

# INFO-ÉCOF-CDEC INFO-ÉCOF-CDEC

Le bulletin de nouvelles de la CDEC de Trois-Rivières

## Augmentez votre performance, diminuez votre empreinte!

ÉCOF-CDEC vous propose le programme d'éco-efficacité en entreprise, empreinteaction. Ce programme vous permet de minimiser votre empreinte écologique et vos émissions de gaz à effet de serre. En plus, vous avez la possibilité de réduire les coûts liés à votre activité et attirer une clientèle soucieuse de l'environnement.

À partir d'une approche en gestion environnementale, le programme est basé sur un diagnostic et un accompagnement individualisé de votre entreprise par un éco-conseiller. À l'aide d'une analyse avantages-coûts et d'une étude de scénarios, on vous propose des solutions pour rendre plus éco-efficace :

- Votre consommation d'énergie
- Votre gestion de matières résiduelles
- La consommation et l'achat de matériaux
- Le système de transport pour les employés.

En plus, on vous offre les outils et un soutien technique pour mettre en place les changements que vous aurez ciblés comme prioritaires. Empreinteaction est destiné aux petites et moyennes entreprises et aux organisations des premiers quartiers de Trois-Rivières. Il se réalise en trois étapes :

- Collecte de données
- Diagnostic et choix des options de changements
- Plan d'action et de suivi.

Grâce à la contribution du Fonds d'action québécois pour le développement durable (FAQDD) et le gouvernement du Québec via son programme Action-Climat, nous vous offrons ce service au coût de 50,00 \$ taxes en sus.

Nous serions ravis de vous accompagner dans cette démarche. Pour plus d'information, n'hésitez pas à communiquer avec nous.

Cassiano Porto - Éco-conseiller  
ÉCOF-CDEC de Trois-Rivières  
Téléphone : 819-373-1473, poste 2311  
Courriel : cassiano.porto@ecof.qc.ca  
www.empreinteaction.ca

  
**empreinteaction**  
programme d'éco-efficacité en entreprise

Une initiative



Avec la participation



Fonds d'action  
Québécois pour le  
développement durable  
Québec



## Sommaire

### Découverte

Appart Hôtel..... p.2  
Boulangerie  
des Trois-Rivières .... p.4

### Entrepreneuriat

Chronique du  
Fonds communautaire  
d'emprunt de la  
Mauricie ..... p.7

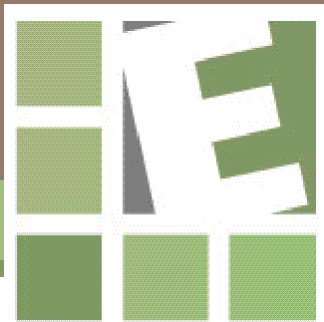
### Actualité/Événements

Histoires  
de quartiers ..... p.5

### Environnement

Un problème  
de stationnement .... p.8

page 1



# INFO-ÉCOF-CDEC INFO-ÉCOF-CDEC

Le bulletin de nouvelles de la CDEC de Trois-Rivières

## Appart Hôtel, on s'y sent chez soi!

### Caroline Guay

Entrevue auprès de Madame Christina Goupil,  
directrice de l'Appart Hôtel

### Qu'est-ce que l'Appart Hôtel?

L'Appart Hôtel est un établissement hôtelier complet qui comprend neuf logements, des 3 ½ et des 4 ½. Chaque logement est équipé de tout ce dont vous avez besoin dans votre quotidien : électroménagers, literie, serviettes, connexion WIFI, téléphone, câble, air conditionné et autres. C'est une formule clé en main!

### Qu'est-ce qui vous distingue des autres types de location?

L'Appart Hôtel permet d'obtenir les avantages d'un hôtel, tout en conservant ceux du confort d'un foyer. Notre accueil est chaleureux et personnalisé. Nous informons aussi chacun de nos clients des différentes

activités possibles à Trois-Rivières. De plus, nous avons une préoccupation au niveau environnemental, dont voici quelques exemples : lumières avec détecteur



de mouvements dans les corridors, distributeurs de savon et de shampoing dans chaque unité (au lieu des échantillons), bacs de récupération dans tous les logements et achat de meubles et items de décoration dans des organismes qui les récupèrent. Chaque meuble est restauré. Les seuls items que nous achetons neufs sont les matelas, la literie et les serviettes.

### Quelle est votre clientèle?

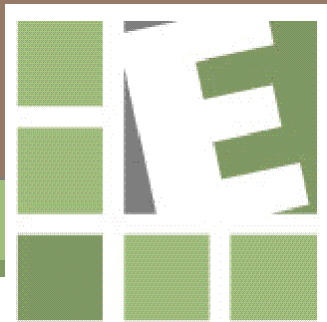
Les gens proviennent de partout : Brésil, Suisse, Mexique, Allemagne, Québec et autres. Notre clientèle peut être des gens d'affaires, des familles, des personnes qui ont besoin d'un logis temporairement

Développement économique Canada  
appuie financièrement  
ÉCOF-CDEC de Trois-Rivières

 Développement  
économique Canada Canada Economic  
Development

Canada

page2



# INFO-ÉCOF-CDEC INFO-ÉCOF-CDEC

Le bulletin de nouvelles de la CDEC de Trois-Rivières

ou, tout simplement, des personnes qui désirent s'offrir une escapade de détente et de découverte à Trois-Rivières.

## Ce type de location est-il plus dispendieux?

Le prix demandé comprend tous les services et tout ce dont vous avez besoin dans un appartement, mis à part la nourriture, bien sûr! En haute saison, donc l'été, le prix se situe entre 325 \$ et 475 \$ pour une semaine. Pour connaître tous nos prix et voir les photos, je vous invite à consulter notre site Internet : [www.apparhotel3riviere.com](http://www.apparhotel3riviere.com).

## Quels sont les projets à venir pour l'Appart Hôtel?

Dans un avenir prochain, nous comptons ajouter cinq lofts, ce qui nous permettra de diversifier notre offre, mais aussi de répondre encore plus aux besoins de notre clientèle.

### L'appart Hotel

Adresse : 990, boulevard du St-Maurice

Téléphone : 819-244-4203

Courriel : [administration@apparhotel3riviere.com](mailto:administration@apparhotel3riviere.com)

Site Internet : [www.apparhotel3riviere.com](http://www.apparhotel3riviere.com).

## ● LES VÉLOS DE QUARTIER ●



**Grandes ventes de vélos :**  
**Les samedi 14 avril,**  
**12 mai et 16 juin**  
**Soyez-y!**

### Service efficace et personnalisé

#### Les vélos de quartier vous offrent :

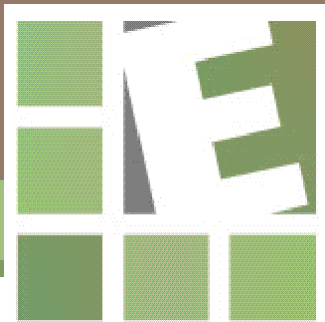
- **Vente** de vélos reconditionnés
- **Réparation** et entretien de vos vélos
- **Formation** en mécanique de vélo
- **Entreposage** de vos vélos
- Vente de **pièces** neuves et usagées

Rejoignez nous sur facebook vélos de quartier :

[Facebook.com/VelosDeQuartiers](https://www.facebook.com/VelosDeQuartiers)



76, BOUL. STE-MADELEINE, SUITE 3 | (819) 909-4026



## Cap sur la Boulangerie des Trois-Rivières!

Malka Roy

Arrivés de France en 1999, Madame et Monsieur Gastineau ont choisi Trois-Rivières pour s'établir et ainsi mettre leur savoir-faire à la disposition des clients de la Boulangerie des Trois-Rivières. Quatre ans plus tard, ils deviennent propriétaires de cette boulangerie.

Favorisant un esprit familial, convivial et empreint d'ouverture aux idées nouvelles, les propriétaires offrent l'occasion à chacun des employés de proposer une « idée du jour ». Ne cherchez pas à manger une deuxième fois ce met, car demain il n'existera plus et une autre nouveauté vous sera proposée! Les propriétaires reconnaissent que la longévité de leur commerce est liée au travail d'équipe, à la créativité des employés et à l'ambiance qui y règne.

« L'entraide, la nouveauté, la complicité et un service personnalisé sont les valeurs que nous défendons tous les jours dans notre travail. »

Jean-Michel Gastineau, copropriétaire

Cet esprit créatif se reflète aussi dans le respect de vos demandes. En effet, tous les produits peuvent être adaptés pour répondre parfaitement à vos attentes : formes et saveurs des gâteaux, types de céréales dans les pains, etc. C'est cette attention particulière portée aux clients qui permet à la Boulangerie des Trois-Rivières de maintenir une clientèle stable de particuliers et de restaurateurs de la région.

Hormis les produits que l'on retrouve habituellement dans une boulangerie (pâtisseries, viennoiseries,

pains, plats cuisinés, pâtés), vous pouvez aussi vous procurer divers produits provenant de producteurs locaux tels que du sirop d'érable, des confitures, des huiles alimentaires aromatisées, etc.

Une occasion spéciale, un dîner ou simplement l'envie d'une petite collation, rendez-vous à la Boulangerie des Trois-Rivières, au 54, rue Fusey, secteur Cap-de-la-Madeleine.

### Heures d'ouverture :

Lundi, mardi, mercredi de 7h30 à 18h

Jeudi et vendredi de 7h30 à 20h

Samedi et dimanche de 8h00 à 17h



Chanel Gastineau, future relève de la Boulangerie des Trois-Rivières



# INFO-ÉCOF-CDEC INFO-ÉCOF-CDEC

Le bulletin de nouvelles de la CDEC de Trois-Rivières

## Découvrez les merveilles de Sainte-Cécile!

Histoires de quartiers est un circuit touristique pédestre dans le secteur Sainte-Cécile offert par La Corporation Spect-Arts. Au fil de ce parcours, les gens découvrent l'histoire du quartier, des segments-clés dans le développement de la ville. On y parle des industries qui ont fait la richesse de Trois-Rivières à une certaine époque et qui ont influencé le développement social et résidentiel; on évoque aussi les écoles, le sport, etc. Les informations sont transmises par le guide, mais aussi et surtout par les citoyens-animateurs que les participants croisent sur leur parcours.

Le circuit est d'une durée approximative de 90 minutes et est accessible pour les personnes en fauteuil roulant. Il est possible de réserver une visite exceptionnelle pour les groupes de dix personnes et plus.

Pour plus d'informations: 819 244-2079



## HISTOIRES DE QUARTIERS...

### CIRCUIT HISTORIQUE

Vendredi – samedi : 18 h 30  
Dimanche : 10 h 30 / Durée 1 h 00

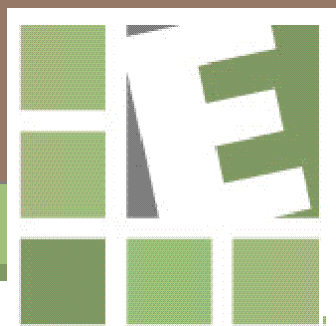
**Du 6 juillet au 26 août 2012**

12 ans et moins : GRATUIT ! / Adultes : 8 \$ /  
Étudiant et 65 ans + : 6 \$ / Familial : 20 \$ /

**INFOS / RÉSERVATIONS : 819 244-2079**

Corporation *Speci-Arts*

page 5



# INFO-ÉCOF-CDEC INFO-ÉCOF-CDEC

Le bulletin de nouvelles de la CDEC de Trois-Rivières

**INFO-ÉCOF-CDEC**  
**est à la recherche**  
**de vos**  
**BONS COUPS!**

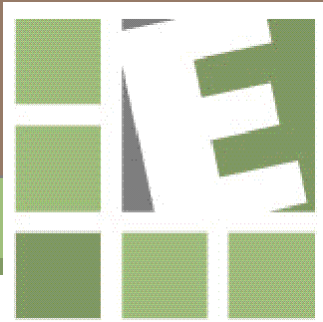
## **Un BON COUP, c'est :**

- ◆ L'implication de votre organisation dans la communauté;
- ◆ Un nouveau service ou projet;
- ◆ L'expansion de votre entreprise;
- ◆ Des façons de faire autrement (ressources humaines, conciliation travail-famille, comptabilité, gestion, environnement et autres).

**GRATUIT!**

Contactez : Caroline Guay  
Téléphone : 819-373-1473, #2314  
Courriel : [caroline.guay@ecof.qc.ca](mailto:caroline.guay@ecof.qc.ca)

L'INFO-ÉCOF-CDEC est un bulletin d'information destiné aux entreprises et organismes des premiers quartiers de Trois-Rivières. Il a pour objectif d'appuyer la revitalisation autant économique que sociale des entreprises et organismes.



# INFO-ÉCOF-CDEC INFO-ÉCOF-CDEC

Le bulletin de nouvelles de la CDEC de Trois-Rivières

## La chronique du Fonds communautaire d'emprunt de la Mauricie

*Mission du FCEM : développer le potentiel économique et humain de la collectivité en donnant un accès au crédit et un accompagnement soutenu à des individus porteurs d'un projet d'entreprise viable, ayant un accès limité aux services financiers traditionnels.*



Voici la présentation de deux entreprises qui ont été financées grâce au crédit communautaire.

### Poids Vert (Haut St-Maurice)

Mme Hélène Plamondon, ex-Montréalaise, est tombée en amour avec la ville de La Tuque et l'agriculture et a ainsi créé sa propre entreprise. Poids vert offre en saison estivale un réseau de distribution de paniers de légumes biologiques. De plus, une boutique offre à l'année un vaste choix d'aliments naturels et de produits alimentaires de base en vrac. La boutique se démarque particulièrement par la vente de produits sans gluten. Le CLD du Haut-St-Maurice a aussi accordé son soutien dans ce projet.

Téléphone : 1 819 523-4344

Pour en savoir davantage sur nos services, n'hésitez pas à communiquer avec nous par téléphone au 819-371-9050 ou consulter notre site Internet : [www.fcem.qc.ca](http://www.fcem.qc.ca).



### Hida Mariage

Une entreprise de Trois-Rivières fait de plus en plus parler d'elle : Hida Mariage. Ce commerce vous offre plusieurs choix possibles de robes de mariée créées par la designer d'Atelier Hida, Madame Stéphanie Houle, ainsi que des robes de plusieurs compagnies reconnues. L'entreprise se spécialise également dans la vente de robes pour d'autres événements importants tels que bal de finissants, baptême, etc.

Hida Mariage et ses deux promotrices, Mesdames Karolyne Boucher et Stéphanie Houle, ont récemment remporté le deuxième prix dans la catégorie « Commerce » lors du volet régional du 14<sup>e</sup> concours québécois en entrepreneuriat.

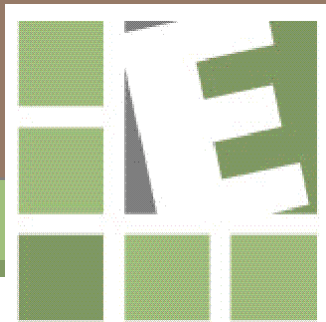
Coordonnées :  
819 841-3244

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

770, boul, des Récollets,  
Trois-Rivières



page 7



# INFO-ÉCOF-CDEC

## INFO-ÉCOF-CDEC

Le bulletin de nouvelles de la CDEC de Trois-Rivières

### Un problème de stationnement?

Valérie Guindon-Bronsard

Qu'ils soient gratuits ou payants, les espaces de stationnement rendus disponibles par la municipalité, les commerces, les employeurs et les institutions de santé ou d'enseignement permettent l'utilisation de la voiture. Si tous les visiteurs, clients, employés, patients et étudiants se déplacent en voiture et le plus souvent seul à bord, nous avons effectivement un problème non seulement d'espace, mais aussi d'aménagement urbain, d'environnement, de santé, d'économie et de société!

D'une part, nous constatons les conséquences du « tout à l'auto » sur l'aménagement de nos villes, la qualité de l'air, le niveau d'activité et la santé des jeunes et moins jeunes. D'autre part, nous connaissons les avantages liés à l'augmentation de la part du transport durable tels qu'un environnement plus sain et agréable et une population plus active et plus riche, puisqu'elle assume dans une plus faible proportion les coûts liés à la possession d'une voiture.

Sachant que le stationnement est au cœur de la dynamique de changement des comportements en faveur de ces modes alternatifs, je vous invite à imaginer ce que nous pourrions faire de tout cet espace dédié à la voiture : des parcs pour jouer et s'asseoir en mangeant le sandwich de la boulangerie du coin, des arbres où s'abriter du soleil au cœur de l'été, des voies sécuritaires pour les cyclistes, de larges trottoirs pour déambuler entre amis devant les vitrines et disposer une terrasse de café ou encore plus de logements pour accueillir de nouvelles clientèles.

Comme moi vous rêvez d'un milieu de vie et d'affaires plus dynamique et plus sécuritaire? Pensons nos quartiers autrement en réduisant la place accordée à la voiture pour positionner Trois-Rivières parmi les novateurs qui inspireront les membres de notre communauté ainsi que d'autres villes à s'engager sur la voie du transport durable et de l'aménagement urbain plus humain.

Roulons VERT, le Centre de gestion des déplacements de la Mauricie, offre la possibilité d'agir en ce sens par le biais du programme employeur et de son comité citoyen en transport durable.

Roulons VERT  
[www.roulonsvert.com](http://www.roulonsvert.com)  
[cgd@virevert.ca](mailto:cgd@virevert.ca)  
819-840-0459

**roulons VERT**  
Centre de gestion des déplacements

#### INFO-ÉCOF-CDEC

Le bulletin de nouvelles  
de la CDEC de Trois-Rivières

Instauré en février 2001, INFO-ÉCOF-CDEC est un bulletin d'information destiné aux entreprises et organismes des premiers quartiers de Trois-Rivières. Il a pour objectif d'appuyer la revitalisation autant économique que sociale des entreprises et organismes.

Vous pouvez maintenant consulter en ligne chacun des INFO-ÉCOF-CDEC publiés depuis février 2001, à l'adresse suivante: [www.ecof.qc.ca](http://www.ecof.qc.ca).

Pour tout commentaire ou suggestion sur le contenu de l'INFO-ÉCOF-CDEC, n'hésitez pas à communiquer avec nous!

Rédaction et entrevues:  
Caroline Guay  
Malka Roy

Correction:  
Liette Gagnon  
Michel Héroux

Infographie:  
Julie Cossette

Pour nous rejoindre  
ÉCOF-CDEC de Trois-Rivières  
1060, rue St-François-Xavier,  
local 318  
Trois-Rivières, Québec, G9A 1R8  
Téléphone: 819 373-1473  
Télécopieur: 819 373-7711  
Courriel: [info@ecof.qc.ca](mailto:info@ecof.qc.ca)

INFO-ÉCOF-CDEC, numéro 60  
dépôt légal Été 2012

Dépôts légaux: BNQ et BNC  
ISSN 1703-7727 (imprimé)  
ISSN 1703-7735 (en ligne)

