le

président d'Entraide Ste-Foy, M. Jean-Luc Lavoie, soulignait que sans la part continue du travail des bénévoles d'Entraide Ste-Foy, l'organisme ne pourrait atteindre d'année en année les résultats escomptés, à la satisfaction même des bénéficiaires. ■



Les responsables ont offert une plaque souvenir du bénévole de l'année à M<sup>me</sup> Lisette Labrecque ainsi qu'un chèque cadeau de 150 \$ remis par M<sup>me</sup> Marie-Claude Arsenault, de la Caisse Desjardins de Sainte-Foy. M<sup>me</sup> Labrecque a accompli plus de 152 services durant l'année 2015-2016.



M. Jean-Luc Lavoie, président du conseil d'administration d'Entraide Sainte-Foy, M<sup>mes</sup> Huguette Lamontagne, présidente de la Coop de Ste-Foy, Guylaine Leblanc, directrice générale d'Entraide Ste-Foy, Inssane El Ghernati, attachée politique de M. Sam Hamad, député de Louis-Hébert, Marie-Claude Arsenault, conseillère stratégique à la Caisse Desjardins de Sainte-Foy, M. Filip Novakovic, attaché politique du député de Louis-Hébert, M. Joël Lighthound et M. Jean-Denis Côté, attaché politique du député de Jean-Talon et ministre de l'Éducation, du Loisir et du Sport, ministre de la Famille et ministre responsable de la région de la Gaspésie-Îles-de-la-Madeleine, M. Sébastien Proulx.



Les participants à la soirée reconnaissance d'Entraide Ste-Foy.

## Deux jeunes de Sainte-Foy obtiennent un stage à l'Assemblée nationale

(JB) M<sup>me</sup> Julie Martel et M. Geoffroy Boucher, deux personnes de Sainte-Foy, font partie des cinq stagiaires de la Fondation Jean-Charles-Bonenfant qui, pour une durée d'un an, effectuent un stage à l'Assemblée nationale en plus d'obtenir une bourse de 21 000 \$.

Entamé en septembre dernier, le stage de Julie Martel et de Geoffroy Boucher consiste à appuyer un député du gouvernement et un député de l'opposition avec lequel elle est jumelée en alternance. Elle doit également participer à une mission exploratoire dans les pays baltes, analyser leurs systèmes parlementaires et rencontrer divers acteurs de la vie politique. Enfin, elle doit rédiger un essai sur un sujet lié à la démocratie.

Pour M<sup>me</sup> Martel, ce stage « représente une occasion incroyable de mettre en pratique toutes les compétences et les connaissances acquises pendant notre parcours scolaire dans un contexte concret et stimulant. Il nous permet de découvrir l'envers du décor de la politique québécoise, tout comme les différentes facettes du travail d'un député. Il s'agit d'un super défi à relever comme tout jeune diplômé », a-t-elle mentionné.

Pour M. Boucher, ce stage « est une véritable incursion au sein de la vie parlementaire québécoise. Il s'agit d'une occasion unique pour faire des rencontres déterminantes et approfondir notre réflexion sur nos institutions. Cette expérience est stimulante, formatrice et très intense. Je la recommande à tous les mordus de la politique! », a-t-il précisé. ■

Photos Collection Assemblée nationale du Québec, photographie Claude Mathieu



M<sup>me</sup> Julie Martel, une jeune femme de Sainte-Foy, occupe un poste de stagiaire à l'Assemblée nationale du Québec.



M. Geoffroy Boucher, lui aussi jeune résident de Sainte-Foy, s'est vu octroyer un poste de stagiaire à l'Assemblée nationale du Québec.

## La 36<sup>e</sup> édition du souper-bénéfice « Paroles de jeunes » aura lieu le mercredi 1<sup>er</sup> mars

(YG) La 36<sup>e</sup> édition du souper-bénéfice « Paroles de jeunes » de la Fondation du Centre Psycho-Pédagogique de Québec se tiendra le mercredi 1<sup>er</sup> mars à 18 h à l'Hôtel Château Laurier de Québec, sous la présidence d'honneur de M. Andy Sheldon, président et chef de la direction de Medicago.

Le succès de cette soirée permet à La Fondation d'appuyer l'école Saint-François qui a comme mandat de scolariser des élèves référés par les commissions scolaires en raison de troubles graves d'adaptation sur les plans personnel, scolaire et social.

La Fondation soutient les projets novateurs, structurants, mobilisateurs mis en place par l'équipe-école afin d'amener les élèves à réaliser que l'école est une étape importante dans la poursuite de leurs rêves et ce, malgré leur vie parfois complexe ou leurs lourds diagnostics cliniques.

Les couverts sont au coût de 250 \$ chacun. Il est aussi possible de faire un don à la Fondation. Pour information : M<sup>me</sup> Lily Perron, au 418 650-1171, poste 251, ou en consultant le site Web [www.fondationcppq.com](http://www.fondationcppq.com) ■

## Une employée du Dépanneur Du Coin de Sainte-Foy reçoit une bourse de 500 \$

(JB) Dans le cadre du programme de bourses d'études de CST Canada, M<sup>me</sup> Josianne Robichaud, une employée du Dépanneur Du Coin de Sainte-Foy, s'est vu octroyer une bourse de 500 \$ afin de poursuivre ses études au Cégep de Sainte-Foy.

« Nous sommes heureux de contribuer à la réussite scolaire de Josianne Robichaud, préposée au Dépanneur du Coin de la rue Charles-Albanel depuis 2014. Cette bourse lui est remise pour souligner la qualité de son dossier académique, ainsi que son excellent travail au sein de l'équipe CST. Les étudiants à l'emploi de CST Canada jouent un rôle clé dans le succès de nos établissements et il est important de le reconnaître », a souligné M. Mario Sauvé, vice-président régional Canada, CST Brands inc. ■



C'est à M<sup>me</sup> Josianne Robichaud, préposée au Dépanneur du Coin de la rue Charles-Albanel, qu'a été remise une bourse de 500 \$ pour poursuivre ses études.

## Vibrant hommage rendu à M. Paul Gérin-Lajoie à l'Université Laval

(YG) De passage à l'Université Laval, dans le cadre d'une conférence sur l'éducation citoyenne organisée au profit de la Fondation P.G.L., M. Paul Gérin-Lajoie a été salué pour son travail dans le domaine de l'éducation au Québec et ailleurs dans le monde. Ainsi, les panellistes, mais également les membres de l'auditoire, ont chaudement applaudi M. Paul Gérin-Lajoie en tant que grand bâtisseur du Québec moderne.

L'actuel ministre de l'Éducation, M. Sébastien Proulx, a profité de la conférence pour partager sa vision de l'école du futur, tout en rappelant les bonds de géant effectués au Québec depuis 1964. Le président de la Fondation P.G.L., M. François Gérin-Lajoie, a notamment rappelé la mission de l'organisme, soit de contribuer à l'éducation de base des enfants, de même qu'à l'alphabétisation et à la formation professionnelle des jeunes dans les pays en développement.

Pour sa part, le député fédéral de Louis-Hébert, M. Joël Lightbound, a réitéré l'importance de l'éducation dans la redistribution de la richesse collective en tant qu'ascenseur social qui se doit de rester accessible pour tous. Le jeune animateur, M. Gabriel Cyr, a évoqué un beau souvenir d'enfance en parlant de sa participation à la fameuse dictée P.G.L. et en partageant avec l'auditoire la réponse que lui avait donnée son grand-père à la question : « Qui est M. Paul-Gérin-Lajoie? ». « C'est l'homme qui a réinventé l'éducation! ». ■



M. Joël Lightbound, député fédéral de Louis-Hébert, M. Gabriel Cyr, étudiant en science politique et animateur de l'événement, M. Sébastien Proulx, député de Jean-Talton et ministre de l'Éducation et de la Famille, M. François Gérin-Lajoie, président de la Fondation Paul Gérin-Lajoie (P.G.L.), en compagnie de M. Paul Gérin-Lajoie, qui fut le tout premier ministre de l'Éducation de l'histoire du Québec.

## Le député Joël Lightbound prend du galon

(YG) Le premier ministre du Canada, M. Justin Trudeau, a annoncé récemment la nomination du député fédéral de Louis-Hébert, M. Joël Lightbound, à titre de secrétaire parlementaire de la ministre de la Santé, M<sup>me</sup> Jane Philpott. Dans le cadre de ses nouvelles fonctions, M. Lightbound devra notamment épauler la ministre Philpott dans ses négociations avec le Québec en matière de transferts fédéraux en santé.

« C'est un immense honneur et je suis très reconnaissant envers les gens de Louis-Hébert qui m'ont fait confiance, me permettant maintenant de servir à plus grande échelle. Je ne les oublie pas et ils restent ma priorité », a réagi le député.

Par ailleurs, le député Lightbound souligne qu'il va continuer de travailler en étroite collaboration avec le ministre de la Famille, des Enfants et du Développement social, M. Jean-Yves Duclos afin que la voix de la région de Québec soit entendue à Ottawa. ■



Le jeune député fédéral de Louis-Hébert, M. Joël Lightbound, prend du galon au sein du gouvernement du premier ministre, M. Justin Trudeau.

## L'essor se poursuit dans le secteur de la construction à Sainte-Foy

(JB) Bien que le secteur de Sainte-Foy a connu, au fil des dernières années, de nombreux chantiers de condominiums et de logements locatifs, l'industrie de la construction ne semble pas connaître d'essoufflement. Le Journal de Sainte-Foy s'est promené dans les rues de cet arrondissement et a fait quelques découvertes.

Lors de notre passage sur la rue Valentin, à l'angle du boulevard Neilson, nous avons découvert le Carré Saint-Louis, un ensemble résidentiel composé de maisons unifamiliales et de jumelés. Situé au carré du Chemin Saint-Louis, du boulevard Neilson et de l'avenue Des Compagnons, ce nouveau développement est au cœur de la pointe de Sainte-Foy.

Il y a une maison unifamiliale dont la construction est effectuée par Ranger, entrepreneur général. Il s'agit du 2971 de La Rochelle, un projet situé à l'angle de la rue Valmont, dans le quartier Saint-Louis-de-France.

Il s'agit d'une habitation de style cottage avec possibilité de logement, à proximité de tous les services. On demande 429 000 \$, taxes en sus. ■



Voici la maquette illustrant le projet de cottage du 2971 de La Rochelle.



Un jumelé sera construit à l'angle de la rue Valentin et du boulevard Neilson. Les courtiers – Yvan Drouin et Anne Turcotte, de Re/Max – en demandent 369 900 \$, plus taxes.

**FESTIVAL**

**MOULES & Frites**

5 CHOIX DE VARIÉTÉS

**13<sup>95</sup> OU 23<sup>95</sup>**

A VOLONTÉ DU DIMANCHE AU JEUDI, DES 16 H

# TUSCANOS

— CUISINE ITALIENNE —

DEPUIS 2003

**DÉJEUNERS Fruités**

TOUS LES JOURS JUSQU'À 14 H !

À PARTIR DE **6<sup>75</sup>**

SPÉCIALITÉS MAISON

• PÂTES • PIZZAS • VEAU

1.445, AVENUE JULES-VERNE, SAINTE-FOY (ANGLE DUPLESSIS) • VASTE STATIONNEMENT PRIVÉ GRATUIT

418.877.7200 www.tuscanosquebec.com

**TUSCANOS**

— CUISINE ITALIENNE —

**PÂTES OU PIZZA\***

**SPÉCIAL 29<sup>95</sup>**

POUR 2 PERS.

INCLUANT :

- 4 choix de pâtes ou 4 choix de pizzas
- 1 verre de bière en fût par personne.

TOUS LES SOIRS DÈS 16 H

\*Maximum de 2 personnes, sur demande et sur présentation de ce coupon VALIDE JUSQU'AU 30 AVRIL 2017. Ne peut être jumelé à aucune autre promotion.

# le JOURNAL de Sainte-Foy

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

## JOURNAL.CA INC.

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

## DIRECTION

Éditeur-directeur général :  
**Pierre Cassivi**

## RÉDACTION

Rédacteur : **Yvon Giroux**  
redaction@journal-local.ca  
Rédacteur adjoint : **Jacques Bélanger**  
jbélanger@journal-de-ste-foy.ca  
Collaboratrice : **Suzie Lemay**  
Correcteur : **Jacques Bélanger**  
Photographes : **Sébastien Dion,**  
**Gilles Fréchette, Frédéric Lavoie**  
Collaborateurs jeunesse :  
**Alexandra Cassivi, David Cassivi**

## PUBLICITÉ

### Ginette Demers

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

### 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

### Alain Lepage

Développement des affaires  
Cell. : 581 986-4530

alepage@journal-local.ca

## ADMINISTRATION

Suzie Lemay

## IMPRESSION

Hebdo Litho

Dépôt légal : Bibliothèque  
nationale du Québec

## DISTRIBUTION

Convention de la Poste-publications  
Postes Canada : No 41870516

## WEBMASTER

René Déry

## PRODUCTION

Viva Design

production@journal-local.ca

## PROCHAINE PARUTION

Mars 2017

## DATE DE TOMBÉE

1<sup>er</sup> mars 2017

**Vous ne recevez pas votre  
exemplaire de votre  
Journal de Sainte-Foy ?**

Vous n'avez pas reçu votre exemplaire du Journal de Sainte-Foy livré à votre domicile par Postes Canada? Nous vous demandons de nous le signaler en communiquant avec nous au 418 780-0999 ou bien à info@journal-local.ca en nous laissant vos coordonnées. La situation sera rapidement corrigée.

## Activité de bénévolat à la MDJ L'Envol de Sainte-Foy Un bingo haut en couleur

(JB) C'est vêtus de pyjamas que des jeunes de la maison L'Envol de Sainte-Foy sont allés animer une activité de bingo aux Résidences Chanoine-Scott.

« Les jeunes ont enfilé leurs pyjamas une pièce les plus colorés pour animer le jeu et accompagner les résidents, explique

M<sup>me</sup> Marie-Pier Boucher, responsable à l'animation. Ils avaient préparé des petits cadeaux qu'ils ont remis aux participants. À la maison des jeunes L'Envol nous nous estimons chanceux, car nous animons cette activité depuis plusieurs années. Encore cette année, nous avons reçu un bel accueil du propriétaire et de sa conjointe. » ■



Les jeunes sont : Amélie Demers, Mimi-Jade Nadeau, Xavier Corbin, Éloïse Tracy, Vanessa Tremblay, Cédric Pagé, Viviane Laforge et le collègue de M<sup>me</sup> Boucher, M. Alexi Lachance. Les résidentes sont : M<sup>mes</sup> Nadeau, Chalifour, Lachance et Roy.

## Cercle citoyen au cœur de Sainte-Foy tient sa troisième assemblée générale annuelle

(JB) Le Cercle citoyen au cœur de Sainte-Foy a tenu récemment sa troisième assemblée générale annuelle. Pour M. Renaud Blais, président du CA de l'organisme, l'activité s'est révélé un franc succès.

« Nous y avons présenté le résultat de notre seule activité de financement qu'est la Guignolée des citoyens de Québec et, pour une troisième année consécutive, nous avons obtenu un réel succès. Nous aurons ainsi les moyens de nos ambitions et nous pourrions continuer, au moins, de contribuer à l'ajout de lait aux denrées fournies par Moisson-Québec pour le Comptoir alimentaire citoyen de Sainte-Foy centre. » Les administrateurs constituant le conseil d'administration pour l'année 2017-2018 sont : M<sup>mes</sup> Barbara Leclerc, Christiane Vaillancourt, secrétaire, M. Renaud Blais, président, Michel Bouffard, vice-président, et Pierre Morissette.

L'an passé le Cercle citoyen de Sainte-Foy a participé au comité organisateur du Salon du communautaire dans Sainte-Foy-Sillery-Cap-Rouge, qui a connu un réel succès. « Nous avons cette année l'envie d'aller plus loin en contribuant à la tenue d'un forum citoyens où nous nous écouterons pour mettre en commun notre volonté de contribuer à améliorer notre désir de vivre ensemble. » Pour information : M. Renaud Blais : 418 653-5224 (de 9 h à 21 h, tous les jours). ■

## Faites parvenir vos nouvelles positives et exclusives à : redaction@journal-local.ca

Vous avez un événement, un exploit, un investissement ou une nouvelle qui attire l'attention de votre communauté? Pourquoi ne pas profiter de votre journal local pour la faire connaître au plus grand nombre possible de vos concitoyens? Nous avons l'outil idéal pour le faire. Vous pouvez nous faire parvenir votre information exclusive à l'attention du rédacteur, Yvon Giroux, à l'adresse

redaction@journal-local.ca De plus, vous pouvez également nous faire parvenir une ou des photos, exclusives aussi, dans le format jpeg et dans une très bonne résolution, d'au moins 250 dpi. Il faut que la photo soit claire et non floue. Si l'espace disponible le permet, il nous fera plaisir de publier votre nouvelle. ■

<p>Tirage : <b>25 000 exemplaires</b></p>	<p>Achat de publicité : <a href="mailto:ventes@journal-local.ca">ventes@journal-local.ca</a></p>	<p><b>73%</b> de lecteurs assidus <b>1,6</b> lecteur par foyer <b>86%</b> l'apprécient</p>	<p><b>PROFIL DU LECTEUR</b></p>
<p>Distribution résidentielle POSTES CANADA CANADA POST 22 912 exemplaires</p>	<p>Territoire de distribution</p>	<p>Sexe : Femmes 55 % Hommes 45 %</p>	
<p>Distribution commerciale POSTES CANADA CANADA POST 1845 exemplaires</p>		<p>Âge moyen : 49 ans</p>	
<p>Présentoirs distribution affiche-tout 243 exemplaires</p>	<p>Valeur d'un timbre 120\$ taxes incluses</p>	<p>Revenu moyen : Revenu familial annuel brut de 60 500 \$</p>	
		<p>Scolarité : Diplôme d'études collégiales et universitaires</p>	
		<p>Étude réalisée par Léger Marketing sur un échantillon de 458 répondants portant sur le Journal des Rivières et qui comporte une marge d'erreur de +/- 4,58 %, et ce, dans un intervalle de confiance de 95 %.</p>	
		<p>Valcartier – Neufchâtel Ouest – Loretteville Saint-Émile – Neufchâtel Est – Lebourgneuf Les Saules – Duberger – Vanier</p>	
		<p>Source <b>Leger</b> <a href="http://www.legermarketing.com">www.legermarketing.com</a></p>	

**MIDI SANS COMPROMIS!**

**N0900.COM** **N° 900™** **581-742-5900**

Une pizza napolitaine et une salade pour seulement 12\$  
Menu midi offert tous les jours de 11h30 à 16h00

1332 AV. MAGUIRE

# La Caisse Desjardins de Sainte-Foy remet un chèque de 15 000 \$ à Laura Lémerveil

(YB) L'organisme Laura Lémerveil s'est vu remettre une somme de 15 000 \$ de la Caisse Desjardins de Sainte-Foy, tirée du fonds d'aide au développement du milieu (FADM).

Cette remise a été effectuée au terme de la dernière assemblée générale de l'organisme. Lorsque l'assemblée a été levée, plusieurs membres du conseil d'administration, qui sont également parents d'un enfant polyhandicapé, ont eu la surprise de voir leur progéniture venir saluer l'assemblée, un moment qui fut riche en émotion.

Juste avant l'arrivée des enfants, le conseil d'administration de Laura Lémerveil a rendu hommage à M. Marc Pouliot, décrit comme un homme d'exception qui a permis de réaliser le rêve de sa nièce, M<sup>me</sup> Sandra Lambert, soit celui d'entreprendre les démarches afin d'ouvrir une maison de répit et de soins palliatifs. Demande qui a été entendue par la direction de la Fondation Jules-Dallaire. La Maison Lémerveil Suzanne Vachon devrait ouvrir ses portes au cours de l'année.

M. Jacques Laurin, directeur de la Caisse Desjardins de Sainte-Foy, était sur place. Il a été ému par les efforts déployés par toute l'équipe de Laura Lémerveil pour donner



Les enfants polyhandicapés sont venus saluer les membres du conseil d'administration de Laura Lémerveil, qui compte plusieurs parents parmi ses rangs. À droite, en chandail rouge, on peut voir M. Pouliot, qui vient de recevoir son certificat d'honneur, accompagné de sa nièce, M<sup>me</sup> Sandra Lambert.

« de la lumière et de la joie pour ces enfants qui doivent vivre avec des handicaps multiples. Votre dévouement fait chaud au cœur! »

M. Laurin n'est pas reparti les mains vides puisque la directrice générale de Laura Lémerveil et son équipe lui ont remis un tricot de mouton, mascotte de l'organisme et symbole par excellence de la candeur et de la fraîcheur de l'esprit de l'enfant. ■



M. Jeff Corcoran, président du CA de Laura Lémerveil; M<sup>me</sup> Marie-Claude Arsenault, conseillère stratégique en communication à la Caisse Desjardins de Sainte-Foy; M. Jacques Laurin, directeur général de la Caisse Desjardins de Sainte-Foy; M<sup>me</sup> Sandra Lambert, directrice générale de Laura Lémerveil et M. Rémy Grenier, administrateur de la Caisse.

## Trucs et astuces pour éviter les chutes Une initiative de la Maison des grands-parents de Sainte-Foy

(JB) Dans le cadre du projet Municipalités amies des aînés (MADA), la Maison des grands-parents de Sainte-Foy a mis sur pied une série d'ateliers destinés à une clientèle âgée de 50 ans et plus. Après les tables en fête de Noël, place à la prévention des chutes.

Le matin de la rencontre, le terrain de stationnement avait des allures de patinoire. Nous cheminions à petits pas afin d'en apprendre plus long sur les moyens à prendre pour, ironiquement, éviter ce dont on allait parler dans quelques minutes.



Photo: Jacques Bélanger

Dans l'ordre habituel, M<sup>mes</sup> Hélène Simon, responsable du programme MADA, Dounia Cherradi, de la FADOQ, Rosanne Montminy, présidente du CA de la Maison des grands-parents et Luce-Gabrielle Bouchard, CIUSSS.

L'atelier a commencé par un jeu-questionnaire sur les chutes : est-il normal de tomber quand on vieillit? Est-ce que seules les très vieilles personnes tombent? M<sup>me</sup> Dounia Cherradi, à l'emploi de la FADOQ, l'organisme qui a lancé le programme Viactive, a décrit les composantes du programme PIED : prévention des chutes auprès des aînés. Après avoir démystifié quelques idées fausses et parlé des circonstances diverses pouvant causer des chutes (médicaments, état de santé et capacité physique, notamment), M<sup>me</sup> Cherradi a passé à la partie pratique de la présentation. Les personnes présentes ont effectué des exercices pour renforcer le tissu musculaire afin de diminuer les risques de chute.

Au cours de la seconde partie, M<sup>me</sup> Luce-Gabrielle Bouchard, du CIUSSS, a complété la formation. L'activité a attiré une quarantaine de personnes. ■

## OCEAN représente un phare en santé mentale!

(YG) Depuis 1991, OCEAN (Organisation communautaire d'écoute et d'aide naturelle) favorise l'autonomie des personnes ayant un problème de santé mentale et contribue à la promotion et la démystification des maladies mentales.

Le 19 janvier dernier, OCEAN tenait son Party des fêtes afin de célébrer la nouvelle année et souligner l'implication de ses bénévoles. Le conseil d'administration a d'ailleurs profité de l'occasion pour souligner le soutien du gouvernement du Québec, dont un appui récent du ministre de la Santé, M. Gaétan Barrette (6000 \$) ainsi que le gouvernement du Canada, notamment pour son programme d'Emplois d'été Canada (une subvention de 11 250 \$).

OCEAN a la particularité d'offrir des services à domicile à ses clients, entre autres par l'approche communautaire du suivi d'intensité variable (SIV). Ainsi, les intervenantes saisissent, petit à petit, l'ensemble du tissu social de leurs clients, telles que leurs relations familiales, la dynamique au sein du domicile, leurs activités de loisir, etc. Cette approche holistique permet d'éviter de se concentrer seulement sur les points négatifs de la maladie, mais plutôt de capitaliser sur les forces des personnes concernées. OCEAN réalise annuellement plus de 1000 interventions à domicile auprès d'une soixantaine de clients.

OCEAN offre aussi une ligne téléphonique spécialisée qui reçoit plus de 850 appels de détresse annuellement. Enfin, le programme de sensibilisation PRISME permet d'informer plus de 1400 personnes par année, particulièrement dans les milieux scolaires. Pour obtenir des services d'OCEAN, vous pouvez communiquer au 418 522-3352 ou visiter le site de l'organisation au org-ocean.com. ■



M<sup>me</sup> Anne Letellier, vice-présidente d'OCEAN, M. Mathieu Montmartin, directeur, M<sup>mes</sup> Anne-Marie Dussault, présidente, Laura Bogza, trésorière (arrière-plan), Cindy Villeneuve, administratrice, MM. Joël Lightbound, député fédéral de Louis-Hébert (arrière-plan), et Jean-Denis Côté, attaché politique du député de Jean-Talon et ministre, M. Sébastien Proulx.

# ÉCONOMISEZ JUSQU'À 200\$

100\$ EN RABAIS INSTANTANÉ + 100\$ EN REMISE POSTALE

## À L'ACHAT DE LENTILLES

1-JOUR
ACUVUE
MOIST

MARQUE DE LENTILLES CORNÉENNES

— ou —

ACUVUE
oasys
1-jour

AVEC HydraLuxe™

MARQUE DE LENTILLES CORNÉENNES

Jusqu'au 28 février 2017. Certaines conditions s'appliquent. Détails en clinique.  
Pour des informations importantes sur la sécurité, visitez acuvue-fr.ca

# OPTO

RÉSEAU

LANGLOIS OPTICIEN

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

Dre Gina Martineau, optométriste  
Martin Langlois, opticien propriétaire

# RETIREZ DES



EUROS



US

au guichet automatique  
de Place de la Cité



Sans frais :

1 888 653-0515

www.caissesaintefoy.ca

 Caisse Desjardins de Sainte-Foy



**Desjardins**  
Caisse de Sainte-Foy

## Une subvention de 25 000 \$ pour les 20 ans du centre Le Passage

(YG) Depuis 20 ans, Le Passage, un centre d'aide aux proches, a réalisé plus de 23 500 consultations pour venir en aide à l'entourage des personnes qui ont des problèmes de consommation ou d'ordre judiciaire ainsi qu'aux personnes vivant de la dépendance affective ou des relations de codépendance. Le centre Le Passage offre des services professionnels et spécialisés, accessibles à toute la population, en utilisant une grille tarifaire qui tient compte des revenus des familles. L'équipe est composée de cinq employés et de six bénévoles membres du conseil d'administration.

Le président du CA, M. René-Michel Tremblay, a rappelé récemment les origines de l'organisme : « Il est né de personnes dévouées, sensibles et empathiques aux drames que vivent les proches des personnes aux prises avec une dépendance au jeu, drogues diverses, médicaments et alcool. Les personnes vivant une dépendance sont soutenues par divers organismes, publics ou privés, disponibles dans toutes les régions du Québec, tels la Maison Jean Lapointe et Le Portage. Mais qu'en est-il des parents, frères, sœurs, amis et collègues de travail? Ceux-là sont emportés dans la tourmente, mais ne reçoivent malheureusement peu ou pas d'attention ni d'aide. Avec peu de moyens financiers, Le Passage est le seul centre au Québec dévoué à ces personnes dans la détresse ».

Le centre Le Passage peut compter sur le soutien de certains partenaires, dont le Gouvernement du Québec. Le député de Jean-Talon et ministre Sébastien Proulx remettait récemment une subvention de 25 000 \$ à l'organisme au nom de la ministre Lucie Charlebois, ministre déléguée à la

Réadaptation, à la Protection de la jeunesse, à la Santé publique et aux Saines habitudes de vie.

Pour toute question concernant les services du Passage, n'hésitez pas à téléphoner au 418 527-0916. ■



M<sup>me</sup> Nathalie Paquet, directrice générale du centre Le Passage, un centre d'aide aux proches, lors de la remise d'un chèque de 25 000 \$ du député de Jean-Talon et ministre Sébastien Proulx, au nom de la ministre Lucie Charlebois, ministre déléguée à la Réadaptation, à la Protection de la jeunesse, à la Santé publique et aux Saines habitudes de vie.



**solutions**  
sans gluten • sans allergènes



Votre  
référence  
**N° 1**

Du pain frais  
sans gluten  
fait et cuit  
sur place

Épicerie spécialisée  
sans gluten, sans allergènes  
avec 5000 produits  
en inventaire

- Des conseillères rigoureusement formées
- Consultation avec une nutritionniste sur rendez-vous

1670, av. Jules-Verne, local 105, Québec G2G 2R1  
Autoroute 40, sortie Legendre  
418 780-8182

www.solutionsaveursante.com



Panier  
d'achat  
en ligne

Pour le plaisir de bien manger sans vous soucier

# Les Jardins Logidor inaugurent l'année avec le grand bal !

(YG) Pour une 2<sup>e</sup> année de suite, les responsables des Jardins Logidor ont inauguré l'année avec un grand bal. Un événement en voie de devenir une tradition. « Une soirée pour souligner le travail des employés et partager une belle soirée avec eux et les résidents et leur dire à tous combien ils sont appréciés! Les fils des dirigeants sont venus comme bénévoles faire le service de boissons et de nourriture. Musique, danse, une coupe de vin, des bouchées préparées par le chef Frédéric Parent, ce fut un succès avec la participation de près de 100 personnes », affirme M<sup>me</sup> Line Girard, directrice générale des Jardins Logidor.



La photo booth, apporte toujours beaucoup de fous rires.

De plus, les Jardins Logidor ont été en nomination pour la résidence de l'année 2016 de la bannière Azur, un groupe d'une cinquantaine de résidences pour personnes âgées. Rappelons que les Jardins Logidor avaient été choisis résidence de l'année en 2011, selon M<sup>me</sup> Girard. ■



Une partie des participants au bal de l'année.

## Le Royaume du Parfum célèbre son 10<sup>e</sup> anniversaire à Laurier Québec

(YG) Le Royaume du Parfum, reconnu pour offrir des parfums de marques de renommées internationales à des prix imbattables et concurrentiels, célèbre ses dix années d'existence à Laurier Québec. Pour le propriétaire, M. Salah Labiadh, la clé de son succès c'est d'offrir des parfums rares et à de bons prix à l'année. « Nous

offrons plus de 1000 marques. Il y a même des touristes français qui trouvent des parfums rares uniquement chez nous », affirme M. Labiadh. L'entreprise a mérité la médaille d'or de Laurier Québec en 2015 dans la catégorie Beauté et cosmétiques pour son chiffre d'affaires dans le centre commercial. ■



M. Salah Labiadh, propriétaire du Royaume du Parfum de Laurier Québec.

On se la moules - douce -

**moules en casserole**

- MARINIÈRE**  
(échalote française, persil et vin blanc)
- AU PARFUM ORIENTAL**  
(poivrons, sésame, sauce teriyaki et vin blanc)
- À LA PROVENÇALE**  
(tomates, ail et vin blanc)
- POULETTES**  
(crème, vin blanc et beurre à l'ail)
- À LA BIÈRE**  
(bière, échalote française, persil frais)
- PESTO**  
(pesto, ail, crème et vin blanc)
- SAINT-GERMAIN**  
(carottes, céleri, courgettes, tomates, crème et vin blanc)
- CRÉOLE**  
(vin rouge, crème et sauce créole)
- AU CARI INDIEN**  
(cari, persil frais, crème et vin blanc)
- À LA DIJONNAISE**  
(moutarde de Dijon, crème, vin blanc et échalote française)



1525, rue Sheppard (coin St-Louis)  
418 681-6035



2750, Chemin Ste-Foy (Plaza-Laval)  
418 658-6067

STATIONNEMENT GRATUIT

**Cimetière Notre-Dame-de-Belmont**

cimetierebelmont.ca  
418-688-0566

**MISE EN TERRE SÉPULTURE**  
**SERVICES FUNÉRAIRES**  
12 mois / année

## « Un enfant qui lit sera un adulte qui pense » Flore Vasseur

(YG) Grâce au Fonds d'aide au développement du milieu de la Caisse Desjardins de Sainte-Foy, l'école du Versant Notre-Dame-de-Foy a pu faire l'acquisition de iPad et de stations d'écoute pour favoriser le déploiement de l'approche *Les 5 au quotidien* qui vise le développement de l'autonomie en littératie.

Ainsi, les élèves de la maternelle à la sixième année sont exposés quotidiennement à des activités d'apprentissage de la lecture et de l'écriture en fonction de leur âge. Les tablettes Apple et les stations permettent de travailler le volet « écouter de la lecture ». ■



M<sup>mes</sup> Marie-Claude Arsenaault, conseillère stratégique en communication à la Caisse, Kareen Tardif, enseignante et Manon Fortin, directrice de l'école du Versant, accompagnées de jeunes étudiants au préscolaire.

Le concert des Fêtes de l'Ensemble à piacere

## De la France à la Nouvelle-France

(JB) C'est à tout un périple que nous a convié l'Ensemble classique à piacere en cette journée frisquette d'hiver. À l'intérieur de l'église Saint-Mathieu, de Sainte-Foy, les chants de Noël du Languedoc, du Berry et plusieurs autres régions de France, sans oublier le très émouvant *Jesous Ahatonna*, un chant traditionnel huron enseigné par les Jésuites (1641-1642), ont conquis le public.

L'ensemble était dirigé par Catherine-Élisabeth Loiseau et la soliste, la soprano Peggy Bélanger, était accompagnée par Dominique Gagnon, pianiste et organiste. Cette année, on a ajouté un volet narration, interprété par le comédien Steven Lee. Yvon Chalifoux O.S.M., curé de la paroisse. ■



C'est sur le thème de la France à la Nouvelle-France que s'est tenu le dernier concert de l'Ensemble classique à piacere.

Photo Jacques Bélanger

## HOMÉOPATHIE Québec

- Consultation privée sur rendez-vous, sur place ou par skype.
- Conseils d'experts gratuits sur place ou par téléphone.
- Vérifications des interactions entre vos médicaments et vos produits naturels par des diplômés en pharmacie.
- Plus de 62 000 dossiers patients créés depuis 24 ans.
- Plus de 4000 produits homéopathiques, suppléments et bio-cosmétiques en magasin et en ligne.

2336 Chemin Ste-Foy, Québec  
à côté de la pyramide  
**418 653-5400**

Même sur le pouce, manger sainement !



- Barre substitut de repas au caramel croquant et bretzel.
- Source de 26g de protéine et seulement 310 calories.
- Complète au niveau vitamines et minéraux.
- Homologuée comme substitut de repas par Santé Canada.
- Excellente au goût.

SPÉCIAUX jusqu'au 28 février



**Rosaphoria**  
crème de jour  
Crème biologique pour le visage, lisse les rides fines à long terme

~~39,95\$~~ **33,95\$**



**Vision suprême**  
Prévient la dégénérescence maculaire et améliore la vision

~~24,95\$~~ **19,95\$**



**Ester-C**  
Forme de Vitamine C qui fournit 24h de soutien immunitaire

Pour 600 mg ~~24,95\$~~ **21,95\$**



**Oscillo**  
Dites stop aux symptômes de la grippe (courbatures, frissons...)

Pour le 30 doses ~~34,99\$~~ **29,95\$**  
(+coupon 3\$ en magasin)

Pour voir tous nos spéciaux et ne pas manquer nos circulaires, visitez notre site et inscrivez-vous à notre Homéolettre.



Des experts qui sélectionnent pour vous ce qu'il y a de meilleur!

VENTE EN LIGNE



www.homeopathiequebec.com  
livraison rapide partout au Canada et aux États-Unis





**Hélène Lauzier inc.**

AGENCE IMMOBILIÈRE

*Avec vous.*

418 781-2121

helenelauzier.com



**Hélène Lauzier**  
Courtier immobilier agréé



**Denis Larose**  
Courtier immobilier agréé



**Louis Martin**  
Courtier immobilier



**Martine Dumont**  
Courtier immobilier



**Valéry Chaffiotte**  
Courtier immobilier



**Mélissa Routhier**  
Courtier immobilier

**SILLERY**  
**VENDU**

2190, DICKSON Excellent rapport qualité/prix dans un secteur de choix, magnifique bungalow rénové de fond en corbeille, avec garage, 4 cc.

PD : 549 000 \$

**SILLERY**  
**VENDU**

2039, BOUL. LAURIER Magnifique cottage rénové avec goût, garage, superbe cour au sud +/- 10 000 pi<sup>2</sup>.

PD : 539 000 \$

**SILLERY**  
**VENDU**

1911, SHEPPARD À pied de Maguire. Solide cottage de briques. Clé en main.

PD : 529 000 \$

**ST-SACREMENT**  
**VENDU**

1510, CH. STE-FOY Possibilité résidentiel + commercial par dérogation (clinique médicale, bureaux...) 10 stationsnements.

PD : 469 000 \$

**SILLERY**  
**VENDU**

1190, MARGUERITE BOURGEOYS Impeccable plain pied, 3 cc. Vastes pièces de séjour. Site stratégique.

PD : 439 000 \$

**ST-NICOLAS**  
**VENDU**

284 DES BOUTEILLERS Azéville, 5 min. des Potts. 4 cc, 2 sdb, 1 se. foyer, garage double. Très lumineux. Rue tranquille.

PD : 421 400 \$

**STE-FOY**  
**VENDU**

2794, DE MONTARVILLE Idéalement placée. Belle maison à paliers, 4 cc., 2 sdb., garage. Cuisine et sdb. rénovés en 2013. Électros haut de gamme.

PD : 349 000 \$

**STE-FOY**  
**VENDU**

655, ROUTHIER Bungalow hyper fonctionnel, très bien entretenu, 4 cc. Pris des pacs, école, service et transport en commun.

PD : 529 000 \$

**CAP-ROUGE**  
**VENDU**

4080, LIZETTE-GERVAIS Jumelet tout briques, Jac. à l'étage, aire couverte au rdc, rénové, magnifique cour arrière.

PD : 289 000 \$

**PLATEAU**  
**VENDU**

703, DES ROSIERS Joli bungalow ayant subi plusieurs rénovations importantes. 3 cc, foyer, belle cour arrière et plus.

PD : 269 000 \$

**MONTCALM**  
**VENDU**

670, PÈRE MARQUETTE Beau condo indivise de 2 cc, grand salon double, stationnement. Immeuble de 2 copropriété seulement.

PD : 229 000 \$

**ST-AUGUSTIN**  
**MAJESTUEUSE**

116, ADRIENNE-CROQUETTE Boisé St-Félix, imposante et luxueuse, 5 ch, 4 sb., plafonds 9 pieds, terrain intime, piscine creusée, géothermie.

1 745 000 \$

**SILLERY**  
**TRÈS DESIGN**

1224, ALBERT-LOZEAU Un concept unique et harmonieux sur toute la ligne. Garage triple. Pour vivre avec la nature!

1 749 000 \$

**SILLERY**  
**MAGISTRALE**

1121, DE PLOERME Sublime cottage rénové avec distinction, 4 cc., 3 sdb., 1 se., foyer, piscine creusée chauffée. Cour à l'ouest. Rue très paisible. Tout y est.

1 063 000 \$

**SILLERY**  
**3 LOGEMENTS**

1041-43-45, DE MONTIGNY 1 grand 11 pos! et 2 grands 10 pos!+. Garage double chauffé. Immeuble exceptionnel.

999 000 \$

**SILLERY**

2084, CHEMIN ST-LOUIS Superbe centenaire rénovée, 3 cc., 2 sdb., foyer, garage double. 15 700 pi<sup>2</sup> de terrain divisible en 4 lots. Investissement judicieux.

924 000 \$

**SILLERY**

2076, CHEMIN ST-LOUIS Unique, entièrement rénovée sur un terrain de plus de 11 000 pi<sup>2</sup>, à proximité de tous les services.

849 000 \$

**SILLERY**

2201, DICKSON Spacieuse moderne au cœur de Sillery, 3 cc, poss. 4, 2 sb., aires ouvertes, garage double, salle fam., 2 terrasses, cour sud.

779 000 \$ + TX

**SILLERY**  
**5 CHAMBRES**

1211, JOSEPH-ROUSSEAU Cottage 1931. À pied de Maguire. Impeccable. Occupation très flexible.

649 000 \$

**SILLERY**

2385, MARIE-VICTORIN Vaste plain pied entretenu au fi des ans, 5 cc., cuisine et SDB rénovés. Cour intime 8 000 pi. au sud.

599 000 \$

**POINTE STE-FOY**  
**COMME NEUVE**

3706, CLAIRE-BOURGET Rue sans issue près du Min. du Révenu Séduisant cottage, 5 cc. Beau terrain intime.

599 000 \$

**CITÉ UNIVERSITAIRE**

2056, CHEMIN STE-FOY Chaleureux et lumineux cottage avec garage, 6 cc., 3 sdb., solarium 4 saisons.

549 000 \$

**SILLERY**  
**PRÈS DE L'UNIVERSITÉ**

1935, RENÉ-LÉVESQUE O. À pied de Maguire. Impeccable cottage 4 cc. et 2 bureaux. Garage 24 x 12.

529 000 \$

**STE-FOY**  
**MODERNE**

3621, DE L'ESPÉRANCE Moderne aménagée sur 3 étages, 5 cc., 2 sdb. Grande fenestration sur bois. Impeccable. Clé en main. Occup. rapide.

509 000 \$

**SILLERY**

1305, DES SEIGNEURS Unifamiliale contemporaine. Aires ouvertes, 3 cc, poss. 4. Walk-in entrée. Terrasse. Livr. printemps 2017.

499 000 \$ + TX

**SILLERY**  
**EMPLACEMENT EXCEPTIONNEL**

1, COLONEL-MATHIEU À 2 pas du CHUL et centre d'achat. Superbe jumelé clé en main. Cour au sud, 3 cc, poss. 4. Livr. Printemps 2017.

429 900 \$ + TX

**CITÉ UNIVERSITAIRE**

2834, AV. L'ISLE-DIEU Impeccable plain pied 100 % rénové (plafond, toit, drain, cuisine, sdb.) 5 cc., 2 sdb., garage.

423 900 \$

**SILLERY**

2490, DES HOSPITALIÈRES Emplacement de choix à prix compétitif. 3 cc, poss. 5, 2 sdb., foyer, climatisé, lumineuse.

422 700 \$

**STE-FOY**

1046, LOUIS-RIEL Superbe propriété très soignée, aucun voisin arrière. Beaucoup de rénovations faites. Bi-génération. Entrée ind. au s-s.

389 000 \$

**MONTCALM**

351, CASOT Vaste condo 1500 pi<sup>2</sup> dernier étage, 3 chambres + bureau, stat.

390 000 \$

**STE-FOY**

840, PONTBRIAND Superbe à paliers, très ensoleillé, 4 cc, 2 sdb., foyer au gaz, piscine creusée. Beaucoup de rénov.

389 000 \$

**STE-FOY**

817, DE ROUGEMONT Lumineux espace confort, poss. de remise (jules), intégrationnel, 5 cc., 2 sdb., solarium, grandes pièces, entrée indep. au vs. Tout y est pour vous sublimer. Venez visiter!

369 000 \$

**STE-FOY**

844-262, BEAUREGARD Le Saint-Vincent- Unité de coin au sud-ouest, 2 chambres + bureau, 2 sdb., 2 Stationsnements.

369 000 \$

**MONTCALM**  
**JARDINS MÉRICI**

14-105, JARDINS-MÉRICI Impeccable 1 chambre de 820 pi<sup>2</sup>, plafond de 9', grande fenestration, 1 stat. livr.

329 000 \$

**POINTE STE-FOY**

3699-514, DES COMPAGNONS Condo d'exception d'un grand chic de 1500 pi<sup>2</sup> fenestrie sur 2 côtés offrant 2 ch. + boudoir (poss. 3 ch.) 2 sdb., 2 stabs. int. & une immense terrasse aménagée.

399 000 \$

**MONTCALM**  
**JARDINS MÉRICI**

BLOC 20-4615 Remarquable. Tout rénové, 1 cc., 1 sdb., 1 stat. int. Balcon, vue jardins. Comptoirs granite, planchers chauffants dans salle de bain.

337 900 \$

**STE-FOY**  
**À PIED UNIVERSITÉ**

2116-401, CH. STE-FOY Lumineux condo, 3 cc., aire ouverte, design contemporain. Dernier étage. Stat. int., balcon sud.

269 000 \$

**MONTCALM**

887, CHEMIN STE-FOY Grand condo de 3 cc. au 3<sup>e</sup> et dernier étage avec beaucoup de cachet, 1 stat. localisation stratégique.

259 000 \$

**SILLERY**

8522, JEAN-ROYER Superbe condo clé en main 2 ch. (poss. 3<sup>ème</sup>) 2 SDB rénovés 2015, foyer, Stat. Cour intérieure.

259 000 \$

**SILLERY**

1464, JEAN-ROYER Superbe condo entièrement rénové, très lumineux, 3 cc., 2 sdb., loft au ss. Entrée indep., balcon orienté sud, 2 stat. tandem. Posses. rapide si désiré.

259 000 \$

**STE-FOY**  
**IMPECCABLE**

3370-407, FRANCE-PRIME 4 H, très bien rénové, bien situé.

159 000 \$

**BLOC 3-4404**

BLOC 3-4404 Condo lumineux, 1 cc., 1 sb., 1 stat. int. un excellent investissement pour vous. Une visite s'impose.

199 900 \$

## Soirée réussie pour le Club de l'âge cordial de Saint-Thomas-d'Aquin

(YG) Les membres du Club de l'âge cordial, un regroupement d'aînés de la paroisse Saint-Thomas-d'Aquin, se sont réunis quelques jours avant Noël afin de partager un repas et souligner quelques anniversaires. Le député de Jean-Talon et ministre Sébastien Proulx est venu saluer les membres et les féliciter pour leur dynamisme. Le président du Club de l'âge cordial, M. Jean-Marie Côté, a remercié le député pour sa présence ainsi que pour l'aide financière octroyée à l'organisme dans le cadre du programme de soutien à l'action bénévole. ■



**1<sup>re</sup> rangée en partant de la gauche:** Mmes Gervaise Racine, jubilaire, Lucie Marcotte, jubilaire, Liliane Michaud, membre du CA, Georgette Grenon, vice-présidente et Colette Audet, membre du CA. **2<sup>e</sup> rangée:** MM. Jean-Marie Rathé, trésorier, Georges Plante, membre du CA, M<sup>me</sup> Yolande Matte, membre du CA, M. Sébastien Proulx, député de Jean-Talon et ministre de l'Éducation, M<sup>me</sup> Thérèse Vézina, jubilaire, M. Jean-Marie Côté, président. **3<sup>e</sup> rangée:** père Martin Lagacé, vicaire, et père Brice Petitjean, curé de la paroisse de Saint-Thomas-d'Aquin.

## Un concours intergénérationnel pour tout le Québec

(JB) L'organisme Intergénération Québec propose un grand concours intergénérationnel québécois afin de valoriser les initiatives qui favorisent les rapprochements entre les générations.

Si, entre juin 2016 et mai 2017, vous avez entrepris une activité intergénérationnelle, vous êtes invité à faire connaître votre projet. Les bibliothèques, les écoles, les organismes communautaires et les citoyens sont les bienvenus. Pour participer, consultez le site Internet de l'organisme : [www.intergenerationsquebec.org](http://www.intergenerationsquebec.org). Date limite pour l'inscription : 19 mars 2017. ■



L'organisme Intergénération Québec propose un grand concours intergénérationnel québécois afin de valoriser les initiatives qui favorisent les rapprochements entre les générations.

## On chante avec l'ensemble vocal Intermezzo

(YG) Après une session d'automne bien remplie, l'ensemble vocal Intermezzo a commencé la session hiver printemps afin de proposer des concerts dans des résidences de personnes retraitées et tenir un souper-concert bénéfique en juin. Programme varié populaire et classique. Les répétitions ont lieu au 1560, route de l'Église tous les mercredis soirs de 19 h à 21 h 30, sous la direction musicale de M. Paul-Roger Gagnon, accompagné au piano par son fidèle complice M. Richard Loisselle. Pour information: M<sup>me</sup> Annie Uhel au 418 658 6273. ■



### SAINTE-FOY

Impeccable et situé au coeur de l'action. Vous apprécierez la proximité des centres commerciaux, des nombreux restos, du marché, des écoles. Cette copropriété à aire ouverte, comprend 2 cc, une cuisine au goût du jour incluant tous les électros en stainless, de superbes planchers de bois et céramique et beaucoup de rangement. COUP DE COEUR ASSURÉ!

**GINETTE DEMERS**  
Courtier immobilier

Tél.: 418 871-1274  
[gdemers@royalpage.ca](mailto:gdemers@royalpage.ca)

POUR MIEUX VOUS SERVIR  
**ROYAL LEPAGE** 2 BUREAUX À STE-FOY  
- 2960 boul. Laurier, bureau 50  
**Inter-Québec** - 3675 rue du Campanile  
AGENCE IMMOBILIÈRE  
FRANÇOIS GAGNON ET LE GOUVERNEUR ROYAL LEPAGE  
418-653-0488

## Le Bureau d'information juridique : de généreux bénévoles au service de la communauté !

(YG) Existant depuis 1987, le Bureau d'information juridique (BIJ) de l'Université Laval est un organisme sans but lucratif administré et dirigé par des étudiants au baccalauréat en droit. Sa mission est d'apporter à la communauté de Québec et de ses environs un service d'information juridique gratuit.

Grâce à une soixantaine de bénévoles détenant déjà 30 crédits universitaires en droit, le Bureau d'information juridique a pour objectif de répondre aux questions des citoyens dans les meilleurs délais. Les questions posées sont très variées et traitent de problèmes liés, par exemple, au travail ou au milieu familial. Les demandes peuvent concerner un contrat, un mandat, un testament, une contravention ou des assurances. Le BIJ n'a toutefois pas pour mission, et il s'agit d'une nuance importante, de rendre des opinions juridiques. En effet, les bénévoles ne peuvent pas donner des

conseils juridiques et n'émettent pas davantage d'avis juridiques. Ils présentent cependant l'état du droit par rapport à une question afin que le citoyen ait un portrait juridique de la problématique à laquelle il est confronté, et ce, de la manière la plus objective possible.

M. Jean-Denis Côté, attaché politique, était fier d'apporter une contribution financière au BIJ au nom du député de Jean-Talon et ministre Sébastien Proulx : « Le service offert à la communauté par le Bureau d'information juridique est unique. Les bénévoles, généreux et dévoués, détiennent une expertise dans un domaine très spécifique. Leur apport est, par conséquent, extrêmement précieux », a-t-il tenu à souligner. Pour prendre un rendez-vous avec un représentant du Bureau d'information juridique : 418 656-7211. ■



M. Jean-Denis Côté, attaché politique du député de Jean-Talon et ministre Sébastien Proulx, en compagnie de M<sup>me</sup> Véronique Jutras, présidente du Bureau d'information juridique, M<sup>me</sup> Alexandra Vaillancourt-Vigneault, vice-présidente aux finances, M<sup>me</sup> Émilie Moutou, vice-présidente aux affaires externes et M<sup>me</sup> Flavie Garceau-Bolduc, vice-présidente aux affaires internes.

Bonhomme Carnaval à la Résidence du Campanile

# Une visite qui fait chaud au cœur

**(JB) Les gens de la Résidence du Campanile ont récemment reçu la visite de Bonhomme Carnaval. Cette sorte de rencontre fait toujours le bonheur des personnes visitées. Et, cette année, le plaisir en a été doublé puisque, en plus de Bonhomme, les résidents ont pu rencontrer des jeunes du CPE Polichinelle, un heureux mélange qui s'est avéré une combinaison gagnante.**

« Nous gardons contact avec la direction du Centre de la petite enfance Polichinelle, explique M<sup>me</sup> Dora Dorin, responsable des loisirs à la Résidence du Campanile. Les enfants viennent visiter les aînés et nous

avons pu constater que ces relations intergénérationnelles sont très enrichissantes, autant pour les enfants que pour les personnes âgées. »

Pour les résidents, ce contact intergénérationnel « leur permet de renouer avec le cœur d'enfant qui sommeille en eux, poursuit M<sup>me</sup> Dorin. Pour les enfants, c'est aussi une belle expérience personnelle. »

Au cours de l'événement, deux dames ont présenté leurs collections d'effigies du Carnaval de Québec, une initiative qui a eu l'heur de plaire à Bonhomme. Les deux

femmes, qui collectionnent ces effigies depuis les tout débuts sont M<sup>mes</sup> Suzanne Morissette-Dion et Lucienne Fréchette. « Les enfants ont également effectué des chorégraphies pour les personnes âgées et je dois vous dire qu'il y avait beaucoup d'animation dans la pièce! », poursuit M<sup>me</sup> Dorin.

Née en Argentine, Dora Dorin a été professeure d'éducation physique dans son pays d'origine et est établie à Québec depuis 13 ans. Interrogée sur son travail à la Résidence du Campanile, elle se montre des plus enthousiastes. « Pratiquer des activités

physiques avec les personnes âgées est une chose très valorisante parce que ça leur fait du bien. Ici, on leur donne, entre autres, des cours de yoga et on fait les choses dans une ambiance de joie de vivre. Il y a une atmosphère festive qui permet d'accéder au mieux-être. Le fait de bouger pour se tenir en forme n'est pas une activité qui n'est réservée qu'aux jeunes. On choisit les exercices et on y va à notre propre rythme. Ce sont des activités essentielles au maintien de la bonne santé », conclut-elle. ■



Cette année, le plaisir des résidents a été doublé puisque, en plus de Bonhomme, ils ont pu rencontrer des jeunes du CPE Polichinelle, un heureux mélange qui s'est avéré une combinaison gagnante.



M<sup>me</sup> Suzanne Morissette-Dion qui présente sa collection d'effigies, en compagnie d'autres résidentes.



M<sup>me</sup> Lucienne Fréchette avec sa collection, en compagnie de Bonhomme Carnaval.

Les Artisans du paysage

## Quatre décennies de passion

**(JB) En avril prochain, l'entreprise Les Artisans du paysage aura complété sa quarantième année d'existence. Interrogé sur ce qui l'a amené à explorer le domaine de l'aménagement paysager, M. Jack Lavoie, fondateur et propriétaire, ne laisse pas de doute sur la passion qui l'anime.**

« J'ai tout d'abord étudié le génie civil à l'Université McGill parce que ça répondait à mon goût du rationnel. Mais, comme je n'étais pas vraiment heureux dans ce domaine, j'ai essayé d'autres choses pour enfin trouver ma voie. J'ai travaillé pour un paysagiste et j'ai eu comme on dit la piqure. Je n'ai jamais arrêté depuis. »

La passion qui nourrit M. Lavoie ne fait aucun doute. Au moment où il a réalisé son goût pour l'aménagement paysager, il a suivi tous les cours de formation qui existaient. « Plus je réalisais des projets, plus je me plaisais dans ce métier qui exige du calcul, de la rigueur et, surtout, de la créativité. C'est exactement le moteur qui me manquait pour pleinement apprécier mon travail. »

Du premier bureau, situé à la maison familiale de ses parents jusqu'aux locaux du boulevard Hamel,

Jack Lavoie gravit les échelons du succès. Au moment où nous écrivons ces lignes, l'entreprise emploie plus de 90 personnes en saison estivale. Et les commandes ne manquent pas!

« Notre clientèle est composée principalement de propriétaires de maisons qui désirent obtenir un service clé en main. Et, un de nos points forts réside dans notre faculté de pouvoir offrir tous les services sous une même enseigne. Cela signifie que nous sommes présents à partir de la demande originelle du client, que nous appelons collaborateur au projet. »

Les Artisans du paysage créent un aménagement extérieur et s'occupent également de l'entretien de ce dernier. « Nous comptons aussi des commerces parmi notre clientèle et sommes en mesure de créer un environnement agréable pour les gens qui fréquentent ces commerces ou ces places d'affaires. »

M. Lavoie insiste sur un point. « Nous consacrons le même enthousiasme et la même énergie, quelle que soit la taille de la commande à effectuer. Le travail est fait avec le même souci du détail et de la rigueur que nous nous imposons pour toutes nos réalisations. »

Certains propriétaires aiment bien voir une partie de leur terrain changer d'aspect une fois de temps en temps. « Nous pouvons effectuer des opérations métamorphose et changer certaines sections de leur terrain. C'est justement cela, la beauté de la chose : travailler dans un esprit de créativité que nous exprimons chaque fois que nous réalisons un projet. C'est ce qui m'anime depuis bientôt quarante ans et ce n'est pas près de changer! », conclut Jack Lavoie. ■



De gauche à droite, M<sup>me</sup> Julie Fournier, M. Jack Lavoie et M<sup>me</sup> Annie Racine Lavoie.



*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

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



# Une rencontre enrichissante avec un centenaire

YVON GIROUX

redaction@journal-local.ca

M. Roch Duval a célébré son 100<sup>e</sup> anniversaire le 22 décembre dernier. C'est un homme d'une grande connaissance et passionnant qu'ont rencontré M<sup>mes</sup> Anne Bordeleau et Marie-Claude Arsenault de la Caisse Desjardins de Sainte-Foy lors de leur visite. Membre de la Caisse depuis son tout jeune âge, M. Duval avait en main l'original de son « carnet de sociétaire ».

M. Duval a fait carrière à la Faculté des Sciences de l'Éducation de l'Université Laval où il enseigna de 1949 à 1987. Il fut aussi nommé professeur émérite de cette même université en janvier 1988. Auteur de plusieurs livres et revues scientifiques, conférencier ici et à l'étranger, il a contribué activement à la création et au dévelop-

pement de l'Orientation professionnelle, profession reconnue aujourd'hui comme l'Ordre des conseillers et conseillères d'Orientation professionnelle du Québec. ■



L'original du carnet de sociétaire de M. Roch Duval, datant des années 40.



M<sup>me</sup> Marie-Claude Arsenault, conseillère stratégique en communication à la Caisse, M. Roch Duval et M<sup>me</sup> Anne Bordeleau, directrice soutien à la gestion à la Caisse.

Entraînement de militaires de la base de Valcartier

## Une première pour l'Académie d'arts martiaux du Québec

(JB) L'Académie d'arts martiaux du Québec a procédé récemment à un atelier de deux heures auprès de militaires de Valcartier.

« Pour nous, c'était une première, explique le sensei Frédéric Métivier. Et les commentaires de l'armée ont été des plus positifs puisqu'on nous a dit que ce que nous leur avons enseigné est d'intérêt. » Sensei Métivier ajoute que l'armée prévoit retenir les services de l'Académie des arts martiaux du Québec pour un autre atelier de deux heures. Les trois instructeurs qui ont donné la formation sont George Taran, Christopher Bergeron et Dave Turcotte. ■



Les militaires de Valcartier qui ont suivi un atelier de deux heures prodigué par l'Académie d'arts martiaux du Québec.



## PLUS GOURMAND QUE JAMAIS!

Communiquez avec notre Conseillère en qualité de vie et venez découvrir notre cuisine savoureuse!

Notre résidence évolutive s'adapte à vos besoins en offrant des logements autonomes ainsi que des unités de soins.

**DE PLUS, NE MANQUEZ PAS NOS PROCHAINES PORTES OUVERTES LE 19 MARS 2017**

**LES JARDINS LOGIDOR**

795, rue Alain, Québec QC G1X 4C8  
jardinslogidor@residencesazur.com



# EN SEPTEMBRE 2017, NOS MEMBRES RECEVRONT UNE

**remise**  
**de 2%**  
**en bons**  
**d'achat**

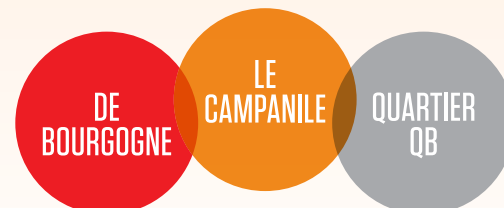


La remise ne s'applique pas sur les achats de bière, vin, cigarettes, tabac et loteries.

sur le total de leurs achats effectués  
entre le 1<sup>er</sup> février et le 31 juillet 2017  
dans nos trois supermarchés **IGA**

*Coop de Ste-Foy*

- 999, avenue de Bourgogne, Québec, Qc G1W 4S6  
Téléphone : 418 658-6472
- 3700, rue du Campanile, Québec, Qc G1X 4G6  
Téléphone : 418 914-2411
- 2561, chemin des Quatre-Bourgeois, Québec, Qc G1V 0G3  
Téléphone : 418 658-3897



[www.coopstefoy.com](http://www.coopstefoy.com)

# Loisirs Saint-Benoît célèbre la fin de l'année en grand

(JB) Que son appellation soit Party de Noël ou Fête de fin d'année, la journée de festivités organisée par Loisirs Saint-Benoît ne manque pas de piquant.

Les familles du quartier ont eu droit à une foule d'activités qui ont su réjouir petits et grands. Les gourmets aux tendances parfois gourmandes ont eu des pâtisseries et des fruits qui ont dessiné des sourires sur les visages. Pour bouger, ils ont eu l'embarras du choix. Une plongée dans l'univers de la danse orientale ou une exploration de la faune Zumba? Pourquoi pas les deux?

Les amateurs de rythme ont trouvé leur compte dans une salle où ils ont pu pratiquer les rudiments de la batterie. Quant aux personnes férues de karaoké, elles ont pu s'en donner à cœur joie, tout en pratiquant leur espagnol. ■



Que serait une journée familiale sans une session de karaoké? Dalia Medina, professeure d'espagnol, s'y est prêtée de bonne grâce.



Manuel Allaire Durand a suscité un engouement certain pour la batterie. Le cœur de la salle vibrait au rythme de musiciens en herbe.



Les participants de la fête ont eu droit à une plongée dans l'univers de la danse orientale avec la professeure Sylvie Dionne.

Photos Jacques Bélanger

ACADÉMIE D'ARTS MARTIAUX.COM  
QUÉBEC  
418 651 4119

- Arts martiaux
- Sports de combat
- Tai-chi art de santé
- Cours parents-enfants

**NOUVEAU**

- Défense KRAV MAGA
- Cardio boxe thaï

**TAI-CHI**

**Début des cours dès maintenant**

3344, chemin Sainte-Foy (à l'arrière)  
418 651-4119

**Arts martiaux parents/enfants**

**Plus de 30 ans d'expérience**

academiedartsmartiaux.com

## Journée de solidarité en blanc pour le Cégep de Sainte-Foy En mémoire des victimes de l'attentat

(JB) En signe de solidarité avec la communauté musulmane de Québec, des centaines de personnes ont porté le blanc, le vendredi 3 février dernier au Cégep de Sainte-Foy.

L'attentat survenu le dimanche le 29 janvier dernier au Centre culturel islamique de Québec a touché les étudiants et les membres du personnel qui ont tenu à promouvoir les valeurs d'ouverture à la diversité, de solidarité, de bienveillance et de rapprochement entre les communautés.

L'ensemble des cégeps de la région de Québec, Lévis-Lauzon, Garneau, Limoilou, Sainte-Foy et Champlain St. Lawrence a été invité à porter un morceau de vêtement blanc visant à offrir leurs condoléances aux familles éprouvées, aux amis et aux collègues. ■



En signe de solidarité avec la communauté musulmane de Québec, des centaines de personnes ont porté le blanc, le vendredi 3 février dernier au Cégep de Sainte-Foy.

**INOIBIS**

1701, PARC DES SOURCES  
2 PAS DE MAGUIRE, SILLERY

À PARTIR DE **599 000\$** + TX

Cour au sud, 2 unifamiliales.

1560, MONSIEUR-TACHÉ  
SILLERY

À PARTIR DE **569 000\$** + TX

Jumelé et unifamiliale, terrain 160 pi ca de profondeur, cour à l'ouest.

3825 LE CORBUSIER  
STE-FOY

**799 000\$** + TX

Vue entière au fleuve.

3575, CHEMIN ST-LOUIS  
SILLERY

À PARTIR DE **499 000\$** + TX

Jumelé et unifamiliale, vue fleuve.

**Unité modèle à visiter 418 263-8682**

CONSTRUCTION  
**RANGER** inc.  
ENTREPRENEUR GÉNÉRAL

MENUISERIE R.B.Q. : 8111-1468-33

# Joliette Trân devient maître en Taekwon-Do

YVON GIROUX

redaction@journal-local.ca

**Joliette Trân a accédé au titre de maître (ceinture noire 7<sup>e</sup> degré) en Taekwon-Do après avoir fait la démonstration de ses compétences devant un jury composé des grands maîtres Hector Marano (Argentine), Ung Kim Lan (Allemagne), Paul Weiler (Allemagne) et maître Clint Norman (Canada). Cet examen a eu lieu à Shawinigan dans le cadre d'un séminaire donné par le comité technique de l'International Taekwon-Do Federation (ITF). M<sup>me</sup> Trân, qui suit les traces de son père Trân Triêu Quân, pratique le Taekwon-Do ITF depuis 35 ans et est instructeur depuis 24 ans. Elle est la fondatrice et directrice du centre de Taekwon-Do Trân Fusion.**

Ce passage au titre de maître exige la maîtrise d'habiletés techniques, une connaissance approfondie des éléments qui composent la pratique du Taekwon-Do et des compétences en enseignement. Comme les membres du jury l'ont rappelé à M<sup>me</sup> Trân, le rôle du maître est de transmettre par les gestes et les paroles les valeurs et les techniques du Taekwon-Do. « Lorsqu'on devient maître, les gens vous observent davantage et vous avez la responsabilité de donner le meilleur exemple qui soit », mentionnait grand maître Paul Weiler.

« C'est un honneur d'être reconnue par des grands maîtres en Taekwon-Do. C'est un accomplissement de pratiquer un art martial aussi longtemps. C'est une fierté

de poursuivre le développement de ce que mon père m'a légué. Le Taekwon-Do m'a beaucoup apporté à travers les rôles d'élève, de compétiteur, de membre d'une équipe de démonstration, d'instructeur et de directrice d'un centre. J'ai pu développer une bonne forme physique, des relations humaines, des compétences variées, un ensemble de valeurs et une confiance dans mes capacités. C'est maintenant ma responsabilité d'offrir à d'autres la possibilité de profiter des bienfaits du Taekwon-Do en formant des instructeurs et en développant des programmes novateurs qui permettent à tous de le pratiquer. Des programmes pour des gens de 50 ans, de 70 ans ou pour des enfants avec des difficultés motrices. », raconte M<sup>me</sup> Trân à la suite de son examen.

Fille de grand maître Trân Triêu Quân, M<sup>me</sup> Trân pratique le Taekwon-Do depuis 1981 et est instructrice depuis 1992. Elle a participé à des championnats du monde (Moscou 1993, Buenos Aires 1999, Varsovie 2002). Elle a également travaillé au développement du programme pédagogique du Do (enseignement des cinq valeurs fondamentales du Taekwon-Do) de la ITF (International Taekwon-Do Federation).

M<sup>me</sup> Trân est ergothérapeute depuis 1998 et a travaillé 10 ans à l'Hôtel-Dieu-de-Lévis comme clinicienne dans les départements de médecine physique et de psychiatrie. Elle détient une maîtrise en santé communautaire orientée vers l'organisation et l'évaluation des services de santé. Depuis 2009, elle se consacre à temps plein à l'enseignement du Taekwon-Do. ■



Les athlètes ayant participé aux examens.



Joliette Trân a accédé au titre de maître (ceinture noire 7<sup>e</sup> degré) en Taekwon-Do après avoir fait la démonstration de ses compétences.



Le séminaire a attiré de très nombreux athlètes.

## Collège Frontière ULaval célèbre deux décennies de promotion de la lecture et de l'alphabétisation

(YG) Le Collège Frontière de l'Université Laval fête sa vingtième année! Cela fait déjà deux décennies que cette association étudiante s'implique dans sa communauté en y faisant la promotion de la lecture et de l'alphabétisation. L'organisme a tenu récemment à souligner cet accomplissement, lors d'une soirée au café le Fou Aéliés.

D'abord nommée « Collège Frontière, des étudiantes et étudiants alphabétiseurs à l'Université Laval », l'association a raccourci son nom au cours des années 2000. Dès sa fondation, les bénévoles étudiants de l'Université Laval ont animé des cercles de lecture dans des écoles primaires de la basse-ville de Québec et fait du tutorat individuel en français auprès de personnes faiblement alphabétisées et de familles immigrantes.

Cette année, une centaine de bénévoles de Collège Frontière œuvrent au sein de programmes de tutorat individuel, d'aide aux devoirs, de tentes de lecture ainsi que de cercles de lecture destinés aux enfants de 0 à 5 ans, de même qu'à des jeunes de divers HLM de la ville. L'association a d'ailleurs été reconnue, en septembre dernier, par Forces Avenir qui a décerné à son programme de « cercles de lecture HLM » le titre de lauréat provincial dans la catégorie « Société, communication et éducation ».

Actuellement, au Québec, un peu moins de la moitié des adultes âgés de plus de 16 ans atteignent un niveau de lecture leur permettant de décoder des textes relativement longs et denses. Pour plus de renseignements ou pour devenir bénévole : 418 656-2131, poste 4777 ou ULaval@frontiercollege.ca ou www.collegefrontiere.ca ■



De gauche à droite : M<sup>me</sup> Joannie Lalancette, présidente de l'association étudiante Collège Frontière à l'Université Laval, M<sup>me</sup> Joëlle Marion, coordonnatrice communautaire à Collège Frontière, régions de Québec et Sherbrooke, M<sup>me</sup> Marilyn Lapointe, TS, organisatrice communautaire au sein de l'Office municipal d'habitation de Québec, et M. Jean-Denis Côté, attaché politique du député de Jean-Talon et ministre Sébastien Proulx.

# La Caisse de Sainte-Foy remet des denrées fraîches aux responsables des comptoirs alimentaires du territoire

YVON GIROUX

redaction@journal-local.ca

La Caisse Desjardins de Sainte-Foy a procédé à l'achat de denrées fraîches, en collaboration avec la Coop de Ste-Foy de Place des Quatre-Bourgeois, pour les remettre à divers organismes du secteur. Par la suite, les bénévoles de ceux-ci ont procédé à la distribution de ces denrées à de nombreuses familles du secteur.

Dans le cas de la Société Saint-Vincent de Paul – Conférence Saint-Mathieu, le montant octroyé est lié à leur Guignolée de Noël, d'où l'ensemble des sommes amassées a servi à aider une cinquantaine de familles provenant des paroisses Saint-Mathieu et Saint-Denys-du-Plateau. ■



M. Raymond Lapointe, directeur général de la Coop de Ste-Foy, M<sup>me</sup> Josée Brousseau, collaboratrice, direction et communications à la Caisse Desjardins de Sainte-Foy, M. Jean Gagnon, M<sup>mes</sup> Françoise Simard-Gagnon, Conférence Sainte-Genève de la Société Saint-Vincent-dePaul et Marie-Claude Arsenault, conseillère stratégique en communication de la Caisse Desjardins de Sainte-Foy.



M. Raymond Lapointe, directeur général de la Coop de Ste-Foy, M<sup>mes</sup> Isabelle Andesse, de la Conférence Saint-Ursule de la Société Saint-Vincent-de-Paul, Josée Brousseau, collaboratrice, direction et communications à la Caisse Desjardins de Sainte-Foy et Marie-Claude Arsenault, conseillère stratégique en communication de la Caisse Desjardins de Sainte-Foy.



MM. Raymond Lapointe, directeur général de la Coop de Ste-Foy, Michel Bouffard, du Comptoir alimentaire, M<sup>mes</sup> Josée Brousseau, collaboratrice, direction et communications à la Caisse Desjardins de Sainte-Foy, Marie-Claude Arsenault, conseillère stratégique en communication Caisse Desjardins de Sainte-Foy, et M. Renaud Blais, du Comptoir alimentaire.



M. Raymond Lapointe, directeur général de la Coop de Ste-Foy, M<sup>mes</sup> Mariette Girouard, de la Conférence Notre-Dame-de-Foy et Saint-Jean-Baptiste de la Société Saint-Vincent-de-Paul Marie-Claude Arsenault, conseillère stratégique en communication Caisse Desjardins de Sainte-Foy et Josée Brousseau, collaboratrice, direction et communications à la Caisse Desjardins de Sainte-Foy.



M<sup>me</sup> Marie-Claude Arsenault, conseillère stratégique en communication Caisse Desjardins de Sainte-Foy et M. Réal Camiré, président Société de Saint-Vincent de Paul Conférence Saint-Mathieu. La Caisse a remis une somme destinée à garnir les paniers de Noël de leurs bénéficiaires.

www.derochebelle.qc.ca

**École  
secondaire  
De Rochebelle**

# PÉRIODE D'INSCRIPTION

## 20 FÉVRIER AU 3 MARS 2017

POUR INFORMATION : (418) 652-2167 #2551

Programme d'éducation internationale

Programme Monde et passions

Concentration basketball  
Accessible aux élèves du PEI et du programme Monde et passions

## De Rochebelle en mode 3D

Depuis novembre, le nouveau club d'impression 3D de l'école s'active à mettre en place le local d'impression 3D. Grâce à la contribution de 4 000 \$ du fonds d'aide au milieu de la Caisse Desjardins de Sainte-Foy, l'école a pu acheter trois imprimantes 3D et plusieurs types de filaments utilisés pour l'impression. Le projet se déroule en trois phases : l'implantation du club, l'utilisation de l'impression 3D en classe et la création d'activités parascolaires. Vous pouvez suivre les aventures du club au [www.3drochebelle.com](http://www.3drochebelle.com). Ce site est mis à jour par les élèves du club et l'enseignant responsable du projet. Vous avez un projet à faire imprimer, contactez-nous!



Quelques objets imprimés dans l'une des imprimantes

## Nouveau programme Monde et passions

Depuis le début de l'année, les élèves de notre nouveau programme Monde et passions ont eu l'occasion de vivre diverses expériences enrichissantes. Rappelons que ce nouveau programme vient mettre en valeur les forces de l'école à travers l'enseignement dispensé aux élèves. En parallèle avec les matières à l'étude, l'élève aura l'opportunité de s'ouvrir sur le monde qui l'entoure, tout en développant une passion qui façonnera son parcours au secondaire. Voyez tous les détails de ce programme et les activités réalisées sur notre site Internet.



# Marcher pour témoigner son appui aux Québécois touchés par le cancer

(YG) En raison du succès de la première édition du Défi 200 km sur le chemin des Sanctuaires, la Fondation québécoise du cancer offre, cette année encore, à des marcheurs la possibilité de sillonner les routes du Québec afin de témoigner leur appui aux femmes et aux hommes touchés par le cancer. Du 3 au 11 juin 2017, une vingtaine de personnes sont donc invitées à prendre la route qui mène de Trois-Rivières à Sainte-Anne-de-Beaupré et à amasser des fonds qui permettront à la Fondation de poursuivre son engagement auprès de tous ceux dont la vie est ébranlée par la maladie.

En juin dernier, ils étaient une quinzaine à avoir relevé ce défi qui allie dépassement personnel et philanthropie. Pour M. Donald Fournier, dont la conjointe est décédée du cancer, la route a pris un autre sens. Cette marche de 200 km a été en quelque sorte un hommage à sa mémoire et à son courage. « J'étais heureux de pouvoir vivre cette expérience enrichissante et de contribuer concrètement au bien-être des personnes

touchées par le cancer », ajoute l'homme originaire de la région de Québec.

Pour cette autre participante de la Mauricie, M<sup>me</sup> Ghislaine Tessier, c'est le projet de marche qui a d'abord capté son intérêt. « L'idée de vivre un Compostelle, mais ici au Québec, m'a séduite. Accomplir ce défi tout en permettant à des personnes de mieux vivre avec le cancer, c'était encore mieux. Cela me motivait davantage à réaliser cette aventure qui allait faire du bien à ceux qui vivent des moments difficiles », souligne M<sup>me</sup> Tessier. Au cours de son parcours, cette marcheuse a rencontré quelques difficultés, mais elle s'est inspirée de la détermination des personnes touchées par le cancer pour poursuivre son chemin. « Faire ce défi pour la cause m'a propulsée vers l'avant », renchérit-elle.

Le trajet de 200 km traversera la Mauricie et la région de Portneuf et offrira aux marcheurs des paysages à couper le souffle : cours d'eau, champs, villages pittoresques, vues spectaculaires, points d'intérêt de toutes sortes.

« J'ai été touché par l'accueil que nous avons reçu dans les divers villages. C'était impressionnant de voir des communautés entières se rassembler pour nous souhaiter la bienvenue. Parfois, le maire et les conseillers municipaux étaient là! », déclare M. Fournier.

Les deux anciens participants sont unanimes sur ce qu'ils ont vécu à la fois intérieurement et avec les autres marcheurs. L'expérience est aussi un voyage en soi qui favorise la réflexion et l'introspection. Il est rare, dans nos rythmes de vie effrénés, de prendre du temps pour faire le point.

Avec les autres participants, ils ont aussi eu de beaux moments de partage et de complicité. « Le soir, on se retrouve et on discute ensemble de notre trajet du jour. Certaines journées sont plus faciles, d'autres, plus difficiles. Le groupe s'entraide et s'encourage. Une belle chimie s'est installée entre nous », ajoute M<sup>me</sup> Tessier.

Marcher 200 km en neuf jours demande une préparation autant matérielle que

physique. « La Fondation s'assure que chacun et chacune peut profiter pleinement du voyage, c'est pourquoi nous prenons en charge le transport des bagages durant le jour, l'hébergement, les repas et bien plus encore! Nous les guiderons également tout au long de leur projet en donnant des trucs et des conseils sur la collecte de dons, l'entraînement physique et l'achat d'équipement. Nos kinésiologues peuvent même leur élaborer un programme de mise en forme », souligne M<sup>me</sup> France Locas, directrice du Centre régional de Québec et Services Info-cancer de la Fondation québécoise du cancer.

Pour en savoir plus sur le Défi 200 km sur le chemin des Sanctuaires ou pour vous inscrire, veuillez communiquer avec M<sup>me</sup> Suzanne Létourneau au 1 800 363-0063 ou à sletourneau@fqc.qc. Faites vite, les places sont limitées! Fondation québécoise du cancer granddefoulement.ca | 1 800 363-0063 ■



En juin dernier, ils étaient une quinzaine à avoir relevé ce défi qui allie dépassement personnel et philanthropie.



Le trajet de 200 km traversera la Mauricie et la région de Portneuf et offrira aux marcheurs des paysages à couper le souffle : cours d'eau, champs, villages pittoresques, vues spectaculaires, points d'intérêt de toutes sortes.

## La Recharge.ca acquiert Rubilog

(YG) La Recharge.ca vient de faire l'acquisition de Rubilog, une véritable référence en matière d'articles d'impression depuis près de 30 ans dans la région de Trois-Rivières.

Le principal objectif de cette transaction est d'offrir toujours un meilleur service et des prix encore plus compétitifs. D'ailleurs, le nom Rubilog continuera à être utilisé et le propriétaire, Louis Hamel, œuvrera au sein de l'entreprise afin d'assurer une transition harmonieuse, mais également pour faire profiter La Recharge.ca

de sa vaste expérience dans le domaine. M. Hamel jouera un rôle de consultant externe pour les trois actionnaires de l'entreprise, Martin Delarosbil, Pascal Tanguay et Jean-Pierre Gagnon.

Ce regroupement permettra d'augmenter le pouvoir d'achat et ainsi conférera la possibilité d'offrir des prix toujours plus avantageux aux clients. Tout ceci sans compter que l'entreprise pourra jumeler le savoir-faire et l'expérience des deux entreprises dans le but de continuellement améliorer la qualité du service. ■



MM. Louis Hamel, Martin Delarosbil, Pascal Tanguay, Jean-Pierre Gagnon.



## RELEVEZ LE DÉFI! 200 km sur le Chemin des Sanctuaires

**Du 3 au 11 juin 2017**

**Vivez une expérience unique et enrichissante!**

Marchez 200 km sur le Chemin des Sanctuaires, entre Notre-Dame-du-Cap et Sainte-Anne-de-Beaupré, et soutenez les personnes atteintes de cancer et leurs proches en amassant des fonds pour la Fondation québécoise du cancer.

**Seulement 20 places disponibles. Inscrivez-vous dès maintenant!**

Suzanne Létourneau  
1 800 363-0063  
sletourneau@fqc.qc.ca

Ce défi s'inscrit dans le cadre du  
Grand défolement contre le cancer  
granddefoulement.ca

 Fondation  
québécoise  
du cancer

# UN TRÈS GROS *Merçi*



## AUX RESTAURATEURS ET AUTRES COMMERÇANTS DE SAINTE-FOY ET DE L'ANCIENNE-LORETTE

La Guignolée des citoyens de Québec sous le leadership du Cercle citoyen au cœur de Sainte-Foy remercie chaleureusement les différents restaurateurs et autres commerçants de Sainte-Foy et Ancienne-Lorette.

En acceptant le passage de nos bénévoles « guignoleux » dans vos locaux avant Noël, vous nous permettez de financer de façon autonome nos activités à l'endroit des familles exclues ou restreintes dans leur consommation matérielle. **Merçi encore !**

Merçi de tout cœur. Un merci particulier aux personnes qui nous félicitent et croient que nos actions sont utiles voir essentielles.

### **Bistro La Cohue**

3440, Quatre Bourgeois

### **Restaurant Pacini 4-Bourgeois**

Place des 4-Bourgeois

### **Café au Temps Perdu**

867, avenue Myrand

### **Restaurant Il Matto, Sainte-Foy**

850, avenue Myrand

### **La Casa Mexicana**

853b, avenue Myrand

### **Cactus bar à bières**

814, avenue Myrand

### **3 restaurants Normandin**

2500, chemin Sainte Foy

5146, boul. Hamel ouest

Place de la Cité

### **Dooly's Sainte-Foy Duplessis**

3291, chemin Sainte-Foy

### **Casa Grecque**

3291, chemin Sainte-Foy

### **Restaurant Le Momento**

2480, chemin Sainte-Foy

### **Restaurant St-Germain**

2750, chemin Sainte-Foy

### **Tapis Vert Sainte-Foy**

2323, du Versant nord # 210

### **Chocolato**

2327, du Versant nord

### **Boston Pizza**

1345, route de l'Aéroport

### **Thaïzone, Pyramide**

2360, chemin Sainte-Foy

### **Hola Grill Mexicain, Pyramide**

2360, chemin Sainte-Foy

### **Frit's Burgers et poutines, Pyramide**

2360, chemin Sainte-Foy

### **Shaker Cuisine & Mixologie, Pyramide**

2360, chemin Sainte-Foy

### **Brûlerie Sainte-Foy**

2480, chemin Sainte-Foy

### **Rôtisserie St-Hubert**

2905, boul. Laurier

### **La Fenouillère**

3100, chemin St-Louis

### **Ristorante Michelangelo**

3111, chemin St-Louis

### **Resto Le Manoir, Sainte-Foy**

3077, chemin St-Louis

### **Piazzetta Saint-Louis**

3100, rue de la Forest

### **Cosmos Laurier**

2813, boul. Laurier

### **2 Chez Victor burger gourmet**

2875, boul. Laurier

L'Ancienne-Lorette, 5079, boul. Hamel

### **Paris Grill**

2820, boul. Laurier

### **Les cafés Starbucks, Germain-des-Prés**

1200, avenue Germain-des-Prés

### **Bâton Rouge**

Place Sainte-Foy

### **Au Petit Coin Breton**

2600, boul. Laurier

### **Le Flash Bistro-Resto**

2600, boul. Laurier

### **Portofino Club Italien**

965, de l'Église

### **Restaurant Au Vieux Duluth**

5079, boul. Hamel ouest

### **Rascal Steakhouse & Bar**

5050, boul. Hamel

### **2 Tim Hortons, L'Ancienne-Lorette**

5079, boul. Hamel

6095, boul. Hamel

### **Restaurant Tomas Tam**

5233, boul. Hamel

### **Québec Broue, L'Ancienne-Lorette**

6075, boul. Hamel

### **Restaurant Général Tao**

7150, boul. Hamel ouest

### **Hôtel Québec Inn**

7175, boul. Hamel

### **Jardin de Tang**

7272, boul. Hamel ouest

### **Restaurant Scores, Sainte-Foy**

1160, autoroute Duplessis

### **Archibald Microbrasserie Restaurant**

1240, autoroute Duplessis

En 2016, le Cercle citoyen au cœur de Sainte-Foy a contribué à l'organisation et à la réalisation du Salon du communautaire tenu en octobre.



Les fonds accumulés lors de la guignolée 2016, par les guignoleux de la Guignolée des citoyens de Québec en collaboration avec Michel Bouffard et Renaud Blais, respectivement trésorier et président fondateur, nous permettront en 2017, de financer l'achat tout au long de l'année du lait pour toutes les utilisateurs du Comptoir alimentaire citoyen de Sainte-Foy centre (près de 6 000 \$).

Nous organiserons et financerons entièrement une « fête à sucres ». Ce type d'activité permet aux « nouveaux citoyens québécois » de vivre une riche expérience d'intégration culturelle. De plus, nous contribuerons à de nombreuses activités bénéfice de groupes de Sainte-Foy, en participant à leurs activités de financement.



## Yulife nommée lauréat 2016 du Prix Innovation en alimentation, catégorie Jus et boissons

À l'aube de célébrer son premier anniversaire, la boisson Yulife s'est vu décerner le Prix Innovation en alimentation pour un produit nouveau ou amélioré dans la catégorie « Jus et boissons » lors de l'Événement Marketing du Conseil de la transformation alimentaire du Québec (CTAQ) qui avait lieu le 23 novembre dernier. Le concours Prix innovation en alimentation permet de reconnaître les entreprises qui se distinguent, par leurs efforts et leur créativité, dans une industrie où l'innovation joue un rôle d'importance.



Mathieu Turgeon et Félix Nunez, copropriétaires Yulife.

## Outgo : un nouveau site Web offrant des expériences exclusives à Québec



Le site Web OUTGO.

OUTGO, un site Web proposant une multitude d'offres sur mesure et de forfaits-cadeaux à valeur ajoutée, vient de voir le jour à Québec. Plus qu'un site transactionnel, OUTGO veut faire vivre à ses clients des expériences exceptionnelles, inédites, que ce soit dans les restaurants de la ville ou pour des activités, soins et séjours à Québec. Sous ces quatre catégories, OUTGO regroupe déjà une vaste sélection (400) de services et d'activités personnalisés parmi lesquelles le public local ou touristique peut choisir selon ses intérêts et son budget.

## Bougeotte & Placotine accouchera bientôt d'un troisième centre à Saint-Nicolas!

Le seul centre spécialisé dans la mise en forme périnatale à Québec, Bougeotte & Placotine, fait des petits et ouvrira son troisième centre sur la Rive-Sud, à Saint-Nicolas, en janvier 2017! Grâce à un investissement de 80 000 \$, c'est dans le Complexe Santé Lévis-Les-Rivières (809, route des Rivières) qu'un nouveau local de 2000 pieds carrés sera érigé et proposera deux salles de cours et un grand espace détente, pour le plus grand confort des actuelles ou futures mamans actives!



Le centre Bougeotte & Placotine.

## La Fromagerie L'Ancêtre remporte plus de 20 prix pour ses beurres et fromages bios

C'est avec une immense fierté que la Fromagerie L'Ancêtre annonçait récemment avoir gagné plus de 20 prestigieux prix pour ses produits laitiers bio de qualité supérieure entièrement produits à partir de lait biologique d'ici! Il est ici question de 23 prix pour dix produits de L'Ancêtre qui ont tous été remportés en moins de deux mois grâce à trois concours canadiens et internationaux. Cheddars, beurres, parmesan et emmental ne sont que quelques-uns des produits de L'Ancêtre qui ont été récompensés pour leur goût unique!



Quelques-uns des produits gagnants.

## La collection de bijoux Rêves d'enfants disponible chez WR Savard - Bijoutier Joaillier Diamantaire

Depuis début novembre, WR Savard – Bijoutier joaillier Diamantaire propose à sa clientèle la jolie collection de bijoux de la Fondation Rêves d'enfants. Une place de choix lui est même réservée dans la vitrine de la boutique du chemin Saint-Louis en permanence! Ce sont trois ensembles de bijoux différents, aux motifs naïfs et incluant chaîne, pendentif et boucles d'oreilles en argent sterling, qui sont présentés au prix de base de 100 \$ (également disponibles en or). En plus de se procurer une parure magnifique ou de l'offrir en cadeau, chaque acheteur aura la satisfaction d'avoir fait une bonne action puisque 50 \$ par ensemble seront remis à Rêves d'enfants.



La collection de bijoux Rêves d'enfants.

## La boutique JURA de Québec souffle sa 1<sup>re</sup> bougie!

C'est lors d'un cocktail très couru que l'équipe de l'unique boutique JURA de Québec a soufflé sa première bougie devant médias, clients et amis. La boutique et ses propriétaires célébraient en effet leur première année d'existence. Voisin du Café Sobab, également propriété de la famille Babos, la boutique JURA est un espace contemporain, épuré, luxueux et chic mais tout à fait chaleureux et accueillant, qui se spécialise dans la vente des fameuses machines à café réputées à travers le monde ainsi que de ses accessoires haut de gamme.



Le gâteau pour le 1<sup>er</sup> anniversaire de la Boutique JURA.

## La Fondation La Capitale groupe financier devient un partenaire précieux pour la Fondation Cap Diamant

La Fondation Cap Diamant, vouée au maintien à domicile des personnes âgées isolées et démunies financièrement, peut maintenant compter sur le soutien de la Fondation La Capitale groupe financier. M<sup>me</sup> Marie-Josée Guérette, vice-présidente exécutive aux affaires corporatives à La Capitale, accompagnée de M. Jean-Louis Bazin, président du conseil d'administration de la Fondation Cap Diamant, ont en effet conclu une entente confirmant ce nouveau partenariat. Une somme de 15 000 \$ est remise à la Fondation pour soutenir sa mission.



M. Jean-Louis Bazin, président du conseil d'administration de la Fondation Cap Diamant et M<sup>me</sup> Marie-Josée Guérette, vice-présidente exécutive aux affaires corporatives à La Capitale groupe financier.

## Lancement de la nouvelle image de marque - JFLarouche Agence de publicité devient Larouche Marketing Communication



Le 16 novembre dernier fut lancée en grande primeur la nouvelle image de marque, la nouvelle offre de services et le nouveau site Web de Larouche Marketing Communication, qui atteint tout juste son 20<sup>e</sup> anniversaire qui sera souligné de manière significative en 2017 de différentes façons. Larouche Marketing Communication se décline désormais en trois grandes divisions d'affaires : Larouche B2B, Larouche AGRO et Larouche B2C. L'agence propose à sa clientèle des services spécialisés en marketing et communication.

En haut : Pierre-Antoine Lavoie, conseiller Stratégie Marketing et chargé de projet; Charles-Hubert Déry, comptable; Jean-François Larouche, président; Bernard Dagenais, directeur de contenu et stratège Web; Étienne Lejeune, infographie; Mayli-Anne Hébert, conceptrice graphique et publicitaire; Cyril Hébert-Tremblay, intégrateur Web et programmeur informatique; Laurent Decottegnie, développeur Web. En bas : Raynald Lafamme, designer graphique; Juannie Brisson, chargée de projet; Edith Nadeau-Bolduc, recherchiste et analyste Marketing; Myriam Larouche, chargée de projet et directrice des services administratifs; Céline Kirouac, directrice générale.

# Un élève du Collège Stanislas sélectionné pour jouer dans l'orchestre des lycées français du monde

(YG) Chrystopher Lang, élève de 4<sup>e</sup> (3<sup>e</sup> secondaire) au Collège Stanislas de Québec et trompettiste au Conservatoire de musique de Québec, vient d'être choisi pour intégrer l'Orchestre des lycées français du Monde, un projet artistique fédérateur initié par l'Agence pour l'enseignement français à l'étranger (l'AEFE). Chrystopher représente le Collège Stanislas ainsi que la zone Amérique du Nord de l'AEFE lors d'une tournée internationale débutant au Vietnam, à Ho-Chi-Minh-Ville, et se terminant en France, à Paris.

Des auditions ont eu lieu au mois d'octobre dernier pour constituer cet orchestre de quarante jeunes musiciens du monde entier appartenant au réseau mondial de l'AEFE (Amérique du Nord, Europe, Asie, Afrique). « Je trouve que c'est une chance extraordinaire pour moi de découvrir de nouvelles villes, de nouveaux camarades du monde entier. Jouer dans des salles prestigieuses devant un public est un vrai challenge ! », mentionne Chrystopher Lang.

Initié à la musique très jeune grâce à sa mère, Chrystopher Lang découvre d'abord le violoncelle et le piano, ainsi que le chant qu'il mettra en pratique dans la chorale des Petits Chanteurs de Charlesbourg. Aujourd'hui, son instrument de prédilection est la trompette qu'il affectionne depuis trois ans. Il a participé en été 2016 au camp musical le New England Music Camp aux États-Unis pour pouvoir acquérir une expérience d'orchestre symphonique.

Fondé en 2015 à l'occasion du 25<sup>e</sup> anniversaire de l'AEFE, l'Orchestre des lycées

français du Monde est un orchestre international composé de jeunes musiciens et d'élèves du secondaire au collégial. Dirigée par Adriana Tanus, enseignante au Lycée français de Madrid, la jeune formation est étroitement associée à la chorale des collégiens de Marcoussis, en France. Cette « Jeune Planète Musique » bénéficie du soutien de Radio France, avec le parrainage de la journaliste de France Inter, Elsa Boubilil, et de cinq musiciens de l'Orchestre philharmonique de Radio France, lesquels accompagnent les jeunes concertistes dans leur apprentissage des œuvres du répertoire français et francophone. ■



Chrystopher Lang vivra une expérience musicale et de vie exceptionnelle, entouré de musiciens et de camarades tout aussi passionnés et talentueux que lui.

Formation continue et service aux entreprises

POSSIBILITÉ D'AIDE FINANCIÈRE

## PROGRAMMES DE FORMATION

TITRE	DÉBUT	DÉTAILS
Courtage immobilier résidentiel	20 février	Formation de jour
Gestion des stocks	1 <sup>er</sup> mai	Excellent taux de placement
Gestion immobilière	18 mai	Programme unique à Québec

**Cours à temps partiel**

WordPress intermédiaire	22 février	
MS Project	28 février	
Évaluation et sélection de fournisseurs	9 mars	
Décoder le langage non-verbal	14 mars	

**Reconnaissance des acquis et des compétences (RAC)**  
Sécurité / Bureautique / Transport / Gestion des stocks / Ressources humaines / Approvisionnement / Administration

SÉANCE D'INFORMATION OBLIGATOIRE **28 février à 18 h 30**

INSCRIPTION, INFORMATION ET CONDITIONS D'ADMISSION  
**418 687-5851**

# PROGRESSEZ

DÉVELOPPEZ VOS COMPÉTENCES

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

# De nouveaux diplômés à l'Académie des arts martiaux du Québec

JACQUES BÉLANGER

redaction@journal-de-ste-foy.ca

L'Académie d'arts martiaux du Québec a récemment procédé à un examen de taekwondo. Selon M. Frédéric Métivier, directeur de l'académie, plusieurs élèves ont été évalués.

« L'examen a débuté à 13 h et s'est terminé à 20 h. Il y avait plusieurs épreuves à l'ordre du jour, dont des exposés oraux, une période d'échauffement, des séquences fondamentales et des techniques d'autodéfense, sans oublier, bien sûr, des combats et des techniques de cassage. » ■



Dans l'ordre habituel, M. Frédéric Métivier, 2<sup>e</sup> dan de Taekwondo et directeur de l'Académie des arts martiaux du Québec, M<sup>me</sup> Michelle Compofredo, 4<sup>e</sup> dan, instructeur-chef de Taekwondo, MM. Pierre-Olivier Lachance, 3<sup>e</sup> dan et Guillaume Lachance, 1<sup>er</sup> dan, quelques-uns des diplômés.

Six adeptes de 57 à 66 ans

## Obtenir sa ceinture noire de Taekwon-Do à plus de 50 ans

(YG) Six adeptes de Taekwon-Do âgés entre 57 et 66 ans ont passé avec succès leur examen pour l'obtention de la ceinture noire. Cette journée d'examen était le point culminant d'une longue préparation qui s'est intensifiée dans les derniers mois. Ces six adeptes, qui pratiquent le Taekwon-Do à Trân Fusion, ont fait voler en éclat les préjugés entourant les capacités physiques des personnes de plus de 50 ans. Les spectateurs présents ont pu prendre la mesure de leur énergie, de leur concentration et de leur maîtrise de soi.

Pour certains d'entre eux, l'obtention d'une ceinture noire est la réalisation d'un rêve de longue date qui avait été mis de côté en raison des responsabilités familiales et professionnelles. C'est le cas de Maryse Lemieux qui ne se doutait pas qu'elle pourrait réaliser ce rêve dans la soixantaine. Ce rêve a pu être remis à l'avant-plan grâce à Trân Fusion dont les instructeurs sont formés pour accompagner des adultes de

plus de 50 ans dans cette voie exigeante qui mène à la ceinture noire. D'autres, comme Céline Tremblay et Jean Ferland, n'avaient jamais imaginé pratiquer un jour un art martial. Et maintenant, ils ne peuvent pas envisager cesser le Taekwon-Do qui leur a permis de maintenir et développer leurs capacités physiques et mentales. Ils ont même participé à une compétition internationale en octobre dernier en Hongrie. « Les nombreuses heures de pratique qui ont précédé l'examen pour la ceinture noire m'ont permis de consolider ma technique, de renforcer des liens d'amitié, d'aiguiser mes réflexes et mon attention et surtout de confirmer ma passion pour le Taekwon-Do » mentionnait Céline Tremblay après son examen.

Ces adeptes de plus de 50 ans sont une source d'inspiration et de motivation pour les plus jeunes qui pratiquent le Taekwon-Do à Trân Fusion. Ils sont également une source de fierté pour leur famille et

plus particulièrement pour leurs petits-enfants dont certains font aussi du Taekwon-Do à Trân Fusion. Le Taekwon-Do devient alors un pont entre les générations.

C'est le cas pour Roger Fortin, dont le fils et la petite-fille pratiquent également le Taekwon-Do. ■



Joliette Trân, Anne-Sophie Desautels, Maryse Lemieux, Suzanne Côté, Thierry Desharnais, Céline Tremblay, Danielle Lebel, Jean Ferland, Roger Fortin, Nicolas Trân.

## Défi de la Capitale 2016 : les Caravelles U12M A Sainte-Foy-Sillery connaissent une excellente performance

(YG) Lors du récent Défi de la Capitale, les Caravelles U12M A ont mérité une médaille d'argent malgré un parcours (presque) parfait s'inclinant seulement en fusillade lors de la finale.

Grâce à une prestation magistrale, ils ont pris le premier rang des phases éliminatoires et se sont attiré les éloges des entraîneurs et joueurs des équipes adverses en raison de

leur jeu inspiré, de leur caractère et de la solidité des liens du groupe.

« Ils ont démontré leur dévouement en atteignant un nouveau sommet dans leur jeu collectif et en donnant tout sur le terrain. Tout le mérite leur revient », note avec satisfaction, l'entraîneur Charles Gélinas. Malgré la déception, c'est avec grande fierté qu'ils ont pris possession de leur médaille d'argent. ■



Rangée du bas : Alexis Thibault, Matis Lizotte, Antoine Poudrier, Louis-Félix Toupin, Tristan Martin (A), Juan Sébastien Mendez Tannure. Rangée du haut : Nicolas Lacoste-Fortin (A), Tristan Moreau-Imbeault (C), Vincent Perron, Omar Guemri, Loïc Gagné, Mustapha Boutaleb. Absents du tournoi : Thomas De Winter (C) et Amdjed Bouguettouche.

## 150 personnes assistent à la fête de Noël du Club de soccer des Caravelles de Sainte-Foy-Sillery

(YG) Un peu plus de 150 personnes ont participé à la fête de Noël du Club de soccer des Caravelles de Sainte-Foy-Sillery. Grâce à un mini-match et au lancer de peluches, ils ont récolté trois sacs de peluches qui ont été remis à Réno Jouets. Des boissons et des collations étaient remis gratuitement aux jeunes. Des mini-matchs parents et enfants étaient aussi au menu. ■



Un peu plus de 150 personnes ont participé à la fête de Noël du Club de soccer des Caravelles de Sainte-Foy-Sillery.

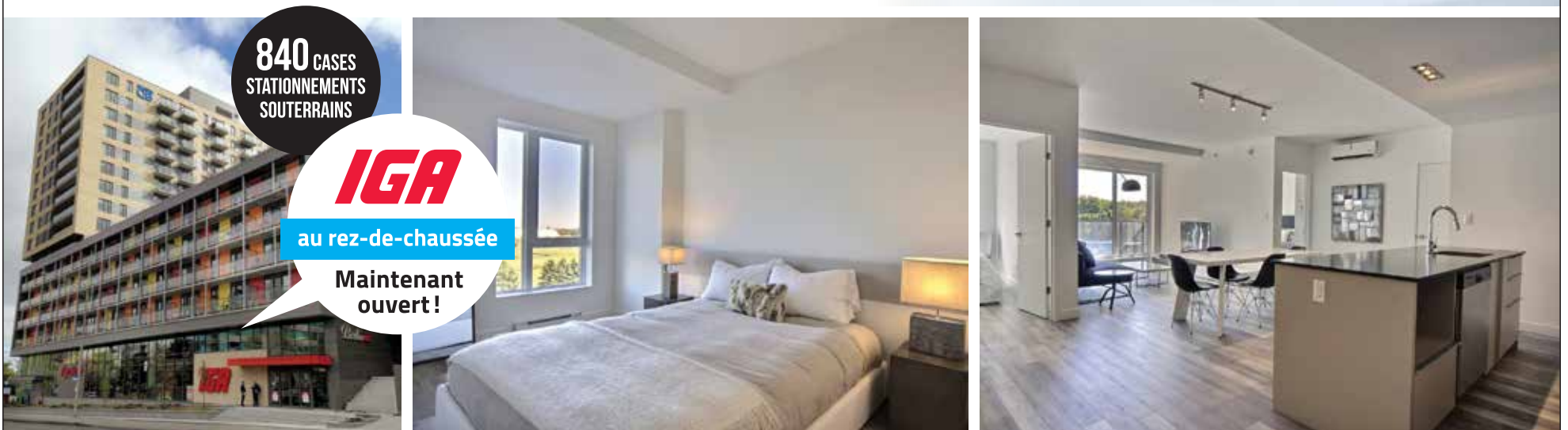


Petits et grands ont bien apprécié les activités offertes.

# QUARTIER QB

UN COMPLEXE LOCATIF DISTINCTIF, ABORDABLE, ADAPTÉ À VOS BESOINS :

*Profitez de la vie!*



840 CASES  
STATIONNEMENTS  
SOUTERRAINS

**IGA**

au rez-de-chaussée

Maintenant  
ouvert!

## DÉPLACEMENTS SIMPLES

- Accès privé au **IGA** par le rez-de-chaussée du complexe
- Métrobus à proximité et arrêts au seuil de la porte (parcours 13-94-95)
- Proximité de la cité universitaire, des hôpitaux, des centres commerciaux et autres services

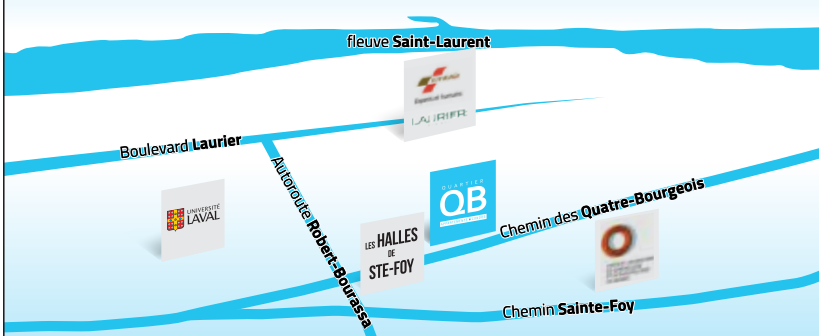
## CONCEPT IMMOBILIER INTELLIGENT

- Électroménagers et unité de climatisation inclus
- Cour intérieure aménagée et privée pour les résidents
- Architecture et espaces optimisés
- Stationnements souterrains + bornes de recharge pour véhicules électriques

## SÉCURITÉ OPTIMISÉE

- Accès contrôlé aux étages
- Puce électronique aux résidents pour déplacements par ascenseurs, aux stationnements et aux aires communes
- Caméras de surveillance

Intersection chemin des QUATRE-BOURGEOIS  
et autoroute ROBERT-BOURASSA



**RÉSERVEZ VOTRE UNITÉ DÈS MAINTENANT!**

MODÈLES OFFERTS Studios • 1/2/3 chambres

**Tour 3** (de 4)  
Mars 2017

DÉJÀ LOUÉ À PRÈS DE 70%

**Tours 1 et 2** (de 4)  
Disponible maintenant  
BIENTÔT COMPLET

Séparation / Sinistre / Séjour Prolongé?  
Vous reloger pour une courte période... c'est facile!

LOCATION AU MOIS

Bureau des locations et unités modèles sur place : 2551, chemin des Quatre-Bourgeois • VISITE SUR RENDEZ-VOUS

418 780.2020 QUARTIERQB.COM   facebook.com/QuartierQB