



La 2^e édition de la Fête de Noël du Club de soccer des Caravelles de Sainte-Foy/Sillery attire une centaine de personnes

page 10



La 35^e édition du tournoi National Bantam Sainte-Foy-Sillery remporte un très bon succès

page 17

CENTRE DE PRÉLÈVEMENTS ET DE SOINS INFIRMIERS AUDREY ROBILLARD

- PRISE DE SANG
- VACCINATION SANTE-VOYAGE
- AUTRES SOINS

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

1510, de la Faune
418 842-6222

Le JOURNAL de Sillery-St-Louis-de-France

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

VITROPLUS / Ziebart
VITRES • ACCESSOIRES • PROTECTION • ESTHÉTIQUE

SAINTE-FOY

CONFORT ET SÉCURITÉ... TOUTE L'ANNÉE!

- Vitres • Accessoires
- Protection • Esthétique
- Attache-remorque
- Démarreurs à distance
- Vente / Installation / Remisage pneus et roues

SAINTE-FOY – 2866, CH. SAINT-LOUIS (angle route de l'Église)
418 650-6996 | vitroplus.com | vitroplusstefoy@videotron.ca



Une récolte de 383 000 \$ pour l'événement Tous ensemble pour le Noël des enfants!

page 6



Des membres de l'École de taekwon-do ITF de la Citadelle participent aux Championnats du monde de taekwon-do en Espagne

page 22



Une journée Chic and Swell mémorable!

page 23



20 000 \$ en bourses d'études remis aux membres jeunesse de la Caisse Desjardins de Sillery-Saint-Louis-de-France

page 5

Desjardins
Caisse Sillery—Saint-Louis-de-France

VOTRE CAISSE, PLUS ACCESSIBLE QUE JAMAIS

« DES EXPERTS COMPLICES DE TOUS VOS PROJETS »

Nos heures d'ouverture*

Siège social 1444, avenue Maguire, Québec (Québec) G1T 1Z3		Centre de services 2900, chemin Saint-Louis, Québec (Québec) G1W 4R7	
Lundi	10 h à 15 h	Lundi	10 h à 16 h
Mardi	10 h à 18 h	Mardi	10 h à 16 h
Mercredi	10 h à 18 h	Mercredi	10 h à 16 h
Jeudi	10 h à 20 h	Jeudi	10 h à 19 h
Vendredi	10 h à 18 h	Vendredi	10 h à 16 h

*Possibilité de rendez-vous à compter de 8 h 30 tous les jours, et jusqu'à 20 h les mardis et les mercredis.
Téléphone : 418 681-3566 • www.caissesillerysaintlouisdelfrance.com



Le groupe Jeunes en action amasse 450 \$ pour l'organisme Réno-Jouets

page 2



Des élèves s'illustrent

page 8

QUÉBEC

NOUVEAU

Jardins Mérici
Vue fleuve, 2 garages intérieurs

SAINTE-FOY

St-Yves
Coquette et hyper compétitif

SAINTE-FOY

St-Louis-de-France
Spacieuse et très fenestrée.
3 cac et 1 bureau

SAINTE-FOY

St-Louis-de-France
Coup de coeur!
Pour les plus exigeants!

Marie-Thérèse Lemay
Courtier immobilier agréé

Une expertise de plus de 30 ans basée sur la confiance, la complicité et la confidentialité.

418 652-2000
www.mtlemay.com

RE/MAX 1^{er} CHOIX MTL

Complice de votre réalité

«Efficacité, conseils judicieux et accessibilité, voilà ce qu'on recherche de notre professionnel des finances pour assurer le succès de notre entreprise.»

GRÂCE À SON
EXPERTISE ET SA
FLEXIBILITÉ À SE
DÉPLACER EN
ENTREPRISE,
MÉLANIE
PEUT COOPÉRER
À RÉALISER
VOS PROJETS.

Mélanie Gosselin
B.A.A., Pl. fin.*,
planificateur
financier



Découvrez un
service prioritaire pour
les chefs d'entreprise

*Planificateur financier
et représentante en
épargne collective pour
Desjardins Cabinet
de services financiers inc.

 **Desjardins**
Caisse Sillery—Saint-Louis-de-France

« DES EXPERTS COMPLICES DE TOUS VOS PROJETS »

www.caissesillerysaintlouisdefrance.com

Des activités pour amasser des fonds pour la Fondation de la Maison Michel-Sarrazin

(YG) Des jeunes organisent des activités pour amasser des fonds pour la Fondation de la Maison Michel-Sarrazin. En voici quelques exemples. ■



Pour son anniversaire, la jeune Clémence Cantin a demandé à son entourage que ses cadeaux soient remis sous forme de dons à la poursuite de l'œuvre de la Maison Michel-Sarrazin. Ce geste philanthropique est pour honorer la mémoire de Mme Linda Malouin, sa professeure. C'est près de 250 \$ qui ont été remis à la Fondation de la Maison Michel-Sarrazin.



De son côté, Félix-Antoine Boucher a initié un dîner hot-dog qui s'est tenu à la cafétéria du Cégep Limoilou à l'automne. Il a remis à Fondation de la Maison Michel-Sarrazin la somme de 763,56 \$.

Le groupe Jeunes en action amasse 450 \$ pour l'organisme Réno-Jouets

(YG) Des participants du groupe Jeunes en action d'Option travail/Carrefour jeunesse-emploi Sainte-Foy ont vu leurs efforts récompensés récemment dans l'organisation d'un souper-spectacle bénéfique qui a permis d'amasser 450 \$ pour l'organisme Réno-Jouets. En effet, le groupe travaillait depuis quatre mois à l'organisation d'un événement visant à ramasser des fonds et à promouvoir cet organisme qui a comme mission d'offrir des jouets usagés et remis à neuf aux enfants dans le besoin. L'événement a eu lieu au centre communautaire de Cap-Rouge et a attiré une cinquantaine de personnes. Le menu proposait des plats savoureux et originaux, et plusieurs artistes sont venus offrir une courte prestation durant la soirée. Ce projet est issu

d'une consultation des membres du groupe et ils ont réalisé chacune des étapes, et ce, sans avoir véritablement d'expérience dans ce domaine.

Jeunes en action est une mesure financée par Emploi-Québec destinée aux 18-24 ans. Elle offre la possibilité à des jeunes adultes d'atteindre leurs objectifs personnels et professionnels grâce à un accompagnement intensif et adapté à leur réalité. Cette mesure a été conçue dans le but d'épauler des personnes plus éloignées du marché du travail dans la réalisation d'un projet d'intégration socioprofessionnelle et se présente sous la forme d'ateliers de groupe et de rencontres individuelles. ■



Des membres du groupe Jeunes en action en compagnie d'Annie Asselin, directrice générale de Réno-Jouets.

La Fondation de la Maison Michel-Sarrazin remet 18 500 \$ en bourses d'études pour soutenir la formation en soins de fin de vie

(YG) La Fondation de la Maison Michel-Sarrazin procédait récemment à la remise de quatorze (14) bourses d'études au Centre de formation professionnelle Fierbourg de Québec dans le cadre de la cérémonie de graduation organisée en l'honneur des finissantes et finissants de l'Attestation d'études professionnelles en soins palliatifs 2013-2014.

Sous la présence d'honneur de Mme Claudette Gagnon-Dionne et de M. Louis Dionne, cofondateurs de la Maison Michel-Sarrazin et créateurs du Fonds Claudette et Louis Dionne, c'est 18 500 \$ en bourses d'études qui ont été remis à onze professionnels ayant suivi avec succès une formation en soins de fin de vie : M. Carl Guénette, Mme Caroline Turcotte, Mme Chantal Gagné, Mme Julie Boudreau, M. Michel Defoy, Mme Patricia Néron, Mme Roxane Thibault, et Mme Venise Bourque. Trois d'entre eux ont reçu, en plus de leur bourse respective, un prix d'excellence pour souligner leur distinction : Mme Johanne Vallée (bourse d'Excellence de 1 000 \$), M. Christian Wamseke et Mme Sylvie Simo-



18 500 \$ en bourses d'études qui ont été remis à onze professionnels ayant suivi avec succès une formation en soins de fin de vie.

neau (bourses avec mention d'honneur de 500 \$).

Pour être éligibles aux bourses, les participants devaient réussir le volet théorique de la formation en institution et leur stage d'une durée de 240 heures. « C'est dans cette perspective de perfectionnement de l'ensei-

gnement donné aux professionnels en soins de fin de vie que la Fondation s'est engagée à distribuer, sur une base annuelle, le revenu généré par le fonds Claudette et Louis Dionne, sous forme de bourses à des infirmiers et des infirmières auxiliaires oeuvrant principalement en centre hospitalier de soins de longue durée (CHSLD), inscrits au pro-

gramme de formation continue en soins palliatifs (AEP) qui ont réussi les cours théoriques prévus au programme et qui s'apprentent à débiter le stage pratique en soins palliatifs », mentionne M. Jocelyn Thémens, directeur général de la Fondation de la Maison Michel-Sarrazin. ■



Trois d'entre eux ont reçu, en plus de leur bourse respective, un prix d'excellence pour souligner leur distinction : Mme Johanne Vallée (bourse d'Excellence de 1 000 \$), M. Christian Wamseke et Mme Sylvie Simoneau (bourses avec mention d'honneur de 500 \$). Ils ont reçu leur bourse de Mme Claudette Gagnon-Dionne et de M. Louis Dionne, cofondateurs de la Maison Michel-Sarrazin.

65 finissantes reçoivent leur diplôme du Programme d'éducation internationale au Collège Jésus-Marie de Sillery

(YG) La cérémonie de remise des diplômes du Programme d'éducation internationale (PÉI) du Collège Jésus-Marie de Sillery a eu lieu récemment. Les 65 finissantes de la cohorte 2011-2012 ont été conviées à un cocktail suivi d'une cérémonie à la salle Dina-Bélanger. Devant leurs parents et les membres du personnel, les élèves ont reçu le diplôme du Baccalauréat international ainsi que celui de la Société des écoles du monde du BI du Québec et de la francophonie. Le fait de compléter avec succès le Programme d'éducation internationale (PÉI) représente un accomplissement majeur qui bonifie le

dossier des étudiants pour la poursuite de leurs études post-secondaires.

Le Collège souligne que 100 % des finissantes inscrites au PÉI l'an dernier ont répondu aux exigences du programme et obtenu leurs diplômes. Au cours de la soirée, la Médaille académique du gouverneur général a été remise à l'élève ayant obtenu la plus haute moyenne en 4^e et 5^e secondaire. Félicitations à Anne-Sophie Lacasse, qui a obtenu cette distinction grâce à la plus forte moyenne générale de sa cohorte. ■

Anne-Sophie Lacasse reçoit la Médaille académique du gouverneur général

(YG) À l'occasion de la cérémonie de remise des diplômes du Programme d'éducation internationale du Collège Jésus-Marie de Sillery, Anne-Sophie Lacasse s'est vue remettre la Médaille académique du gou-

verneur général. Cette distinction est attribuée à l'élève ayant obtenu la plus haute moyenne académique en 4^e et 5^e secondaire. Anne-Sophie a obtenu la plus forte moyenne générale de sa cohorte. ■



Mmes Julie Cauchon, enseignante au Collège Jésus-Marie de Sillery, et Myriam Morand-Dupuis, diplômée du PÉI.



Mmes Julie Bussière, enseignante au Collège Jésus-Marie de Sillery, et Anne-Raphaëlle Aspirot-LeBrasseur, diplômée du PÉI.



Mmes Griselda Colla, coordonnatrice du PÉI au Collège Jésus-Marie de Sillery, et Victoria Forest-Briand, diplômée du PÉI.

Photos Claudy Rivard



Anne-Sophie Lacasse, récipiendaire de la Médaille académique du gouverneur général.

Photo Claudy Rivard



Dre Joëlle Malenfant
chiropraticienne



Clinique chiropratique
Dre Joëlle Malenfant
chiropraticienne

Nouvelle clinique à SILLERY

Depuis 2006, nous offrons des soins chiropratiques :
Famille - Sportifs - Femmes enceintes - Enfants

1316, Avenue Maguire | 581.742.4626 | joellemalenfant.com

Partenaire invité : Le Congrès mondial acadien 2014

Le Salon du patrimoine familial revient les 21, 22 et 23 février à Laurier Québec

(YG) La Fédération des familles souches du Québec présente le Salon du patrimoine familial les 21, 22 et 23 février à Laurier Québec. Pour cette édition, la FFSQ invite Le Congrès mondial acadien 2014 à jouer un rôle important au Salon. En cette année spéciale pour les descendants des Acadiens déracinés, le Salon souligne cet apport dans la démographie, la culture et le développement de presque toutes les régions du Québec.

Les visiteurs pourront prendre conscience de l'importance historique du déplacement des Acadiens au 18^e et 19^e siècle. Certaines régions du Québec, comme Lanaudière se sont développées grâce à ce flux de migrants d'origine acadienne. Tout à fait au diapason de cet héritage acadien apporté au patrimoine familial de tant de familles, les associations de familles du Québec peuvent démontrer aux visiteurs que la connaissance et la construction de l'histoire familiale va bien au-delà d'un arbre généalogique.

Ainsi, la culture québécoise a été fortement influencée par l'arrivée des familles acadiennes en sol québécois. Cette influence, on la retrouve, entres autres, dans la langue et le langage, la musique et le savoir-faire qui ont imprégnés le patrimoine québécois de façon marquée depuis plus de deux cents ans. Ce n'est que plus récemment qu'on découvre et valorise cet apport dans le patrimoine d'un peu partout au Québec.

En parcourant les activités du Congrès mondial acadien 2014, il est facile de constater l'importance accordée aux rassemblements de familles (122 inscriptions jusqu'à maintenant) lors du CMA 2014. Ce Salon est organisé par la Fédération des familles souches du Québec dans le but de faire connaître l'existence et l'expertise des associations de

familles. Une programmation gratuite est offerte même si on y retrouve des activités aussi variées que des conférences et projections de films sur l'histoire et le patrimoine. Cette année encore, il y aura plusieurs activités au deuxième étage de Laurier Québec dans un espace comprenant cent places assises.

Les organisateurs proposent une diversité dans les sujets abordés. La projection des films Les Acadiens du Québec, Le Grand Arrangement, avec Fred Pellerin et Lanaudière, mémoire vivante d'Acadie, réalisés par Phil Comeau et produit par Monique Leblanc, sont au programme le vendredi et dimanche. Une présentation traitant de l'apport des Acadiens et une autre portant sur la programmation du CMA 2014 seront à l'horaire. Une conférence offerte par Mme Louise Cyr, directrice du Musée acadien du Québec à Bonaventure portera sur la présence importante des Acadiens au Québec.

M. Claude Deslandes, est de retour à la demande générale et nous présentera sa conférence sur les 40 actes notariés les plus consultés.

M. Alain Allard de l'organisme Family Search, fera une présentation sur les multiples recherches de leurs énormes données généalogiques mondiales. Cette activité peut intéresser beaucoup de gens qui ne sont pas d'origine française. Cela peut aussi intéresser les immigrants récents ou moins récents car les recherches sont sans limites.

Enfin, une activité sur le costume d'époque française en Nouvelle-France aura lieu dans le cadre des activités et Mme Josée Nappert, de la Troupe Dans le Temps, prépare une pièce théâtrale intitulée : L'Épopée acadienne, une histoire à connaître.

Beaucoup de rendez-vous de sociétés de généalogie et d'histoire, de congrès en généalogie, de salons du livre historique ou de manifestations à saveur patrimoniales sont organisés dans différentes villes, et avec des budgets et des organisations importantes mais la FFSQ peut se targuer d'être le seul organisme à réunir autant d'associations de familles en même temps au même lieu pendant trois jours. ■



Une vue générale du Salon à Laurier. Les visiteurs se comptent en grand nombre.



M. Claude Deslandes présentera une conférence cette année.

102 vélos collectés par les élèves du Collège Jésus-Marie de Sillery auront une deuxième vie en Haïti

(YG) La collecte de vélos usagés organisée par les élèves de 4^e secondaire du Programme d'éducation internationale du Collège Jésus-Marie de Sillery, en collaboration avec l'organisme Cyclo Nord-Sud, a permis de collecter 102 vélos qui seront expédiés en Haïti. La Congrégation des Pères de Sainte-Croix, en partenariat avec l'orga-

nisme Carrefour d'entraide des retrouvailles du Cap-Haïtien (CENTRECH), en fera bénéficier les membres de sa communauté. La collecte, qui s'est tenue sur le site du Collège a également permis aux élèves de sensibiliser les citoyens aux bienfaits du vélo, au réemploi de biens encore durables et à la solidarité internationale. ■



Joanie Savard, Ariane Morency, Marie-Jeanne Fradette, Claudia Lacasse, Justine Cantin et Laurie Top font partie des élèves qui ont participé à la collecte de vélos usagés.

Les scouts et guides de Saint-Yves sont en mode recrutement

(YG) Les scouts et guides de Saint-Yves sont en recrutement pour les jeannettes et les louveteaux. Si votre enfant souhaite se familiariser aux activités, vous pouvez en faire l'essai lors d'une réunion hebdomadaire. Les louveteaux (garçons de 9-11 ans) se rencontrent toutes les semaines les mercredis de 18 h 30 à 20 h 30 jusqu'à la mi-juin. Les réunions hebdomadaires des jeannettes (filles de 9-11 ans) se déroulent les jeudis de 18 h 30 à 20 h 30 jusqu'en juin également. Outre les réunions hebdomadaires, il y a aussi quelques activités, comme la journée de Baden-Powell où les deux groupes se réunissent pour faire une activité sportive extérieure, les camps (un pour chaque saison) et la levée de fonds. Pour information : Mme Catherine Lara à l'adresse larabissonnette@sympatico.ca ■



PRÉVOST
Audioprothésistes



On est fait
pour s'entendre

Nos services :

- Prothèses auditives
- Laboratoire de réparation
- Visite à domicile
- Service d'audiologie en privé
- Acouphènes

QUÉBEC

450, chemin Sainte-Foy
Québec (Québec) G1S 2J5
T 418 688.1430
1 800 363.5617
F 418 688.3635

SAINTE-FOY

Laurier Québec
Édifce Champlain
2700, boul. Laurier, bureau 6300
Québec (Québec) G1V 4K5
T 418 650.9090
F 418 650.5720

DONNACONA • BAIE ST-PAUL • LA MALBAIE • CHIBOUGAMAU

www.prevostaudio.ca

20 000 \$ en bourses d'études remis aux membres jeunesse de la Caisse Desjardins de Sillery-Saint-Louis-de-France

(YG) C'est dans le cadre d'un événement jeunesse à la Commission des liqueurs, qu'a eu lieu le dévoilement des douze récipiendaires de la 4^e édition du programme de bourses jeunesse de la Caisse Desjardins Sillery-Saint-Louis-de-France.

C'est avec fierté que le Fonds d'aide au développement du milieu offrait cette année pour son volet bourses jeunesse un montant de 20 000 \$. Ce montant fut attribué au sort parmi les quelque 141 participants présents à l'événement selon la répartition suivante : quatre bourses de 1 000 \$ pour le niveau professionnel et collégial et huit bourses de 2 000 \$ au niveau universitaire. La période d'inscription correspondait à la même période d'inscription que celle du FADM, soit du 30 septembre au 1^{er} novembre dernier.

Les récipiendaires 2013 : Marie-Pier Demers, Élisabeth Beauchamp-Chalifour, Fabiola Forteza et Valérie Normand, au collégial et une bourse de 1 000 \$. Romy Brosseau, Andréanne Brochu, Alexandra Gaudet, Julien Beauchamp-Roy, Louis Label, Daphnée Savoie et Anne Gaboury, au niveau universitaire et 2 000 \$.

Le 15 avril, lors de l'assemblée générale annuelle de la Caisse, il sera décidé si le programme de bourses jeunesse sera reconduit, puisque c'est à ce moment que les membres s'exprimeront et détermineront s'ils acceptent de verser une portion de leur ristourne collective au Fonds d'aide au développement du milieu de l'institution financière.

Mentionnons, en terminant, que depuis la création du volet bourses jeunesse, c'est 80 000 \$ qui furent distribués en bourses à de jeunes membres de la Caisse Desjardins Sillery-Saint-Louis-de-France. ■



Les douze récipiendaires accompagnés de représentants du comité jeunesse de la Caisse Desjardins Sillery-Saint-Louis-de-France, organisatrice de l'événement.

La Dre Joëlle Malenfant ouvre sa propre clinique sur Maguire

(YG) Le 20 janvier, ouvrira sa propre clinique: la Clinique chiropratique Dre Joëlle Malenfant, chiropraticienne au 1316, avenue Maguire. Un rêve qui se réalise pour celle qui œuvre sur l'avenue Maguire depuis plus de 8 ans, à quelques pas de sa nouvelle clinique.

La Dre Malenfant déménage dans une clinique qui sera plus grande. « Des locaux remis à neuf et qui seront plus adaptés à ma clientèle. Je me suis spécialisée au niveau des femmes enceintes et des enfants, ainsi que dans le domaine sportif. C'est pourquoi un espace spécial a été prévu pour les mamans, et qu'elles disposeront en plus d'une table à langer encastrée. » Elle pourra aussi compter sur l'aide d'un de ses anciens associés, le Dr Guy Pouliot, au sein de sa clinique. La Dre Malenfant est également consultante en allaitement et fera ainsi bénéficier sa clientèle de sa formation très pointue.

La clinique offrira aussi des services multidisciplinaires. En effet, de nouveaux professionnels de la santé se joindront à elle, à court ou à moyen terme, on parle de massothérapeute, nutritionniste, entraîneur privé et d'un acupuncteur. ■



La Dre Malenfant s'est spécialisée au niveau des femmes enceintes et des enfants, ainsi que dans le domaine sportif.

L'IRPDQ reçoit un legs de 65 000 \$ de la Fondation Élan

(YG) La Fondation Élan a dévoilé avec un don majeur à l'Institut de réadaptation en déficience physique de Québec (IRDPQ) : un camion de dépannage d'urgence. Il s'agit d'un legs de 65 000 \$ permettant l'acquisition et l'aménagement d'un camion de type Sprinter. Ce véhicule assurera le maintien d'un service essentiel et unique pour les personnes handicapées, résidentes de la région de Québec.

Le service de dépannage d'urgence de l'IRDPQ vient en aide aux personnes se déplaçant en fauteuil roulant aux prises avec un bris ou une panne rendant impossible l'utilisation de leur fauteuil, qu'elle soit survenue sur la route, à domicile, au travail ou encore en milieu scolaire. Au cours de la dernière année, c'est plus de 650 dépannages qui ont été effectués.

Le dépannage d'urgence de l'IRDPQ c'est : un service of-

fert depuis 27 ans, 4 500 dépannages réalisés au cours des 7 dernières années, une réparation effectuée sur place dans 80% des cas et un mécanicien à bord en tout temps. ■



MM. Christian Dufour, usager de l'Institut, Dave Pichette, du conseil d'administration de la Fondation, Jean-François Cantin, chef du programme d'aide technique en mobilité pour la clientèle adulte et aînée en déficience motrice, Mmes Louise Lavergne, directrice générale de l'IRDPQ, Chantal Guérette, directrice des programmes multiclientèles et des aides techniques, M. Guy Béliveau, président du conseil d'administration de la Fondation et Mme Annie Gagnon, directrice générale de la Fondation.

Le Collège Stanislas connaît une fin d'année fébrile

(YG) Les élèves du Collège Stanislas de Québec ont eu une fin d'année bien occupée avec la tenue d'un marché de Noël et la visite de Laurent Dubreuil, le patineur de vitesse qui a de bonnes chances de se qualifier pour les Jeux olympiques de Sotchi.

Art, déco et dégustations au Marché de Noël

La féerie de Noël s'est emparée du Collège Stanislas de Québec le samedi 7 et le vendredi 13 décembre à l'occasion du Marché de Noël où 145 élèves, essentiellement des jeunes âgés de cinq à onze ans, se sont transformés en artisans-commerçants l'instant de vendre des produits de toutes sortes. Une ambiance magique et festive dominait dans le hall d'entrée de l'établissement : chorale de jeunes du primaire, vin chaud, pâtisseries et plusieurs produits à se procurer, dont des bijoux, des décorations de Noël, des bougeoirs et bien plus. La plupart de ces objets étaient fabriqués à la main par les élèves.

« L'idée derrière cette activité est de financer une partie des projets de classe, notamment les voyages de fin d'année, explique la professeure Mme Nathalie Wach. Les élèves sont satisfaits et ont de quoi être fiers des résultats de cette première édition puisqu'ils ont amassé la somme de 2900 \$. »

Visite de Laurent Dubreuil

Profitant de la tenue des Jeux olympiques de Sotchi, trois enseignants des classes de maternelle ont mis sur pied un projet sur le thème « art et sport », dont la visite de Laurent Dubreuil. Les élèves ont préparé sa visite en découvrant son sport sur une vidéo, puis en préparant des questions qu'ils ont pu lui poser. Laurent a répondu avec grand plaisir à toutes les questions et leur a aussi montré quelques médailles (dont sa médaille de champion du monde) et il leur a fait pratiquer la technique de patinage. ■



Les jeunes âgés de cinq à onze ans, se sont transformés en artisans-commerçants l'instant de vendre des produits de toutes sortes.

Grains de Soleil café



- Cafés en grains de qualité supérieure
- Thés haut de gamme
- Salon de dégustation
- Cafetières italiennes «espresso»
- Torréfaction traditionnelle européenne de la maison «Castelo»

1298, ave Maguire
Québec

418.684.0480
1.888.684.0480

Service
personnalisé

NOUVELLE
ADRESSE

Le JOURNAL de Sillery-St-Louis-de-France

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

JOURNAL.CA INC.

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

DIRECTION

Éditeur-directeur général :
Pierre Cassivi

RÉDACTION

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

Correcteur :

Jacques Bélanger

Collaboratrice :

Suzie Lemay

Photographes :

Martin Martel

Collaborateurs jeunesse :

Alexandra Cassivi

David Cassivi

PUBLICITÉ

Ghislain Gaudreau

Développement des affaires,
responsable secteurs
gouvernementaux et éducationnels
Cell. : 418 998-0970
ventes@journ-al.ca

Sylvie Charest

Territoires de Val-Bélair, Saint-Émile,
Neufchâtel Est, Lebourgneuf et
immobilier

Cell. : 418 254-4367

scharest@journ-al.ca

Ginette Demers

Responsable du secteur Sainte-Foy
et des ventes nationales
Cell. : 418 871-1274

gdemers@journal-de-ste-foy.ca

ADMINISTRATION

Suzie Lemay

DISTRIBUTION

Postes Canada (résidentielle et
commerciale)

Distribution Affiche-Tout

Étienne Rouillard, Superviseur

de la qualité de la distribution

IMPRESSION

Les Presses du Fleuve

Dépôt légal :

Bibliothèque nationale
du Québec

PRODUCTION

Mario Bernier

production@journ-al.ca

PROCHAINE PARUTION

Mars 2014

DATE DE TOMBÉE

5 février 2014

**Vous ne recevez pas votre
exemplaire du Journal de Sillery-
Saint-Louis-de-France ?**

Vous n'avez pas reçu votre exemplaire
du Journal de Sillery-Saint-Louis-de-
France 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@journ-al.ca en nous laissant vos
coordonnées. La situation sera rapi-
dement corrigée.

Une récolte de 383 000 \$ pour l'événement Tous ensemble pour le Noël des enfants !

(YG) C'est avec beaucoup d'enthousiasme que plus d'une trentaine d'employés de la Caisse Desjardins Sillery-Saint-Louis-de-France ont participé bénévolement à la grande collecte de la 23^e édition du Noël des enfants. Sur la rue pour solliciter la générosité des passants ou à la Caisse pour effectuer le décompte des dons monétaires, tous ont mis la main à la pâte pour la cause des enfants démunis de la grande région de Québec. Une belle démonstration d'implication dans le milieu. Ils se joignaient ainsi à 550 bénévoles qui ont amassé près de 383 000 \$ en dons en argent, en denrées, jouets, vêtements et objets de tous genres.

Sensible à cette cause depuis ses tout débuts, il est devenu naturel pour la Caisse Desjardins Sillery-Saint-Louis-de-France d'appuyer le Noël des enfants, entre autres, en faisant la gestion des dons monétaires en provenance des gens du milieu et de plus de 70 caisses à travers tout le Réseau des caisses Desjardins de la grande région de Québec et de Lévis.

Le Noël des enfants a entrepris un virage important dans le but de répondre plus efficacement aux besoins actuels et de continuer à jouer un rôle pertinent au sein de la communauté. La Corporation du Noël des enfants



Des employés de la Caisse Desjardins Sillery-Saint-Louis-de-France d'appuyer le Noël des enfants, entre autres, en faisant la gestion des dons monétaires en provenance des gens du milieu et de plus de 70 caisses à travers tout le Réseau des caisses Desjardins de la grande région de Québec et de Lévis.



Des employés de la Caisse à l'œuvre sur la rue pour amasser des dons.

recentre sa mission sur le développement de l'enfant par l'accès à l'éducation, la persévérance scolaire et l'inclusion sociale. Pour ce faire, elle concentre dorénavant sa collecte sur les dons en argent.

Les sommes amassées serviront à soutenir des enfants de la région dans leur cheminement scolaire, quel que soit le milieu dont ils sont issus : matériel scolaire et pédagogique, bourses d'études, activités scolaires et parascolaires, transport et service de garde, séjours en camps de vacances. ■

45 ans de créativité, ça se fête à la bibliothèque Monique-Corriveau jusqu'au 9 février

(YG) L'exposition 45 ans de créativité, ça se fête de la Société artistique de Québec se déroulera jusqu'au 9 février à la bibliothèque Monique-Corriveau, 1100, route de l'Église. Le vernissage est prévu le dimanche 19 janvier de 13 h 30 à 16 h. L'entrée est gratuite et l'invitation s'adresse à tous. Information : www.sacquebec.com ■

Tirage :
11 500 exemplaires

Résidentielle et
commerciale

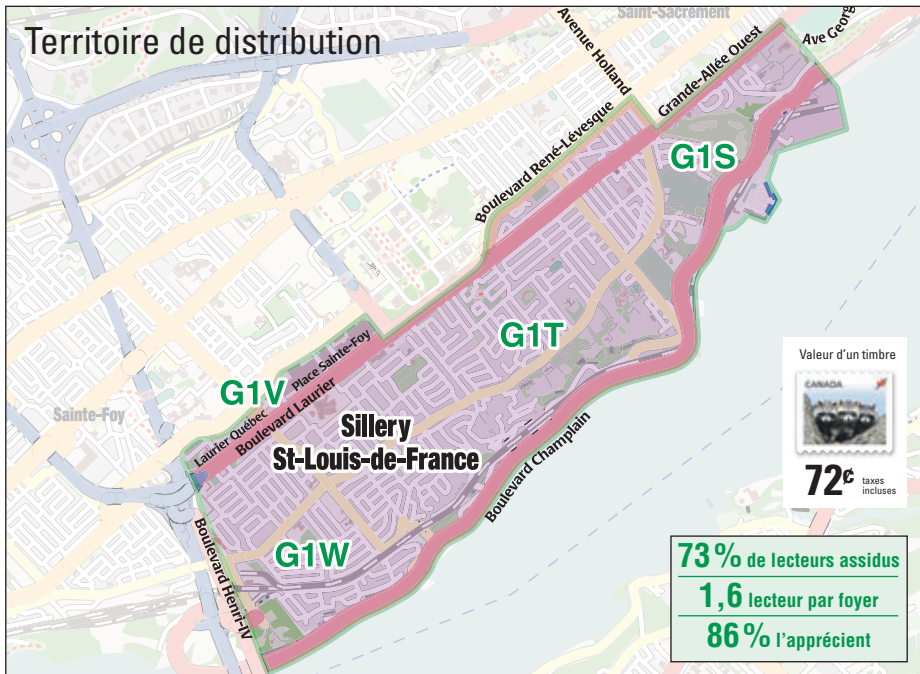


10 914 exemplaires

Présentoirs



586 exemplaires



PROFIL DU LECTEUR

Sexe : Femmes 55 %
Hommes 45 %

Âge moyen : 49 ans

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

Scolarité : Diplôme d'études
collégiales et
universitaires

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

Valcartier - Neufchâtel Ouest - Loretteville
Saint-Émile - Neufchâtel Est - Lebourgneuf
Les Saules - Duberger - Vanier

Source **Léger**

www.legermarketing.com

DIVORCE, SÉPARATION...

TRAVAILLER à s'entendre

avec



Me Shirley Kennedy

Avocate médiatrice-familiale accréditée

418 683-0004

« En médiation familiale,
nous bâtissons ensemble
la meilleure entente »

1303, avenue Maguire, bureau 4

Québec G1T 1Z2

Tél. : 418 683-0004

skennedyavocate@gmail.com

www.shirleykennedyavocate.com

L'entreprise Chien Mondain connaît un départ fulgurant

(YG) L'entreprise Chien Mondain, propriété d'Annick Marchand, un magasin-concept pour animaux domestiques dédié principalement aux chiens et situé en plein cœur de Sillery, au 1452, avenue Maguire, a connu un premier mois d'opération formidable, selon la propriétaire.

« L'arrivée d'un magasin comme le mien était très attendu dans le secteur. Depuis mon ouverture, j'accueille plus de 100 clients par semaine, et ce, non seulement pour l'effet curiosité, mais aussi pour effectuer divers achats. Les commentaires de la clientèle sont excellents », assure Mme Marchand.

Accessoires tendances, collections de vêtements importées ou confectionnées par des designers d'ici, meubles d'exception, rien ne n'est laissé au hasard pour offrir aux clients la meilleure trouvaille et ce, dans un décor au luxe discret et contemporain. La boutique offre également un service de toilettage professionnel.



L'entreprise Chien Mondain est la propriétaire d'un magasin-concept pour animaux domestiques dédié principalement aux chiens.



Les amoureux des animaux retrouvent, dans des zones bien définies tels la mode, la balade, la sieste, le jeu, le repas, les soins, le coin du chat et le coin du maître, une panoplie d'articles pour tous les goûts et les budgets.

« Les clients semblent très heureux de mon projet d'offrir une terrasse cet été pour mes clients qui attendront leur animal favori qui lui, sera en toilettage. Ils me disent qu'ils ont hâte d'en profiter et qu'il s'agit d'une excellente idée parce que ça ne se fait nulle part. »

À titre de propriétaire de deux chiens vivant en milieu urbain, Annick Marchand a pu constater que les propriétaires de chiens et chats sont de plus en plus nombreux à exiger de la qualité et de la diversité dans le choix de leurs accessoires, de la nourriture et des services pour leur animal. Bill, un grand caniche royal et Cloé, une petite shitzu, demeurent ses plus grandes inspirations. D'ailleurs, Cloé fait un vrai malheur auprès de la clientèle en magasin, selon sa propriétaire. « Les clients l'adorent. »

À la grande surprise de Mme Marchand, les résidents de Sillery sont propriétaires de grands chiens, dans une proportion d'au

moins 50 %, alors qu'elle était portée à croire que les petits chiens seraient en beaucoup plus grand nombre. Selon la commerçante, près d'une personne sur deux à Sillery est propriétaire d'un chien.

Et, heureuse surprise, les propriétaires de grands chiens magasinent aussi pour des manteaux et des bottes pour leur animal de compagnie. Faut dire que la fluctuation de température de cet hiver est brutale et dévastatrice pour les animaux domestiques avec l'épandage de sel qui cause des brûlures aux pattes de ceux-ci.

Les amoureux des animaux retrouvent, dans des zones bien définies tels la mode, la balade, la sieste, le jeu, le repas, les soins, le coin du chat et le coin du maître, une panoplie d'articles pour tous les goûts et les budgets.

Mme Marchand caresse également le projet, en collaboration avec la Clinique Amis-Maux, d'établir un processus d'entente qui ferait en sorte qu'un montant serait remis à la Fondation de zoothérapie à l'achat de nourriture pour animaux. Un projet qui chemine. ■

Lancement de la 3^e édition régionale du concours « *Entreprends tes rêves!* »

150 000 \$ seront remis en bourses pour les jeunes entrepreneurs

(YG) Pour sa 3^e édition régionale, 24 caisses desservies par les centres Desjardins Entreprises Québec-Capitale et Desjardins Entreprises Québec-Portneuf disent oui aux jeunes entrepreneurs et s'unissent pour le concours *Entreprends tes rêves*. L'idée d'élargir le territoire, afin de donner la chance à plus de jeunes encore de participer et gagner une bourse pour le démarrage de leur entreprise ou pour les aider à réaliser un projet d'expansion, soulève l'enthousiasme.

C'est suivant l'initiative de la Caisse Desjardins de Beauport, il y a quelques années, que cette dernière a proposé à Desjardins Entreprises de prendre la relève et de remettre maintenant la somme de 150 000 \$ en bourses à de jeunes entrepreneurs. Les sommes attribuées dans le cadre de ce concours proviennent de chacune des caisses participantes. Pour M. Denis Laforest, président du comité de coordination, il considère cette opportunité comme une excellente nouvelle pour les jeunes qui ont des projets plein la tête mais manquent de ressources pour se lancer et se maintenir en affaires. Quant à M. Dany Girard, directeur général de Desjardins Entreprises Québec-Capitale, la participation des 24 caisses desservies par les deux centres Desjardins représente un geste d'intercoopération très fort. Ce concours créera de la vitalité économique et prouvera qu'on peut être jeunes et très bons.

Le centre Desjardins Entreprises Québec-Portneuf, se dit très heureux de ce nouveau partenariat ayant à cœur d'encourager la relève entrepreneuriale et ce, sur un plus vaste territoire, qui démontre sa volonté d'encourager un plus grand nombre possible de jeunes entrepreneurs. Ce concours, demeure plus que jamais, l'un des plus

importants à Québec pour cette clientèle. Pour M. Dominick Roy, directeur général du centre Desjardins Entreprises Québec-Portneuf, il s'agit d'une belle occasion d'investir dans l'avenir. Quant à M. François Mercier, président du comité de coordination de Desjardins Entreprises Québec-Portneuf, il voit ce concours comme un projet rassembleur qui donnera le goût aux jeunes de plonger dans l'entrepreneuriat.

Pour en savoir plus, les personnes peuvent avoir accès directement aux critères d'admissibilité et au bulletin de mise en candidature sur le site entreprendstesreves.com, les suivre sur facebook.com/entreprendstesreves. Rappelons toutefois que pour participer, les jeunes âgés entre 18 et 35 ans, doivent être membres de l'une des caisses des regroupements et avoir réalisé leur projet d'ici le 31 décembre 2014. Les critères de sélection sont également disponibles sur le site.

Les personnes qui composent le jury sont : Mme Nathalie Paquin, directrice financière et développement d'Immeubles Rousin et MM Sylvain Desmeules, directeur affaires, régions et maison du journal Le Soleil, Fernand Dufresne, président de Préverco, Serge Ferland, président de Metro Supermarché Ferland, Jean-François Forgues, directeur exécutif de la Faculté des sciences de l'administration de l'Université Laval, Éric Lavoie, président de la Chambre de commerce et d'industrie de Québec et René-Jean Pagé, président de l'Union des chambres de commerce et d'industrie de Portneuf.

Ce concours démontre que les 24 caisses impliquées ont à cœur de coopérer pour créer l'avenir ensemble, au profit de la relève entrepreneuriale. La date limite pour le dépôt des candidatures est le 7 mars. ■

Provigo Daniel Tremblay



M. Daniel Tremblay
Marchand-Propriétaire

Merci pour votre confiance en 2013.

**BONNE ET HEUREUSE
ANNÉE 2014 À TOUS!**

C'est un plaisir de vous servir jour après jour

**Messieurs, n'oubliez pas
la Saint-Valentin!!**



2900, chemin Saint-Louis, Québec 418 653-6277
Courriel : smp8123d@provigo.ca



provigo



Saint-Charles jeune d'esprit



DES ÉLÈVES S'ILLUSTRENT!

Le 6 janvier a eu lieu la remise de la Médaille du Gouverneur général. La récompense la plus prestigieuse décernée à un élève est remise au diplômé ayant obtenu la meilleure moyenne au terme de ses études. Benoit Huard, finissant 2013, étudiant présentement en Sciences de la nature au Cégep de Sainte-Foy, s'est mérité cet honneur au Collège.

Deux autres élèves ont aussi été honorées pour l'excellence de leurs résultats scolaires, soit Simone Adam et Anne-Marie Zaccarin. Tous trois détiennent le Diplôme d'excellence Saint-Charles-Garnier avec la mention SUMMA CUM LADE témoignant de plus de 360 heures d'engagement dans 4 domaines de formation et d'une moyenne cumulative de plus de 90% tout au cours de leur parcours secondaire.



Simone Adam, Anne-Marie Zaccarin, Benoit Huard

DES OISEAUX ET DES SCIENCES!

Des concurrents courageux ont accepté de se livrer une lutte amicale lors du concours de catapulte inspiré d'**Angry birds** et initié par les enseignants de sciences et technologies de 2^e secondaire. Une belle occasion pour tous les élèves de mettre en pratique leurs connaissances dans l'univers technologique.



ON S'AMUSE AVANT DE SE QUITTER POUR LE LONG CONGÉ!

Promenades en calèche, hébertisme aérien, tyrolienne géante, spectacle d'humour, ateliers artistiques, tournoi sportif et activités sur la patinoire extérieure ont diverti les élèves. Nos excellents photographes, Marc-Alain, responsable des sports, et David, technicien en loisirs, ont su immortaliser ces beaux moments!

Merci aux membres de notre comité culturel (Clémentine Aublet, Érika Blouin, Gabriel Boivin, Émilie Côté, Stéphanie Drolet Labelle, Véronique Lessard, Sarah Manzano, Mishka Morin, Aurore Moutier) qui ont prêté main-forte à l'équipe de la vie étudiante pour organiser une fête de Noël incroyable!



THÉÂTRE ET CONFIDENCES SONT À L'HONNEUR!

Le vendredi 24 janvier à 19 h 30 à la salle Jean-Paul-Tardif du Collège se tiendra la représentation publique de la pièce *Les secrets* dirigée par Marianne Marceau, comédienne professionnelle et ancienne du Collège. C'est une invitation des comédiens de la 1^{re} à la 3^e secondaire à porter une oreille sensible et attentive à leurs secrets. Ils parleront de leurs parents, des émotions qu'a provoquées la maladie d'un proche et vous raconteront comment l'amour les a soulevés de terre.

Les futurs élèves du Collège et leurs parents peuvent réserver des billets gratuitement en appelant à la réception du Collège.

Vous souhaitez découvrir le milieu de vie du Collège Saint-Charles-Garnier? Nous vous offrons une visite personnalisée du lundi au vendredi.

Consultez le site jeunedesprit.com ou contactez Madame Brigitte Lemieux à la réception du Collège au 418 681-0107 poste 0.



Photographe : Hugo Carrier 4^e secondaire

jeunedesprit.com

Collège Saint-Charles-Garnier

1150, boul. René-Lévesque Ouest, Québec (Québec) G1S 1V7



Mme Francine Gosselin, conjointe de monsieur Landry, absent lors de la photo, accompagnée de sa fille Alexandra Landry, reçoit le prix au nom du gagnant.

Eddy Laurent fait des heureux

YVON GIROUX

redaction@journ-al.ca

Chaque année, Eddy Laurent, chocolatier belge de la rue Maguire à Sillery, organise un concours pour sa clientèle pendant le temps des Fêtes. Cette année, c'est avec la participation de M. Joey Occhuito directeur chez Zidéa Canada fournisseur des produits

Alessi en provenance d'Italie que les propriétaires ont pu remettre un plateau, une bouilloire avec sucrier et crémier de marque Alessi d'une valeur de 735 \$ à M. Gérald Landry. ■

Le Chœur de l'Université Laval recrute pour un concert en avril

(YG) Le Chœur de l'Université Laval est présentement à la recherche de choristes pour son prochain concert qui aura lieu le 12 avril sous le thème De grands airs de cinéma.

Le Chœur tient ses répétitions au local 1531 du pavillon Casault de l'Université Laval tous les mercredis de 19 h à 22 h 15. Les personnes intéressées peuvent s'y présenter depuis le 15 janvier.

Rendez-vous pour audition ou renseignements : 418 656-2131 poste 6150. Visitez le site Internet : www.choeurul.asso.ulaval.ca ■

Des artistes de la SACQ exposeront à la bibliothèque Charles-H.-Blais dès le 6 février

(YG) Une exposition de la Société artistique et culturelle de Québec (SACQ) se déroulera du jeudi 6 février au dimanche 23 février à la bibliothèque Charles-H.-Blais, 1445, avenue Maguire.

Une quarantaine d'artistes de la SACQ exposeront les jeudi et vendredi, de 14 h à 16 h 30 et les samedi et dimanche, de 13 h 30 à 16 h 30. Le vernissage aura lieu le dimanche 9 février de 13 h 30 à 16 h 30. Invitation à tous. Entrée gratuite. Renseignements : www.sacquebec.com ■

Une *moule* titude
de saveurs

RESTO-BAR | SALONS PRIVÉS
1525, rue Sheppard (coin St-Louis)
418 681-6035

MOULES ET
FRITES
À VOLONTÉ
22 \$

Bières
SLEEMAN EN BOUTEILLES
2 pour 7,50\$

LES MOULES DU Saint-Germain

MOULES EN casserole

<p>Marinières (échalote française, persil et vin blanc)</p> <p>Au parfum oriental (poivrons, sésame, sauce teriyaki et vin blanc)</p> <p>À la Provençale (tomates, ail et vin blanc)</p> <p>Poulettes (crème, vin blanc et beurre à l'ail)</p>	<p>À la bière (bière, échalote française, persil frais)</p> <p>Pesto (pesto, ail, crème et vin blanc)</p> <p>Saint-Germain (carottes, céleri, courgettes, tomates, crème et vin blanc)</p> <p>Créole (vin rouge, crème et sauce créole)</p>	<p>Créole (vin rouge, crème et sauce créole)</p> <p>Au cari indien (cari, persil frais, crème et vin blanc)</p> <p>À la dijonnaise (moutarde de Dijon, crème, vin blanc et échalote française)</p>
--	---	---

HUMANIA, C'EST UN TOUT INCLUS... À L'ANNÉE!

POSSIBILITÉ DE LOCATION



LIVRAISON
JUN 2014

3 1/2 à 5 1/2
À partir de
210 900 \$
[+ taxes]

- PISCINE EXTÉRIEURE AVEC GYMNASÉ
- UN ENVIRONNEMENT BOISÉ
- 2 TERRAINS DE TENNIS
- DE L'AIR PUR À VOLONTÉ
- TERRAINS DE GOLF À PROXIMITÉ
- UNE VUE SUR LE FLEUVE ET LE LAC
- SENTIER PÉDESTRE ET SKI DE FOND
- UN DESIGN CONTEMPORAIN ET CHALEUREUX
- UNE QUALITÉ DE VIE EXCEPTIONNELLE
- À 15 MINUTES DU CENTRE-VILLE



VISITEZ NOTRE CONDO TÉMOIN
4960, rue Honoré-Beaugrand
St-Augustin-de-Desmaures
(Québec) G3A 1T9

418.999.3449



humania
CONDO NATURE

Visionnez notre vidéo promotionnelle au
humaniacondonature.com



Une centaine de personnes ont participé à la Fête de Noël du Club de soccer des Caravelles de Sainte-Foy/Sillery.

La 2^e édition de la Fête de Noël du Club de soccer des Caravelles de Sainte-Foy/Sillery attire une centaine de personnes

YVON GIROUX

redaction@journ-al.ca

La seconde édition de la Fête de Noël du Club de soccer des Caravelles de Sainte-Foy/Sillery a attiré une centaine de personnes, parents et

enfants durant plus de 90 minutes. Il s'agit maintenant d'un rendez-vous annuel de l'Association où tous peuvent se rencontrer dans

une atmosphère récréative et ludique. Des peluches ont été offertes aux plus jeunes par la Caisse Desjardins de Sainte-Foy. ■

Le temps des Fêtes est terminé!

ME SHIRLEY KENNEDY

Collaboration spéciale

Pour plusieurs familles, les Fêtes ont pu rimé avec toute la gamme des émotions. Le stress, la course aux achats, les décorations, la visite, la dinde farcie et tous les excès qu'engendrent le temps des Fêtes n'ont pas amélioré la vie de couple qui n'était déjà pas un cadeau avant les Fêtes. Et c'est souvent à ce moment que la goutte fait déborder le vase.

L'après jour de l'An est bien connu comme étant une période où nombre de couples, qui s'étaient donnés une autre chance pour passer les Fêtes ensemble et retrouver une certaine paix, en viennent à la résolution suivante : « je ne veux plus rien savoir, tout est vraiment terminé entre nous ».

Il faut se donner du temps pour bien décanter après la période des Fêtes. Prendre des moments seuls pour réfléchir en toute tranquillité, loin des festivités et des bruits irritants. Si le tumulte du temps des Fêtes a eu

le dessus sur nous, donnons-nous le temps de bien analyser la situation calmement.

On peut opter pour une thérapie individuelle ou de couple. Certains vont choisir d'aller à quelques rencontres pour valider leur décision.

Pour ceux pour qui, actuellement, il n'y a plus de possibilité de réconciliation, envisagez la séparation non pas comme une décision prise sur un coup de tête, mais plutôt comme un moyen de retrouver l'harmonie après réflexion. Et plutôt qu'un système de confrontation à la cour, choisissez les méthodes alternatives de résolution de conflits si vous le

pouvez, afin de vous redonner le pouvoir de décider des conséquences de votre séparation. Une entente légale sur l'ensemble de votre séparation est souvent préférable à un jugement où vous pouvez avoir l'impression de n'avoir rien décidé en bout de ligne.

Et surtout, dites-vous que si vous avez trouvé le temps des Fêtes éprouvant, vos enfants ont certainement dû ressentir la même chose. Donc, pensez à eux dans les décisions que vous prendrez pour la famille, pour que désormais la paix soit au rendez-vous, coûte que coûte.

Me Shirley Kennedy est avocate médiatrice familiale, skennedyavocate@gmail.com ■

CHRONIQUE

Votre santé entre bonnes mains.

La chiropratique peut vous aider.

La chiropratique et les douleurs lombaires

Par Dre Joëlle Malenfant, chiropraticienne

Au moins une fois dans leur vie, la majorité des adultes souffrent de maux de dos et huit Canadiens sur dix, de douleurs lombaires. Le nombre de personnes qui en souffrent à un moment précis, varie entre 5% et 30% de la population.

Les douleurs lombaires ont d'importantes répercussions. Il s'agit de l'un des principaux motifs d'obtention de soins de santé et d'absentéisme au travail.

Les soins chiropratiques sont très efficaces pour soulager la douleur musculaire et articulaire. Les chiropraticiens savent qu'une bonne posture est la clé pour diminuer l'apparition de douleurs cervicales, thoraciques ou lombaires.

Pourquoi a-t-on mal au bas du dos?

Bien que les causes en soient multiples et parfois difficiles à identifier, on a pu constater qu'elles sont souvent de nature neuro-biomécanique comme:

- Des muscles abdominaux faibles;
- Une irritation des racines nerveuses ;
- Une mauvaise posture;
- Des postures prolongées;
- Une grossesse;
- De l'arthrite ou de l'arthrose;
- Du stress
- Certaines conditions de travail.

Le bas du dos est vulnérable, car il supporte tout le poids de la partie supérieure du corps. Cette région est soumise à de fortes tensions musculaires dues aux mouvements de flexion, d'extension et de rotation effectués par le tronc. Ces tensions se répercutent sur les disques intervertébraux, les articulations vertébrales, les ligaments et les nerfs.

Le traitement des douleurs au bas du dos

Pour traiter les douleurs au bas du dos, le chiropraticien voit à réduire le spasme musculaire et à améliorer la mobilité articulaire de la région affectée. La manipulation vertébrale a pour but d'augmenter la mobilité articulaire, de diminuer les spasmes musculaires et l'inflammation. Le traitement comporte aussi des techniques de relâchement musculaire, la prescription d'exercices d'étirement et de renforcement et divers conseils posturaux.

La chiropratique est une formule gagnante pour vous soulager plus rapidement, vous remettre en bonne forme et reprendre vos activités.

N'hésitez pas à me contacter.

Au plaisir de vous rencontrer!

Références : Spine 24; 2:146-52
Ordre des chiropraticiens du Québec



Soins chiropratiques :
Pour tous - Sportifs - Femmes enceintes - Enfants



Dre Joëlle Malenfant, Chiropraticienne
1316, Avenue Maguire
Québec, Qc G1T 1Z3
581 742-4626
www.joellemalenfant.com

Les inscriptions pour la saison estivale de soccer débutent le 12 février

(YG) Les inscriptions pour la saison estivale du Club de soccer des Caravelles de Sainte-Foy/Sillery débuteront à partir du 12 février et les informations sont disponibles au www.caravelles.ca ou [facebook.com/soccceravelles](https://www.facebook.com/soccceravelles) ou au 418 641-6301, poste 3377.

Les inscriptions se feront sur place au centre sportif de Sainte-Foy (CCSF), salle 115, le 15 février de 13 h à 18 h, par la poste ou en ligne au www.caravelles.ca. Notons que le Club offre un rabais familial au 3^e enfant de la famille, et une aide financière est offerte aux familles à faible revenu, selon la politique en vigueur. ■



Apportez ce coupon
et recevez une surprise

Cirage requis.

Laurier Québec, entrée #2

VOUS ÊTES À LA RECHERCHE D'UN STAGIAIRE?

Que ce soit en techniques de bureautique, comptabilité informatisée ou spécialiste en réseautique, nos élèves sauront sûrement combler des postes temporaires ou permanents au sein de votre entreprise.

Nos stagiaires sont rémunérés selon votre échelle salariale. Informez-vous sur l'aide financière accordée (crédit d'impôt) pour les stages rémunérés :

▶ sociétés 30 % ▶ particuliers 15 %

ÉTÉ 2014

DU 20 MAI AU 8 AOÛT 2014*
(stage rémunéré de 12 semaines)

COOP
ATE

DEC Techniques de bureautique

ATE

AEC Techniques de secrétariat et bureautique bilingue

ATE

AEC Techniques de comptabilité informatisée

DU 20 MAI AU 27 JUIN 2014*
(stage rémunéré de 6 semaines)

AEC Spécialiste en réseautique

* Crédit d'impôt pour stage en milieu de travail.

**FAITES VITE, NOUS AVONS
LES MEILLEURS CANDIDATS
POUR VOUS!**

Contactez-nous avant le 30 mars 2014.

Toujours disponible gratuitement, notre service de placement pour vos offres d'emploi:
placement@osullivan-quebec.qc.ca



lesaint.ca

**COLLÈGE
O'SULLIVAN**



osullivan-quebec.qc.ca

**Pour plus de renseignements,
communiquiez avec nous:**

Manon Bouchard
coordonnatrice
manon.bouchard@osullivan-quebec.qc.ca

Richard Blouin
coordonnateur
riblouin@osullivan-quebec.qc.ca

service de placement et des stages
418 529.3355

Qc.SkateboardCamp innove et offre des cours privés et des fêtes d'enfants

(YG) Qc.SkateboardCamp, chef de file dans le domaine de l'enseignement du skateboard et des activités connexes, vient encore d'innover. Depuis maintenant quelques semaines, ils offrent des cours privés et des fêtes d'enfants spécialisés en skateboard.

Ils offrent ces cours privés pour les jeunes de tous les niveaux, mais ciblent surtout les débutants qui n'ont pas ou peu d'expérience en skateboard. Ils ont remarqué que de nombreux jeunes débutaient et qu'il leur serait plus facile d'apprendre les bases en étant seul au skatepark avec un instructeur. Ils pourraient ainsi atteindre un niveau minimal pour participer au camp de jour ou simplement utiliser leur skateboard. Ces cours privés, contrairement au camp de skateboard, se donnent par un instructeur accompagné d'un jeune seulement. Ils sont généralement offerts en bloc d'une heure. L'objectif de ces cours est d'enseigner au jeune les bonnes techniques et positions afin qu'il puisse utiliser sa planche de manière sécuritaire et amusante. Les cours peuvent aussi être offerts à quelques jeunes en même temps ou en famille. Le tout se déroule au skatepark L'Anti, 725, côte d'Abraham, Qc. C'est le seul skatepark intérieur de la région.

De plus, les fêtes d'enfants sont offertes au même endroit. Cette activité est une alternative aux fêtes d'enfants plus classiques. La fête d'enfant est d'une durée de 2 h 30. Le skatepark est réservé pour le groupe pour la durée de celle-ci. L'instructeur accueille le groupe et explique le déroulement de la fête. Ils offrent une heure de cours spécialisés au début de la fête d'enfants afin d'aider les jeunes à s'adapter au skatepark ou à développer de nouveaux mouvements. Le cours sera adapté au niveau des jeunes présents.

Ensuite, les jeunes pourront pratiquer à leur guise durant le temps restant. Sur place, ils peuvent installer des tables et chaises pour le partage d'un gâteau de fête ou simplement pour une collation. À la fin de la fête, ils offrent toujours un cadeau au jeune fêté ainsi que quelques prix de présence pour les amis qui sont sur place.

Pour information : M. Louis Grégoire au 418 655-2267 ou visitez leur site web : www.qcskateboardcamp.com ■



Les cours peuvent être offerts en famille, comme ici, un père avec son fils.



Louis Grégoire s'occupe aussi de dispenser des cours privés aux jeunes.



Des jeunes partagent des cup cakes pour souligner l'anniversaire de l'un d'eux.



Qui dit fête d'anniversaire, dit aussi cadeaux à recevoir ou à offrir.

Une élève du Collège Jésus-Marie de Sillery reçoit un Prix Jeune Philanthrope TELUS

(YG) Kim Bernard, une élève de 5^e secondaire du Collège Jésus-Marie de Sillery, a été récompensée pour son engagement communautaire lors de la sixième édition de la Célébration communautaire de TELUS à Québec, un événement annuel dédié aux organismes de la région pour remercier les bénévoles et professionnels qui ont un impact auprès des communautés.

Kim a reçu un Prix Jeune Philanthrope TELUS, un prix remis à deux jeunes du secondaire qui se démarquent par leur passion

pour l'innovation et leur implication philanthropique. Elle a également reçu une bourse de 1 000 \$ dont 750 \$ seront remis à un organisme de son choix.

Kim Bernard est engagée auprès du comité Environnement du Collège Jésus-Marie de Sillery. Elle prépare également des repas pour les démunis avec le comité Gilles Kègle, au sein duquel elle est responsable de plus de 85 élèves. Par son leadership et son empathie, Kim sait rallier les autres élèves aux différentes causes qui la touchent. ■



MM. Jean-François St-Germain, vice-président, région de Québec et des Marchés publics et parapublics de Telus, et Marc Coulombe, président d'Alex Coulombe Itée et président du comité d'investissement communautaire de Telus à Québec, en compagnie des gagnants des Prix Innovation et Jeune Philanthrope dont Kim Bernard, du Collège Jésus-Marie de Sillery.

**DES ÉCONOMIES
À L'ABRI DE L'IMPÔT
POUR NICOLAS**

Grenier
**INVESTISSEUR
EXIGEANT**

**REER-CELI: DES OCCASIONS
À SAISIR MAINTENANT.**

Communiquez avec un de
nos experts au 418 681-3566

3 mars 2014
Date limite pour cotiser au REER

1 800 CAISSES
desjardins.com/ReerCeli

Siège social
1444, avenue Maguire, Québec
(Québec) G1T 1Z3

Centre de services
2900, chemin Saint-Louis, Québec
(Québec) G1W 4R7

Desjardins
Caisse de Sillery-
Saint-Louis-de-France

Coopérer pour créer l'avenir



Des PASSIONS en ACTION

Bonne année 2014
à toutes et à tous !

Un nouveau complexe sportif de 15 millions construit à De Rochebelle

Pour visionner l'émission consacrée à De Rochebelle, rendez-vous sur le site Web de Télé-Québec au telequebec.tv.



De Rochebelle aura un nouveau pavillon! En effet, un complexe sportif sera construit sur les terrains de l'école. Le nouveau complexe comprendra un gymnase double, une palestre, une salle de conditionnement physique, des vestiaires sportifs, des locaux de service ainsi que trois classes. Ces nouvelles installations permettront à De Rochebelle de bonifier son offre de service et de répondre à tous ses élèves qui souhaiteraient faire partie d'équipes sportives.

Ce projet, attendu depuis plusieurs années, est possible grâce à la participation du gouvernement du Québec, de la Ville de Québec et de la Commission scolaire des Découvreurs.

Plusieurs dignitaires étaient présents lors de l'annonce dont M. Alain Fortier, président de la commission scolaire, M^{me} Agnès Maltais, ministre responsable de la région de la Capitale-Nationale et M. Régis Labeaume, maire de Québec.

De Rochebelle participe activement au Grand Défi Pierre Lavoie



Cette année, l'école secondaire De Rochebelle a sa propre équipe cycliste qui participera au 1000 km du Grand Défi Pierre Lavoie. Cette dernière est composée d'enseignants et de membres de la direction qui s'entraînent déjà depuis plusieurs mois. De plus, une trentaine d'élèves participeront à la course à relais entre Québec et Montréal dans le cadre du Grand Défi au secondaire. Vous désirez en savoir plus sur Pierre Lavoie et son œuvre? Le 7 avril prochain, à 19 h 30, à la salle Simone-Monet-Chartrand de l'école, M. Lavoie donnera une conférence aux parents. Celle-ci est ouverte au grand public.



10 AU 21 FÉVRIER 2014

INSCRIPTION | Ton parcours, tes passions!

2014-2015 | Choisis ton art, tes sports et tes activités sportives et socioculturelles.

Programmes et concentrations

- Programme d'éducation internationale
- Concentration Langues et monde
- Concentration Basketball
Accessible dans le Programme d'éducation internationale le Programme de formation générale et la Concentration Langues et monde
- Programme de formation générale
Avec option Arts, Sports ou Musique

Choix de l'art

- Musique
- Arts plastiques
- Art dramatique

Activités sportives

- Athlétisme
- Hockey / Hockey Cosom
- Soccer
- Badminton
- Patinage
- Natation
- Volleyball
- Basketball
- Basketball (AAA)
- Tennis
- Football
- Cheerleading
- Natation
- Rugby
- Conditionnement physique
- Il y a 34 équipes interscolaires

Comités et activités socioculturelles

- Dessin
- Club d'échecs
- Radio étudiante
- Journal étudiant
- Théâtre
- Comédie musicale
- Création de bijoux
- Ligue d'improvisation
- Danse
- Conversation anglaise
- Harmonies
- Stage band
- Musique de chambre
- Cours de cuisine
- Cinéma
- Conseil des élèves
- Comité du bal
- Comité informatique
- Comité de l'album
- Comité sportif
- Comité Action planète
- Comité Action santé
- Comité Action santé mentale
- Accompagnement des élèves d'adaptation scolaire
- Amnistie internationale
- Unicef



De Rochebelle est à la recherche de ses anciens et anciennes!

Vous avez fréquenté De Rochebelle, le Campus ou le Campus 1? Pour les 50 ans du pavillon Marie-Victorin (PMV), un grand rassemblement aura lieu le 17 mai 2014 et nous souhaitons vous y retrouver! Rendez-vous sur facebook.com/anciensderochebelle

LE BÉNÉVOLAT, UNE ACTIVITÉ DE CHOIX AU SEIN D'UN ÉVENTAIL D'ORGANISMES

POUR « DES CITOYENS RETRAITÉS ENGAGÉS DANS LEUR COLLECTIVITÉ »

Venez nous rencontrer lors du dernier SALON DU BÉNÉVOLAT

(collations et lunch gratuits)

Le jeudi 13 février 2014

au centre communautaire Claude-Allard
3200 d'Amours, Sainte-Foy

Assistez à cinq miniconférences sur
le bénévolat et rencontrez plusieurs
organismes communautaires.

- **Apprendre à se connaître**
- **Mettre son expérience au service d'un organisme**
- **Apprendre de nouvelles habiletés**
- **Augmenter la confiance en soi**
- **Briser son isolement, se sentir utile**

ADMISSION
GRATUITE

friperie communautaire

La fripe.com

Le support qui vous convient

Information et *inscription obligatoire* :

La fripe.com

Téléphone : 418 688-5162

Courriel : lafripe.com@videotron.ca

Site Internet : www.lafripe.com

Une collaboration de :

Service Canada par le biais de PNHA
Ville de Québec, Arrondissement Sainte-Foy-Sillery-Cap-Rouge
Caisse Desjardins du Plateau Montcalm

250 personnes participent au souper spaghetti de la de fabrique de Saint-Charles-Garnier

YVON GIROUX

redaction@journ-al.ca

Le souper spaghetti tenu à la salle communautaire de l'église Saint-Charles-Garnier, au profit de la paroisse, a rapporté 4 451 \$,

grâce à la vente des billets et à la contribution de plusieurs donateurs. Les 250 convives ont vivement apprécié le souper offert par la famille Rousseau, propriétaire du magasin d'alimentation IGA de Sillery et le fromage par la Fromagerie Perron. ■



Les membres de l'Assemblée de fabrique de la paroisse de Saint-Charles-Garnier: MM. Robert J. Gravel, Paul Robitaille, trésorier, Robert Moreau, Mme Louise Lafrance, secrétaire, MM. Gilbert Tardif, vice-président, Denis Cadrin, curé, Henri Brun, président.



Membres du Conseil de quartier de Sillery, M. Frédéric Paul trésorier, Mmes Christiane Trudel présidente, Julie Lacroix vice-présidente et M. Paul Shoiry conseiller du district Sillery-Saint-Louis-de-France.



Des bénévoles, Mmes Suzanne Lortie, Carole Dussault, M. Daniel Brunet, Mmes Helen Côté, Émilie Côté Dolbec, Johanne Labarre, Ginette Chabot, Claire DeBlois Côté, Anne-Marie-Lapalme, Louise Lafrance et Lise Bélanger.



D'autres bénévoles, Mmes Gaétane Brun, Anne-Marie Lapalme, Lise Bélanger, Lise Gignac Lord, Françoise Tremblay, Martine Gravel.



M. l'abbé Denis Cadrin, curé des paroisses de Saint-Charles-Garnier et de Saint-Michel-de-Sillery, souhaite la bienvenue aux 250 convives présents lors du souper spaghetti, tenu au profit de la paroisse Saint-Charles-Garnier.



Le cuisinier et ses assistantes, Mme Johanne Labarre, M. Jean-Jacques Raynaud, Mme Ginette Chabot.



Trois générations de bénévoles, Mmes Helen Côté, Claire DeBlois Côté et Émilie Côté Dolbec.



Le comité organisateur formé de Mmes Helen Côté, Claire DeBlois Côté et Louise LaFrance.



L'accordéoniste, M. Guy St-Jean, a enchanté petits et grands.

Partez GAGNANT

avec **Ste-Foy Hyundai**

SONATA GLS 2013 Modèle Limited montré*

Jusqu'à **5000\$** de **RABAIS**[†] ou **0%** jusqu'à **96** mois[⊙] Financement sur les autres versions

ELANTRA L 2013 Modèle Limited montré*

Jusqu'à **4540\$** de **RABAIS**[†] ou **0%** jusqu'à **84** mois[⊙] Financement sur les autres versions

Optez pour une formule gagnante

Ste-Foy HYUNDAI

stefoyhyundai.com / 418 654-9292
2400, rue Dalton, Parc Colbert, Ste-Foy

GARANTIE 5 ANS* Garantie globale limitée : 5 ans/100 000 km
Garantie groupe motopropulseur : 5 ans/100 000 km
Garantie sur les émissions : 5 ans/100 000 km

* Prix des véhicules montrés : Elantra Limited 2013, transmission automatique à partir de 24 964 \$ / Sonata Limited 2013 à partir de 30 764 \$. Frais de 115 \$ (taxe de 15 \$ sur les pneus et taxe de 100 \$ sur le climatiseur sur les modèles équipés d'un climatiseur), livraison et de destination de 1 550 \$ / 1 650 \$ inclus. Frais d'immatriculation, d'assurance, d'immatriculation, du RDPRM (maximum 76 \$) et taxes applicables en sus. [⊙] Financement à l'achat sur approbation du crédit des Services financiers Hyundai. Exemples de financement : Elantra GL 2013, boîte manuelle 6 vitesses à partir de 20 014 \$ / Sonata GL automatique 2013 à partir de 25 764 \$ à un taux annuel de 0 % pour 84 / 96 mois. Paiement de 110 \$ / 124 \$ aux 2 semaines. Comptant initial requis de 0 \$. Coût de prêt (incluant les frais maximum du RDPRM de 76 \$) : 76\$, pour une obligation totale de 20 090 \$ / 25 840 \$. Frais de 115 \$ (taxe de 15 \$ sur les pneus et taxe de 100 \$ sur le climatiseur sur les modèles équipés d'un climatiseur), livraison et de destination de 1 550 \$ / 1 650 \$ inclus. Frais d'enregistrement, d'assurance, d'immatriculation, du RDPRM (maximum 76 \$) et taxes applicables en sus des offres de financement à l'achat et sont payables au moment de la livraison. [†] Le calcul des ajustements de prix se fait à partir du prix de base de chaque véhicule. Ajustements de prix jusqu'à 4 540 \$ / 5 000 \$ offerts sur achats comptants seulement sur les Elantra L 2013, boîte manuelle / Sonata GLS 2013. Les ajustements de prix s'appliquent au prix avant taxe. Cette offre ne peut être combinée ou utilisée en conjonction avec toute autre offre disponible. Cette offre ne peut être transférée ni cédée. Aucun échange de véhicule requis. ^{⊙†} Offres d'une durée limitée pouvant être modifiées ou annulées sans avis préalable. Le concessionnaire peut vendre à prix moindre. Les stocks sont limités. Le concessionnaire pourrait devoir commander le véhicule. Contactez votre concessionnaire pour tous les détails. Tous les détails chez Ste-Foy Hyundai.

ILS ET ELLES EXCELLERONT



COLLÈGE JÉSUS-MARIE
DE SILLERY

L'apprentissage des langues au cœur du parcours scolaire

Tant au primaire qu'au secondaire, les élèves du Collège Jésus-Marie de Sillery bénéficient d'un enseignement enrichi des langues. L'apprentissage de l'anglais est offert dès le préscolaire. Les élèves de 5^e et 6^e année ont l'occasion de suivre des cours d'anglais intensif. **À partir de l'année scolaire 2014-2015, tous les élèves de 5^e année profiteront du programme d'anglais intensif et leur parcours enrichi se poursuivra en 6^e année.** Un vaste choix d'activités parascolaires permet également aux élèves de faire l'apprentissage de l'anglais après l'école. Au secondaire, tous les élèves bénéficient de l'anglais enrichi ou de l'English Language Arts. Puisque l'espagnol est inclus dans l'horaire des élèves, ils ont tous l'occasion de faire l'apprentissage d'une troisième langue. Enfin, les élèves qui désirent s'initier au mandarin ou à l'allemand peuvent le faire en choisissant cette activité parascolaire.



Remise des diplômes du Programme d'éducation internationale

Lors de la cérémonie de remise des diplômes du Programme d'éducation internationale (PÉI), les finissantes de la cohorte 2012-2013 ont été conviées à un cocktail suivi d'une cérémonie à la salle Dina-Bélanger. Devant leurs parents et les membres du personnel, les élèves ont reçu le diplôme du Baccalauréat international ainsi que celui de la Société des écoles du monde du BI du Québec et de la francophonie. Le fait de compléter avec succès le Programme d'éducation internationale représente un accomplissement majeur qui bonifie le dossier des étudiants pour la poursuite de leurs études post-secondaires. Le Collège est fier de souligner que 100% des finissantes inscrites au PÉI l'an dernier ont répondu aux exigences du programme et obtenu leurs diplômes.



Mme Julie Cauchon, enseignante au Collège, et Myriam Morand-Dupuis, diplômée du PÉI.
(crédit photo Claudy Rivard)

Une élève du Collège reçoit un Prix Jeune Philanthrope TELUS

Kim Bernard, une élève de 5^e secondaire, a été récompensée pour son engagement communautaire lors de la sixième édition de la Célébration communautaire de TELUS à Québec. Kim a reçu un Prix Jeune Philanthrope TELUS, un prix remis à deux jeunes du secondaire qui se démarquent par leur passion pour l'innovation et leur implication philanthropique. Elle a également reçu une bourse de 1 000 \$ qu'elle a choisi de remettre à deux organismes qui lui tiennent à cœur : la Fondation Gilles Kègle et le Centre de prévention du suicide de Québec. Kim Bernard est engagée auprès du comité Environnement du Collège. Elle prépare également des repas pour les démunis avec le comité Gilles Kègle, au sein duquel elle est responsable de plus de 85 élèves.



Jean-François St-Germain, vice-président, Région de Québec et des Marchés publics et parapublics de Telus, et Marc Coulombe, président d'Alex Coulombe Itée et président du comité d'investissement communautaire de Telus à Québec, en compagnie des gagnants des Prix Innovation et Jeune Philanthrope, dont Kim Bernard. (Photo gracieuseté)

Campagne majeure de financement



Le Collège Jésus-Marie de Sillery est actuellement en campagne majeure de financement afin de réaliser quatre grands projets qui permettront de moderniser les installations du Collège. Pour accomplir ces travaux, le Collège souhaite amasser deux millions de dollars en dons. L'un des projets visés par la campagne de financement est l'aménagement de l'Atrium, un espace qui revêt une grande importance pour les élèves du Collège. Il s'agit en effet d'un lieu rassembleur où les élèves peuvent socialiser et développer de belles amitiés.

La 35^e édition du tournoi National Bantam Sainte-Foy-Sillery remporte un très bon succès

(YG) Le président de l'Association du hockey mineur Sainte-Foy-Sillery, M. Yves Desrochers, se dit très heureux du succès obtenu par la présentation de la 35^e édition du tournoi National Bantam Sainte-Foy-Sillery. « L'ajout d'une classe Bantam AAA a fait en sorte d'attirer beaucoup plus de spectateurs. La présence de M. Jean Perron pendant les cinq jours du tournoi a été également un facteur important », affirme M. Desrochers.

Jean Perron, ancien instructeur du Canadien de Montréal et des Nordiques de Québec avait accepté la présidence d'honneur de ce tournoi. Tout au long du tournoi, M. Perron a été vu dans l'aréna s'arrêtant pour discuter avec les spectateurs présents, montrant sa bague de la Coupe Stanley remportée avec le Ca-

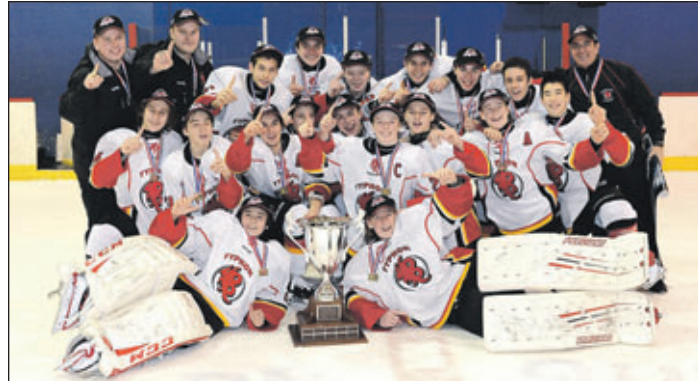
nadien, acceptant, de bonne grâce, de se faire photographier avec les amateurs de hockey. Il a même été faire quelques discours dans les chambres de joueurs au cours du tournoi.

Un total de 106 parties, 55 équipes de calibre AAA, AA, BB, CC et A, des équipes provenant cette année des États-Unis, du Nouveau-Brunswick, de l'Ontario et de partout en province étaient de cette édition.

Dans le Bantam AAA, les Typhons de Québec ont vaincu les Seigneurs des Mille-Îles en finale par la marque de 6 à 3. Voici les autres gagnants : dans le AA, les Vics de Yamaska-Missisquoi, dans le BB, les Gladiateurs de Rousillon, dans le CC, les Tigres de Victoriaville et dans le A, les Tigres de Victoriaville. ■



Les dignitaires réunis pour la mise en jeu officielle lors de l'ouverture du tournoi.



Les Typhons de Québec ont vaincu les Seigneurs des Mille-Îles en finale par la marque de 6 à 3 dans la catégorie Bantam AAA.



MM. Jean Perron, président d'honneur, Gouvy, la mascotte des Gouverneurs, M. Yves Desrochers, président de l'Association du hockey mineur Sainte-Foy-Sillery et Joël Godin, représentant le député de Louis-Hébert, M. Sam Hamad.

L'exposition Rencontres de Marcia Lorenzato présentée jusqu'au 6 février à la Galerie Vincent et moi

(YG) Visitez l'exposition Rencontres de Marcia Lorenzato à la Galerie Vincent et moi à l'Institut universitaire en santé mentale de Québec au 2601, de la Canardière Local G-1343, jusqu'au 6 février. Mme Lorenzato, psychopédagogue et artiste, est intervenante par l'art en soins palliatifs au Centre de jour de la Maison Michel-Sarrazin.



Mme Marcia Lorenzato

l'existence. Comment interpréter, comprendre et réagir devant le quotidien? Des constats ressortent tout au long du chemin. Équilibre et déséquilibre sont au rendez-vous. Dans sa relation au monde, entre harmonie et mésadaptation, l'être évolue sur une mince ligne d'équilibre. Il doit franchir de multiples passages. Ce sont les défis qui composent le jeu des règles flottantes, variables, en constante mutation. ■

« Ce qui anime ma production, c'est une réflexion sur

VIVRE EN FORME !
VIVRE EN SANTÉ !
VIVRE SANS DOULEUR !

à votre domicile

avec la thérapie à Champs Magnétiques Pulsés (CMP)




- Arthrose
- Ostéoporose
- Maux de dos
- Maladies neurodégénératives (Parkinson et Sclérose en plaques)
- Fibromyalgie
- Blessures sportives
- Incontinence urinaire

EFFICACITÉ SCIENTIFIQUE PROUVÉE, BASÉE SUR UNE MULTITUDE D'ÉTUDES À DOUBLE INSU



NISANCOS

Thérapie à Champs Magnétiques Pulsés (CMP)

- Régénération cellulaire •
- Relaxation profonde •
- Anti-inflammatoire •
- Sans effets secondaires •
- Utilisé dans les hôpitaux et cliniques de physiothérapie •
- Homologué par Santé Canada •
- Nous livrons l'appareil à votre domicile avec explications •

NOTRE MISSION :
RAJOUTEZ DE LA VIE
AUX ANNÉES ET
DES ANNÉES À LA VIE




Réal Faucher
www.nisancos.com

Tél.: 418-658-7666
Sans frais: 1-866-664-7666

Semaine Échanges-Carrière est l'occasion de jumelages professionnels avec des personnes immigrantes

(YG) Option-travail/Carrefour jeunesse-emploi Sainte-Foy (CJE Sainte-Foy), récipiendaire du prix Soutien à l'intégration au Gala reconnaissance Un monde à faire 2013 de la Chambre de commerce de Québec, poursuit ses efforts en matière d'intégration des personnes immigrantes. L'organisme a réalisé pour une onzième année l'événement Échanges-Carrière.

Cette activité a permis à 24 nouveaux arrivants de se familiariser avec la réalité du marché du travail québécois par l'entremise d'un jumelage professionnel d'une journée.

C'était l'occasion pour les participants d'en apprendre davantage sur leur secteur d'emploi au Québec et pour les professionnels de contribuer aux démarches d'intégration des personnes immigrantes.

Pour conclure cet événement interculturel, tous les nouveaux arrivants et professionnels ont été invités à poursuivre leurs échanges lors d'un 5 à 7 où il a été possible d'écouter plusieurs témoignages des participants. Ce fut le moment idéal pour souligner l'implication de tous dans cet événement significatif. ■



Deux participants très satisfaits de leur jumelage.



Des participants et des partenaires profitent de ce moment pour raconter leur expérience.

Le Cégep Garneau travaille sur son Plan stratégique 2014-2019

(YG) Depuis quelques mois, le Cégep Garneau a amorcé une vaste réflexion en vue d'établir et mettre en œuvre son prochain Plan stratégique 2014-2019. Pour mener à bien cette opération, il considère important d'établir un dialogue avec son personnel et ses étudiants,

ainsi qu'avec ses différents partenaires.

Plusieurs consultations ont été effectuées par le Cégep sur les enjeux, les orientations et les objectifs stratégiques qui doivent assurer son développement et sa pérennité. ■



Les partenaires internes et externes présents : Louise Bilodeau, direction de la planification, du partenariat et de l'information sur le marché du travail (DPPIMT) - Emploi-Québec - Direction régionale de la Capitale-Nationale, Simon Marchand, Direction générale des programmes de premier cycle, Université Laval, Pierre Cassivi, président-directeur général, Corporation des parcs industriels de Québec, Denis Coulombe, directeur de l'enseignement universitaire, IUCPQ, Christian Cyr, responsable, Résidences étudiantes du Vieux Château, Anne Demers, PDG de l'Association étudiante de l'Université Laval, Patricia Fitzmaurice, co, Service d'orientation et d'intégration des immigrants au travail, Marie Gagnon, directrice générale, École police, Alain Levasseur, président, Globco International, Chantal Paradis, conseil de quartier Saint-Sacrement, Jeanne Paradis, adjointe au directeur de l'enseignement du CHU de Québec, Julie-Anne Rivard, coordonnatrice en développement organisationnel, Direction régionale du développement organisationnel, Agence de la santé et des services sociaux de la Capitale-Nationale, Luc Samson, coordonnateur à la Direction de la planification stratégique du RTC, Nathalie Thibault, directrice des soins infirmiers, IUCPQ et Julie Vigneault, adjointe au directeur de l'enseignement au CHU de Québec. Internes : Karen Bouchard, directrice, Fondation Cégep Garneau, Paulette Dupuis, directrice des études, Cégep Garneau, Carol Gilbert, directeur adjoint à la Formation continue, Cégep Garneau, Julie Renaud, directrice du CPE la Frimousse, Francis Viens, directeur de la Coopsco FXG + 3 personnes du CA Coopsco FXG, CA Coopsco : Alexandre Desjardins, président, étudiant, CA Coopsco : Marie-Eve Fradette, administratrice, étudiante, CA coopsco : Sabrina Myrand-Esquivel, vp, étudiante. Équipe terrain: Denise Trudeau, directrice générale, Jean-Yves Tremblay, directeur adjoint aux études, Paul Fournier, professeur en Techniques administratives, Guylaine Roberge, adjointe administrative à la direction générale.

La Société scout de Sainte-Ursule inaugure un nouveau chalet

(YG) Après un an d'effort, la Société scout de Sainte-Ursule inaugure récemment un nouveau chalet situé à Saint-Raymond-de-Portneuf. L'événement regroupait des bénévoles qui ont œuvré à la construction, des scouts actuels et leur parents, des anciens scouts qui ont fréquenté l'endroit et des partenaires financiers. Plus de 130 personnes ont participé à l'activité.

Ce chalet, qui a été construit par plus de 70 bénévoles et avec l'appui de partenaires financiers, est destiné à remplacer celui devenu désuet avec le temps et construit il y a près de 50 ans. Cette réalisation a été rendue possible grâce à la contribution d'une communauté de personnes et de corporations qui se sont mobilisées et ont rendu le projet vivant. Des dons totalisant pour l'instant près de 48 000 \$ ont contribué au lancement du projet. Une levée de fonds est toujours en cours afin de compléter le financement. L'objectif à atteindre est de 30 000 \$.

Le chalet servira aux activités scout de Sainte-Ursule et Saint-Louis-de-France et sera aussi offert aux autres groupes scouts. Le chalet neuf sera disponible durant la semaine (hors des périodes d'activités scout), à prix modique auprès des groupes communautaires de Saint-Louis-de-France et Sainte-Ursule afin d'en faire bénéficier le plus large nombre possible.

Le vieux chalet scout a été construit initialement sur le sol et fut ensuite transféré sur des blocs de béton empilés. Il présente des problèmes structurels importants compte tenu que la partie nord commence à s'affaïsser. Si à une certaine époque, les revenus de location du chalet permettaient d'en financer les coûts d'entretien, de déneigement et de chauffage, ils diminuent graduellement à chaque année compte tenu de l'état actuel

du chalet et par ricochet de la raréfaction de la clientèle.

Propriétaire de la terre à bois sur laquelle est situé le chalet, le conseil d'administration des scouts de Sainte-Ursule a décidé en avril 2012 de s'orienter vers une reconstruction. L'option d'un chalet quasi identique à celui existant a été retenue. Après avoir établi de façon préliminaire en quoi consisterait le projet et quels en seraient les coûts, la Société s'est tournée vers la caisse populaire de la Pointe-de-Sainte-Foy qui l'a assurée de son soutien à la hauteur de 15 000 \$ en novembre 2012. Sa voisine de territoire, la caisse populaire Sillery-Saint-Louis-de-France a aussi accordé son soutien à la hauteur de 10 000 \$. Les corporations des loisirs des deux communautés Sainte-Ursule et Saint-Louis-de-France ont quand à elles allongé respectivement 7 000 \$ et 5 000 \$ chacune. L'organisme disposait avant la fin de 2012 de plus de 37 000 \$ pour des coûts estimés alors d'environ 45 000 \$. Le projet était lancé.

La construction a débuté en mai 2013. Au paravant, une demande de permis de construction a été déposée à la Ville de Saint-Raymond. Celle-ci ayant affaire à une situation particulière (chalet rustique scout) a requis l'opinion de l'Ordre des architectes pour évaluer la demande. Le verdict est tombé, le projet ne répondait pas à certaines normes, ils devaient réviser le tout à l'aide d'un architecte. Ce faisant, le projet de chalet rustique scout allait maintenant être classé comme une bâtisse commerciale de type hôtellerie rustique incluant les normes de construction prescrites et les coûts afférents. Compte tenu de ces contraintes, le budget total du projet de reconstruction a été révisé à 78 000 \$. ■



Le président du conseil d'administration de la Caisse Desjardins de Sainte-Foy, M. Louis Babin, en compagnie de membres de la Société scout de Sainte-Ursule.



Plus de 130 personnes ont participé à l'activité



MÉRICI
COLLÉGIAL PRIVÉ

DIMANCHE DE L'ADMISSION 9 FÉVRIER 2014, DE 10 H À 14 H

Soyez en avance sur les autres! Venez déposer votre demande d'admission pour l'un de nos programmes préuniversitaires, techniques ou de formation continue le 9 février prochain, entre 10 h et 14 h et obtenez une réponse sur place! Consultez notre site Internet pour connaître les documents obligatoires à apporter pour l'analyse de votre dossier.

JOURNÉE ÉTUDIANT D'UN JOUR

Venez vivre l'expérience Mérici une journée dans le programme de votre choix et à la date qui vous convient! Pour vous inscrire en ligne, consultez www.merici.ca

CHOISIR MÉRICI POUR SES ÉTUDES COLLÉGIALES

Choisir un cégep est une étape importante dans le parcours scolaire d'un étudiant. Chaque année, plus de 1 200 étudiants provenant de partout au Québec choisissent Mérici pour leur formation préuniversitaire, technique ou de formation continue. À Mérici, vous retrouverez un enseignement personnalisé, de l'accompagnement, une vie étudiante chaleureuse et dynamique. Vous pourrez aussi témoigner de la compétence des enseignants, des multiples services offerts, des nombreux projets, événements et activités sportives et culturelles qui sont proposés aux étudiants, leur permettant de s'impliquer tout au long de leur parcours collégial et de s'engager davantage dans leurs études... Des petits « plus » qui ont un impact majeur sur la réussite des étudiants, et ce, dès leur première session! Découvrez en plus sur merici.ca

À DÉCOUVRIR! RESTAURANT PÉDAGOGIQUE *LE RÉFECTOIRE*



À la salle à manger pédagogique de Mérici, *Le Réfectoire*, vous serez accueilli et servi par des étudiants en Techniques de gestion hôtelière. Votre menu aura été imaginé et réalisé par des futurs gestionnaires de la restauration. Bien sûr, il faudra prendre le temps d'apprécier. Voilà une bonne manière de savourer la vie! Consultez le site Internet pour connaître l'horaire de la session d'hiver et réserver votre place.



FORMATION PRÉUNIVERSITAIRE POUR LES COMMUNICATEURS DE DEMAIN!

Depuis l'an dernier, Mérici offre le nouveau programme préuniversitaire Arts, lettres et communication. Deux profils distincts sont offerts aux étudiants, soit Création multimédia et Publicité et relations publiques. Le profil Création multimédia cible les personnes intéressées par le design, la photographie, la production vidéo, le cinéma, les arts graphiques. Quant au profil Publicité et relations publiques, celui-ci intéressera les personnes qui désirent se diriger vers des études universitaires en relations publiques, en journalisme ou en publicité. En deux ans, les étudiants ont la chance de découvrir le vaste univers des communications et d'acquiescer tous les outils nécessaires pour poursuivre dans le domaine de leur choix à l'université! Réunissant des enseignants passionnés provenant de l'industrie, le programme Arts, lettres et communication offert à Mérici est un programme axé sur la pratique qui plaira à celles et ceux qui aiment créer et se dépasser!



AEC TOURISME D'AVENTURE ET ÉCOTOURISME INSCRIPTION DÈS JANVIER

Pour les passionnés de plein air et tous les intéressés qui désirent devenir des guides d'aventure, Mérici offre depuis plusieurs années une formation intensive en Tourisme d'aventure et écotourisme. Cette attestation d'études collégiales débute chaque année en septembre et se termine un an plus tard par un voyage d'envergure à l'étranger d'une durée de trois semaines. Plus de la moitié des cours sont donnés à l'extérieur dans les plus beaux espaces du Québec. En plus de développer leur leadership, les étudiants développent une grande polyvalence. Au programme: kayak, canoë, camping d'hiver, randonnées pédestres, survie en forêt, sauvetage en eaux vives, gastronomie, interprétation de la nature...et bien plus!

MÉRICI...DANS L'AMBIANCE DU CARNAVAL!

Encore cette année, les étudiants du programme Techniques de tourisme seront en plein cœur de l'action car ils participeront au service d'accueil INFO CARNAVAL. Ils seront présents un peu partout sur les sites du Carnaval les fins de semaine pour répondre aux demandes d'information des visiteurs. Soulignons qu'une traditionnelle journée de motivation et de formation, appelée le «Vendredi rouge», a lieu chaque année à Mérici pour souligner l'importance de ce grand événement et la contribution des étudiants. Bon Carnaval à tous!



Steve Desgagné et son Graceband en tournée provinciale pour 2014!

Depuis le début de 2014, **Steve Desgagné et son Graceband** s'approprient les grands succès du "King" et présentent le spectacle *Let it be me* (tiré de l'album du même nom présenté au public le 19 septembre) partout en province. Steve Desgagné est connu au Saguenay-Lac-Saint-Jean et au Québec depuis de nombreuses années pour ses interprétations des chansons du King. Il a cependant acquis une notoriété supplémentaire après son passage fructueux à l'émission *On connaît la chanson* sur les ondes de TVA en septembre 2012. Steve et son groupe seront sur la scène de la salle Louis-Frédéric du Grand Théâtre de Québec le 22 mars 2014. La tournée *Let it be me* s'arrêtera aussi à Thetford Mines, Montmagny, Sainte-Marie et Saint-Georges-de-Beauce, Rivière-du-Loup. D'autres destinations s'ajouteront en cours d'année. Pour les dates, on peut visiter le site de Steve : <http://www.steevedesgagne.com/>



Steve Desgagné

Centre d'art La Chapelle: la programmation hiver-printemps 2014 est lancée!



Amélie Veille

Le coup d'envoi de la programmation hiver-printemps 2014 du **Centre d'art La Chapelle** et de la **Salle Sylvain-Lelièvre** a été donné le 8 janvier en présence de plusieurs artistes. Le Centre d'art La Chapelle est maintenant devenu un incontournable de la vie culturelle de Québec et les nouveaux spectacles qui y sont présentés depuis le 10 janvier n'échappent pas à cette réalité! Sa toute nouvelle programmation hiver-printemps 2014 offre une grande variété! De son côté, la Salle Sylvain-Lelièvre se démarque par son acoustique et sa grande qualité architecturale. Deux trésors à découvrir! Centre d'art La Chapelle: <http://www.centredartlachapelle.com/> Salle Sylvain-Lelièvre: <http://www.cegeplimoilou.ca/>.

Monsieur T. débarque à Québec!

La **Brûlerie Rousseau**, institution de renom qui importe thés et cafés à Québec depuis 1867, a lancé une nouvelle bannière l'automne dernier! En effet, la ville de Québec est devenue le nouveau terrain de jeux des amateurs de thé grâce à l'ouverture d'une des deux nouvelles boutiques spécialisées : les succursales de **Monsieur T.** Depuis 2006, les **Brûleries Rousseau** appartiennent au couple formé de **Claude Dupuis** et **Guylaine Carrier**, tous deux passionnés par l'univers du café et des délicieux breuvages chauds qui en découlent. Avec **Monsieur T.**, le couple passe le flambeau à leur fils, **Jacob**, dont la fibre entrepreneuriale combinée à sa passion pour le thé l'ont poussé à suivre la tradition familiale pour démarrer sa propre entreprise et créer l'univers de **Monsieur T.** La première boutique **Monsieur T.** a ouvert ses portes dans les **Halles du Petit Cartier** en décembre 2013 et celle des **Halles de Sainte-Foy** verra le jour ce printemps. Lien: <http://www.monsieurt.ca/>



Affiche promotionnelle Monsieur T.

Le Salon de la moto et du VTT de retour à Québec cet hiver



Salon de la moto et du VTT

Du 7 au 9 février se déroulera à Québec le **Salon de la moto et du VTT**, présenté par **La Capitale assurances générales**, au Centre de foires! Cette année, le salon revient présenter aux amateurs de moto et de VTT les plus grands manufacturiers de l'industrie qui seront sur place le temps de trois journées pour offrir démonstrations et information. De plus, le salon permet d'en apprendre plus sur les tech-

niques émergentes, sur les derniers accessoires et services tendances de l'industrie en plus de proposer des conférences et des astuces de voyages. Bref tout pour comparer les meilleures options du marché et planifier ses prochaines randonnées! Le salon 2014 deviendra également le terrain de jeux des différents concessionnaires qui présenteront leurs nouveaux modèles et prendront les commandes pour ceux désirant s'offrir la moto de leur rêve! Lien: <http://quebecmotorcycleshow.com/>

Inauguration d'un quatrième restaurant Cosmos dans la grande région de Québec

Louis McNeil, propriétaire des restaurants Cosmos de Québec, Sainte-Foy et Lévis et ses associés, dont Jean-Pierre Gagnon et le Chef exécutif Jacques Talbot, ont procédé à l'ouverture, en décembre 2013, du quatrième restaurant Cosmos de la grande région de Québec, le **Cosmos LB9**, dans le quartier Lebourgneuf. Le nouveau Cosmos est situé au 5700, boulevard des Galeries (local 103) au rez-de-chaussée d'une toute nouvelle bâtisse du Complexe de la Capitale (phase V). Il s'agit d'un investissement majeur de 3,8 M \$. Avec son ouverture, Cosmos LB9 a créé 140 nouveaux emplois ce qui porte le nombre total d'employés des quatre restaurants Cosmos à 540.



Cosmos LB9

Beaucoup d'action encore en restauration dans la région de Québec est prévue en 2014, avec notamment la réouverture très attendue, au printemps, du nouveau LARGO, toujours sur la rue Saint-Joseph, mais dans un local pouvant accueillir beaucoup plus de visiteurs... L'ami Guy Collin inaugurera aussi en 2014 Le Tournebroche, une pâtisserie, qui prendra place dans le local des Frères de la Côte de Philippe Dehaye, qui traverse la rue dans les locaux vacants du Rétro... **Il est question d'une nouvelle adresse (un Bistro ?) pour le fameux restaurant La Tanière, cette fois dans le Vieux-Port, sans doute dans l'ancienne Moulerie Moss au 255, rue Saint-Paul...** Avec la fermeture du Concorde et évidemment de l'Astral, je peux vous dire que je me dois de tourner la page sur quelques unes de mes sorties gastronomiques et vinicoles les plus remarquables en « carrière » tenues à cet endroit mythique... **On parle de plus en plus d'un retour en octobre pour un nouvel événement musical et sportif SKATEMANIA 2 (avec le retour j'espère de Joannie Rochette et quelques autres gros noms en chanson) au Colisée de Québec, suite au succès remporté par Alain Goldberg il y a quelques mois...** Parlant d'Alain, il est certainement très excité de partir bientôt pour aller commenter les spectaculaires compétitions de patinage artistique de Sotchi... cette fois malheureusement sans la compagnie de son regretté comparse Richard Garneau, qui a passé l'arme à gauche en janvier 2013... **On risque d'entendre parler bientôt à Québec des « 60 heures Volvo », vous savez pourquoi ???...** Le très attendu encan des vins prestigieux Québec Millésima 2014 se déroulera le 1^{er} mai 2014 au profit du Musée national des beaux-arts du Québec... **Le secteur de Place Royale, Vieux-Port, Quartier Petit-Champplain, Musée de la civilisation aurait du gros nouveau à annoncer bientôt en matière de regroupement et de dénomination commune...** La Grande Collecte de Moisson Québec aura lieu en 2014 du 10 au 12 avril... **Un tout nouveau Salon du jardinage aura lieu du 14 au 16 mars 2014 au Centre des congrès de Québec et ils ont évidemment choisi le porte-parole le plus pertinent en ce domaine : LH (vous devinez ?)...**

Le Cégep Garneau accueille l'état-major du Service de police de la Ville de Québec et celui de la Ville de Lévis

YVON GIROUX

redaction@journ-al.ca

étudiantes et étudiants qu'ils reçoivent en stage.

Le Département de techniques policières du Cégep Garneau accueillait récemment l'état-major du Service de police de la Ville de Québec et celui de la Ville de Lévis lors d'une réception donnée au Cégep Garneau. Soulignant l'exceptionnelle collaboration établie de longue date entre ces deux organisations et le Cégep, le coordonnateur du Département, M. Jean-Louis Dallaire, a rappelé l'importance du rôle qu'assume chacun des corps policiers dans la formation des

Les membres des Services de police de la Ville de Québec et de Lévis ont pu échanger avec les professeurs et visiter les salles d'enseignement et de simulation dotées d'équipement technologique de grand calibre. Techniques policières est un programme réputé qui a fait son entrée au Cégep Garneau en 1971; ce programme offre une formation de grande qualité, par une approche pratique axée sur la résolution de problèmes ainsi que par la qualité de ses professeurs. ■



Photo Emilie Cyrenne-Parent

MM. Michel Pontbriand, Jacques Lapointe, Claude Lemire, Mme Geneviève East Goulet, M. Jacques Boilard, Mme Nathalie Rousseau, M. Marc Allard, MM. Yves Charrette, F. Bisson, Jocelyn Ross, Jean Richard, Jocelyn Bélanger, Gaétan Ménard, Marko Mercier et Jean-Louis Dallaire.

Philippe Bégin remporte le concours Mes parents et MOI, toute une équipe!

(YG) Le jeune Philippe Bégin, étudiant à l'école Saint-Michel et membre de la Caisse Desjardins Sillery-Saint-Louis-de-France, fut l'heureux gagnant d'un certificat-cadeau d'une valeur de 700 \$, applicable

pour un forfait-vacances familial d'hiver, pour sa participation à la promotion de la caisse scolaire Desjardins « Mes parents et MOI, toute une équipe! » - volet Grand public. ■



Le jeune Philippe Bégin, étudiant à l'école Saint-Michel et membre de la Caisse Desjardins Sillery-Saint-Louis-de-France en compagnie de Mme Julie Bisson, conseillère en finances personnelles - développement du marché étudiant.

La 34^e édition du Tournoi provincial de hockey Pee-Wee Sainte-Foy/Sillery Desjardins Caisse de Sillery/Saint-Louis de France connaît un autre succès

YVON GIROUX

redaction@journ-al.ca

Le comité organisateur de la 34^e édition du Tournoi provincial de hockey Pee-Wee AHMSFS Sainte-Foy/Sillery Desjardins Caisse de Sillery/Saint-Louis de France est très heureux de la réponse de la population

au cours de ce tournoi qui se déroulerait récemment au Centre sportif de Sainte-Foy sur les deux glaces soit : Robert (Bob) Chevalier et Roland Couillard.

La 34^e édition du tournoi, sous la présidence d'honneur de M. Yves Desrochers, président de l'Association du hockey mineur de Sainte-

Foy/Sillery et du président, M. John Kennedy.

Dans la Classe B, Les Élans de Charlesbourg ont remporté l'or et le trophée L'Entrepôt du hockey face aux Commandeurs de Pointe-Lévis. Dans la Classe A, les Hawks de La Prairie ont vaincu les Bastions de Blainville et gagné le trophée Ville de Québec et l'or.

Dans la Classe CC, les Mariniers de Rimouski ont remporté l'or et le trophée Desjardins Caisse de Sillery/Saint-Louis de France contre les Gladiateurs de Québec Ouest. Dans la Classe BB, le trophée Ameublements Tanguay a été remis aux Huskies de Chaudière Ouest qui ont aussi gagné l'or contre les Gladiateurs de Québec Ouest. ■



Dans la Classe B, Les Élans de Charlesbourg ont remporté l'or et le trophée L'Entrepôt du hockey.



Dans la Classe A, les Hawks de La Prairie ont vaincu les Bastions de Blainville et gagné le trophée Ville de Québec et l'or.



Dans la Classe CC, les Mariniers de Rimouski ont remporté l'or et le trophée Desjardins Caisse de Sillery/Saint-Louis de France.



Dans la Classe BB, le trophée Ameublements Tanguay a été remis aux Huskies de Chaudière Ouest qui ont aussi gagné l'or.

Bienvenue à votre clinique privée de Sillery !

Venez nous rencontrer
et faites l'expérience
de la différence du
privé en santé !

Dr Jean Roy MD
Médecine familiale,
intérêt particulier pour
l'apnée du sommeil

**Polygraphie
ambulatoire**
(apnée du sommeil)
à seulement
395\$*
Renseignez-vous!

* Pour un temps limité.

Nous avons l'expertise
médicale nécessaire pour
**dépister, diagnostiquer et
traiter l'apnée et les autres
troubles du sommeil**

Aussi:

- Prises de sang
- Clinique santé voyage
- Médecine familiale
- Urgences mineures
- Vaccination (grippe, zona, etc.)
- Soins à domicile
- Suivi diabète
- Suivi hypertension
- Médecine industrielle
- Et plus !

Pour votre santé

CLINIQUES MÉDICALES
LACROIX
MÉDECINE PRIVÉE

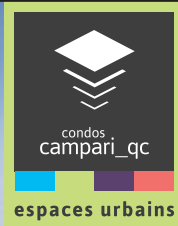
418 681-7911

Cliniques à Lac-Beauport, Cap-Rouge, Sillery, St-Jean-Chrysostome, Ste-Marie-de-Beauce
Cliniques affiliées à Victoriaville, Terrebonne, Bromont

De partout, sans frais: 1 855 841-1911

Visitez notre site web à CliniquesLacroix.ca

Premier réseau de cliniques privées au Québec



3 1/2 à partir de
192 900\$ +TX

3 500\$ DE RABAIS
sur l'unité de votre choix

- SIX ÉLECTROMÉNAGERS
- LIT ESCAMOTABLE MURPHY™ AVEC MATELAS
- STATIONNEMENT INTÉRIEUR INCLUS
- PLAFONDS DE 9 PIEDS

- FENESTRATION PLEINE HAUTEUR
- WALK-IN AMÉNAGÉ
- FRAIS DE NOTAIRE
- CONSTRUCTION DÈS AVRIL 2014

418.928.7070
campari-qc.com

VISITEZ NOTRE
CONDO TÉMOIN ! 1065, route de l'Église
(angle Montreuil)

Le Zénith
condominiums



3 1/2 à partir de
193 900\$ +TX

**PROMOTION
FIN DE PROJET**

- SUPER SITE À STE-FOY PRÈS DES SERVICES
- 33 CONDOS
- ASCENSEUR
- CHÔTE À DÉCHÊTS
- LIVRAISON MARS 2014

**SUR CERTAINES UNITÉS
NON VENDUES : POSSIBILITÉ
DE LOUER AVEC OPTION D'ACHAT
OU LOCATION SEULEMENT**

418.928.4381
momentmobilier.com

RENDEZ-VOUS
EN TOUT TEMPS! 3215, chemin Ste-Foy
Québec G1X 1R6

Le PINACLE
CONDOMINIUMS



3 1/2 à partir de
180 900\$ +TX

**PROMOTION FIN DE PROJET
CONDOS MODÈLES À VISITER**

- VUE SUR LA VILLE DE QUÉBEC
- 26 CONDOS
- ASCENSEUR
- STATIONNEMENTS INTÉRIEURS
- OCCUPATION IMMÉDIATE

**SUR CERTAINES UNITÉS :
POSSIBILITÉ DE LOUER
AVEC OPTION D'ACHAT
OU LOCATION SEULEMENT**

418.254.4059
momentmobilier.com

RENDEZ-VOUS
EN TOUT TEMPS! Bureau : 418 660-3110
1435, rue Notre-Dame
L'Ancienne-Lorette

Les nageuses du réseau performance du Club SynchroElite connaissent de bonnes performances

(YG) Les nageuses du réseau performance du club SynchroElite ont offert de beaux cadeaux à leurs entraîneures en signant de belles performances lors de la compétition nationale de routines qui se déroulait récemment à la piscine Lucien-Flamand de l'arrondissement La Cité. Effectivement, dans toutes les catégories d'âge, des nageuses du club sont montées sur le podium.

La jeune Anouk Gallant, dans la catégorie 12 ans et moins, est montée sur la première marche du podium pour ses performances en figures ainsi que pour sa routine en solo.

Dans les épreuves de figures chez les 13 à 15 ans, Katherine Demond a remporté l'or suivie de Laurence Levasseur avec l'argent. Florence Dufour et Laury Roy ont terminé aux 4^e et 5^e places.

En solo, Laurence Levasseur a décroché une autre médaille d'argent alors que Florence Dufour méritait une 5^e place.

Le duo formé de Katherine Demond et Janie Lacasse a ravi la médaille d'argent. Celui de Rosalie Dufour et Isabelle Nolin terminait en 5^e position alors que Carolanne Marcoux et Laury Roy se classaient 6^e.

En équipe, la troupe entraînée par Jojo Carrier-Thivierge a mérité la médaille d'argent alors que les athlètes de l'entraîneure Samantha Da Costa terminaient au 5^e rang. Mme Carrier-Thivierge a déclaré être très fière du résultat de ses athlètes en raison de son niveau de difficulté supérieure.

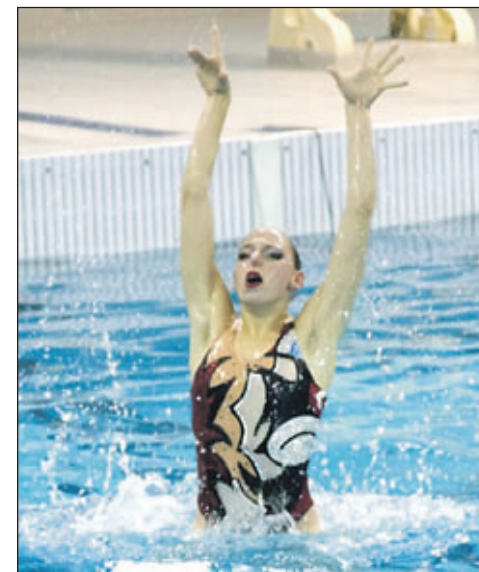
Andrée-Anne Côté a rafflé la médaille d'or à la suite des épreuves de figures chez les juniors. Elle a ensuite remporté l'argent pour son solo alors que Laurence Vézina méritait le bronze.

Une autre médaille de bronze est allée à Laurence Vézina et Ann-Sophie Laramée pour leur performance en duo alors que Delphine Ross et Laurie Duchesne terminaient en 6^e position.

Pour les routines d'équipes, les nageuses de l'entraîneure Chantal Vallières ont récolté le bronze, suivies de l'équipe entraînée par Marie-Hélène Morneau en 4^e place. Mme Morneau a vanté le progrès et la maturité de ses nageuses.

Chez les séniors, Gabrielle Boisvert est repartie avec deux médailles d'argent pour ses solos (programme technique et libre).

Enfin, l'équipe sénior entraînée par Marie-Renée Blanchet a remporté l'or pour son programme technique et l'argent pour son programme libre. ■



Gabrielle Boisvert, double médaillée d'argent chez les séniors.



Laurence Vézina, double médaillée de bronze en solo et duo chez les juniors.

Des membres de l'École de taekwon-do ITF de la Citadelle participent aux Championnats du monde de taekwon-do en Espagne

(YG) Quatre athlètes et deux professeurs de l'École de taekwon-do ITF de la Citadelle, offrant des cours dans l'arrondissement Sainte-Foy-Sillery-Cap-Rouge, ont participé récemment aux Championnats du monde de taekwon-do à Benidorm, en Espagne. Mme Minia Beaudoin-Saunier, ceinture noire 2^e dan, 15 ans, et Mme Anne-Laurie Savard, ceinture noire 1^{er} dan, 18 ans, ont participé en formes individuelles.

M. Marc-André Perreault a participé aux combats individuels, aux combats par équipe pour lesquels il a mérité une médaille de bronze et aux cassages de puissance dans la catégorie ceinture noire 1^{er} dan, 15 ans. Finalement, Mme Marie-Pier Perreault, ceinture noire 2^e dan, 17 ans, a participé aux combats individuels et par équipe.

Les deux professeurs, Mme Valérie Gingras-Précourt, ceinture noire 4^e dan, et

M. Alexandre Michaud, ceinture noire 5^e dan, ont quant à eux fait partie de la délégation canadienne d'arbitrage. Cette dernière comptait six membres dont deux seuls Québécois.

Tous ont vécu une superbe expérience et reviennent la tête remplie de souvenirs et de défis pour les prochains Championnats du monde qui auront lieu en Italie en 2015. ■



Quatre athlètes et deux professeurs de l'École de taekwon-do ITF de la Citadelle ont participé récemment aux Championnats du monde de taekwon-do à Benidorm, en Espagne.

La page des **MARISTES**



École secondaire privée
pour filles et garçons

spmaristes.qc.ca Suivez-nous sur Facebook et Twitter  

La semaine Harry Potter aux Maristes : épique!



Les 25, 26 et 27 novembre, le Séminaire accueillait son premier tournoi de quidditch, ce sport issu de la saga Harry Potter créée par J.K Rowling. Après avoir été présentée au son des rythmes endiablés de notre drum-line, une compétition féroce a eu lieu entre les quatre équipes de Poudlard : Poufsouffle, Serpentard, Serdaigle et Griffondor. Suite à une chaude lutte spectaculaire où nos joueurs étaient plus déterminés que jamais à rendre ce tournoi épique pour les nombreux spectateurs, Serpentard remporta les honneurs en finale contre Poufsouffle qui ne vit que du feu lorsque Hakim Khiari, un élève de 4^e secondaire, s'empara du vif d'or arrachant ainsi la victoire de façon spectaculaire à l'équipe adverse à quelques minutes de la fin!

Au départ, ce tournoi de quidditch n'était qu'une idée loufoque de notre conseil étudiant mais comme le dit si bien notre vice-président Louis Boilard : « Ne jamais sous-estimer le pouvoir que 9 individus pleins de volonté et d'idéaux des plus respectables peuvent apporter à l'école! »



Une journée «chic and swell» mémorable!

La journée «chic and swell» est toujours très attendue par nos maristes. C'est l'occasion parfaite pour nos élèves de se parer de leurs plus beaux atours. Par contre, cette année, il y avait une motivation particulière de porter ses plus beaux vêtements puisqu'Andréanne et Hubert d'«Occupation Double» venaient visiter notre école! En effet, notre salle Paul-Bélanger fut transformée en discothèque que nos élèves du conseil étudiant avaient très bien décorée! Non seulement nos chics maristes pouvaient danser mais également déguster des bouchées-desserts et de succulents breuvages en attendant leurs vedettes d'O.D! Lorsque notre duo arriva enfin, les élèves firent la file afin d'avoir la chance de se faire photographier en leur compagnie!



Noël aux Maristes : rempli de belles traditions!

Des décorations partout dans l'école. Une cloche spéciale au son de «Joy to the World». Une messe donnée par notre père Martel dans notre magnifique ancienne chapelle. Une boutique de Noël où élèves et membres du personnel peuvent magasiner leurs cadeaux durant une semaine et savourer un morceau de notre traditionnelle bûche géante. Une dernière journée de classe en pyjama et la chance de se faire photographier en compagnie du «vrai» père Noël et de déguster une succulente galette des fêtes offerte à tous les élèves de la part du conseil étudiant. C'est ça Noël aux Maristes!



Équipe des ventes

Marie-Hélène Dubuc
Courtier immobilierDenis Couture
Courtier immobilierDenis Larose
Courtier immobilier agrééAnne Turcotte
Courtier immobilier agréé
DesignerLouise Thomassin
Courtier immobilier
Adjointe

**Pour vendre ou acheter
une propriété, faites confiance à notre
équipe d'experts en immobilier !**



RE/MAX 1^{er} CHOIX
Y.D. INC.
AGENCE IMMOBILIÈRE

Équipe d'administration

Line Beaulieu
SecrétariatCéline Côté
InformatiqueChristine Lavigne
Administration

Yvan Drouin

Courtier immobilier agréé

pour la performance

418 687-3211

www.yvandrouin.com
info@yvandrouin.com

facebook

**SILLERY**

**2200, ch. St-Louis,
coin ave Godefroy**

Conception imaginée par professionnels de talent, grandes pièces, 5 chambres, 3sb, 2se, terrain 9 827pc. **1 150 000\$**

**SILLERY**

2304, Parc de Lotbinière

Boisé de l'Université! Un grand classique, cour sud, 4 chambres à l'étage. Incomparable!
1 095 000\$

**SILLERY**

2559, ave du Parc-Falaise

Très luxueuse, plaf 9' rdc, 4 chambres, 2sb, 2 foyers, boiseries, garage dble, jardin unique, spa, bassin d'eau, chute, syst éclairage, irrigation intégré, terr 7 600pc. **1 290 000\$**

**SILLERY**

2442, Eugène-Fiset

ABSOLUMENT MAGNIFIQUE! 4 chambres à l'étage, 2 s de bains, 1se, cuisine de rêve, foyer, cinéma maison, piscine creusée, spa, terrain de 15 978pc, **1 395 000\$**



Nouveau

SILLERY

2201, ch. St-Louis

Boisé des Augustines, superbe rénové 2 189pc, vue fleuve, unité de coin, 3 chambres, 2 s. de bains, 2 stat int, 2 piscines, spa. **895 000\$**

**SILLERY**

1041, du Mont Saint-Denis

Méditerranéenne, 4 chambres, 2sb, 2se, foyer, clim, plaf 9', rénové, terrain intime, piscine creusée chauffée. **995 000\$**



Rénové

SILLERY

2076, ch St-Louis

Exclusive, 5 chambres, foyer, cuisine avec îlot convivial, garage, sous-sol parfait. Splendide terrain boisé 11 000pc. **929 000\$**



VENDU

SILLERY

1800, chemin Gomin

Résidence spacieuse et lumineuse, terrain paysagé 12 868pc, une oasis en ville. *PD **729 000\$**

**SILLERY**

1231, Suzor-Côté

Rénové, suite des maîtres sublime, 4 chambres, 3 s. de bains, convivial, comptoir granit, foyer, terrain 8 735pc. **1 190 000\$**



Bigénération

SILLERY

1483, Négabamat

Superbe 6 chambres, 4 s. de bains, 1 s. d'eau, 2 foyers, terrain 13 573pc sur deux paliers, piscine creusée. **1 099 000\$**

**SILLERY**

1405, ave Belcourt

Secteur convoité, rue sans issue, possibilité garage double, ensoleillé, terrain 7 974pc. **559 000\$**

**SILLERY**

2497, des Hospitalières

Superbe, rue tranquille, bcp rénos effectuées, 3 chambres poss de 4 chambres, 2 s. de bains, 1se, climatisée. **569 000\$**

**SILLERY**

1442, Oak

Ravissante, allure champêtre, refaite en 2006, foyer, 3 chambres, 2 s. de bains, 1 s d'eau, terrain 10 000pc. **649 000\$**



Vue fleuve

SILLERY

2201, ch. St-Louis

Boisé des Augustines, vue fleuve, unité coin, 3 chambres, 2 sb, verrière, stat int, meublé et tout équipé. **3 500\$/mois**

**SILLERY**

1532, du Parc-Beauvoir

La nature en 3D. Unique, aires ouvertes, plaf cathédrale, mezzanine, 5 chambres, garage dble, superbe terrasse. **795 000\$**

**QUÉBEC**

600, Wilfrid-Laurier

Penthouse avec la plus belle vue en ville! Rénové en 2013 à neuf. 2 chambres, bureau, 2 stat int. LE MUST! **1 545 000\$**

**MONTCALM**

1283, de Mérici

Noble, prête pour bi-génération, hall grandiose en terrazzo avec fontaine d'eau, suite des maîtres avec foyer. **1 190 000\$ ou location**

**SILLERY**

1600, René-Lévesque O

Belle résidence, 9 chambres, 3 s. de bains, possibilité de revenu de 32 000\$, pl bois franc. **459 000\$**



Nouveau

SILLERY

1281, ave Charles-Huot

Superbe, rénové et climatisé, 5 chambres, 3sb, 1se, grandes pièces, foyers au bois et au gaz, pl ch ds plrs pièces, piscine cr, spa, garage dble. **1 095 000\$**

**SILLERY**

1220, Charles-Huot

Belle opportunité de revenu, 8 chambres, 2sb, 1se, 2 cuisines, sise sur grand terrain 9684oc, près de tout. **499 000\$**

Venez visiter notre site Internet : www.yvandrouin.com

*P.D. = prix demandé