



Le gouvernement du Canada appuie financièrement La Baratte

Page 4



Une somme record de 308 000 \$ pour la fondation IUCPQ

Page 5



Deuxième édition de la randonnée pédestre sur la lutte contre l'intimidation

Page 4



L'Echo de Cap-Rouge

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



Des soirées 11-12 ans réservées

Page 8



Cap-Rouge : un arrondissement en pleine expansion

Page 3



Un voyage à Nashville pour observer l'éclipse solaire totale

Page 7



Un service familial et personnalisé depuis 10 ans

Page 14



Recrutement et préparation chez les Loriots

Page 11



Des médailles méritées

Page 18

Postes Canada : N° PP41870516



CONFÉRENCE FINANCIÈRE

DÉMYSTIFIER L'ACCÈS À LA PROPRIÉTÉ

24 octobre 2017 | 19 h

Conférencières : Émilie Mailloux et Sarah Bouchard, Conseillères finances personnelles et leur invitée M^e Audrey Lachance, notaire.

Une intercoopération des :



Desjardins
Caisse populaire
Saint-Augustin-de-Desmaures



Desjardins
Caisse populaire
de Cap-Rouge

Les jeunes font avancer notre société, appuyons-les !

Choisir Desjardins, c'est aider des milliers de jeunes à gérer leur finance et à profiter de bourses. Du 16 au 20 octobre, c'est la semaine de la coopération. Continuons de faire la différence pour les jeunes de nos communautés.

caissedecaprouge.com



Desjardins
Caisse populaire
de Cap-Rouge

Cap-Rouge : un arrondissement en pleine expansion

MALIKA SCHNEIDER

redaction@journal-local.ca

Au sein de la Ville de Québec, le secteur de Cap-Rouge connaît une revitalisation dans plusieurs de ses secteurs. De prime abord, le mail Cap-Rouge entame des rénovations importantes d'ici les prochains mois pour offrir un nouvel emplacement chaleureux et convivial pour les habitants de Cap-Rouge. De plus, le Vieux Cap-Rouge est devenu une artère incontournable du secteur pour ceux qui apprécient l'alliage entre la nature, les habitations et le Tracel de Cap-Rouge.

Chaque année, de nombreuses activités ont lieu dans le secteur afin de faire découvrir non seulement la beauté de Cap-Rouge, mais également les artistes locaux qui font découvrir le secteur sous un autre jour. Les quatre saisons permettent la tenue de nombreuses activités dans le secteur, ce qui en fait le dynamisme.

Rémy Normand, membre du comité exécutif, président du conseil de l'arrondissement de Sainte-Foy – Sillery – Cap-Rouge et conseiller du district électoral du Plateau convient que le vieux Cap-Rouge a subi un développement plus que positif depuis les dernières années. ■



Crédit photo : Ville de Québec

Été comme hiver, les activités sont nombreuses au sein du secteur de Cap-Rouge, et ce, pour tous les goûts.

Le parc de la rue du Campanile se dote de pièces de mobilier



Crédit photo : Courtoisie

En entrant dans le parc du Campanile, le visiteur se retrouve devant un aménagement mobilier qui invite à s'y arrêter et à savourer l'air du temps.

JACQUES BÉLANGER

jbelanger@journal-local.ca

L'initiative vient de M^{me} Anne Corriveau, conseillère de district de la Pointe-de-Sainte-Foy.

« Je me demandais comment les gens pouvaient davantage s'approprier le parc de la rue du Campanile. On y retrouve des bancs, bien sûr, mais j'imaginai la place centrale avec des chaises, des tables et des berçantes afin de favoriser les échanges entre les personnes qui fréquentent les lieux », dit M^{me} Corriveau.

M^{me} Corriveau peut dire mission accomplie puisque son initiative a été chaleureusement félicitée par les gens du quartier. « La réponse a été des plus enthousiastes! C'est un geste qui a été apprécié par des personnes de tous âges, allant des jeunes familles jusqu'aux personnes âgées. Les gens s'installent aux tables et échangent entre eux. Ça donne une ambiance conviviale et cela envoie également un signal : celui d'observer autour de soi et de se demander ce qu'on pourrait faire pour améliorer notre environnement urbain. Les citoyens peuvent s'inspirer d'un geste comme celui-ci pour apporter une touche de fraîcheur et de beauté dans leur quartier », conclut-elle. ■

Un franc succès pour le barbecue de La Baratte

(MS) Le traditionnel barbecue estival de La Baratte a eu lieu le 13 juillet dernier sous un soleil radieux. Plus de 75 clients, bénévoles, partenaires et membres du conseil d'administration se sont réunis dans la cour arrière de l'organisme pour déguster des mets conçus spécialement pour l'occasion.

« Au nom de toute l'équipe de La Baratte, je tiens à remercier nos bénévoles et nos membres pour ce festin si savoureux », a commenté monsieur Stéphane Paradis, directeur de La Baratte. Il a également profité de l'occasion pour souligner l'apport de partenaires pour soutenir cet événement : bureau du député de Jean-Talon, bureau du député fédéral de Louis-Hébert, Proviso Stéphane Thomassin, Moisson Québec, Ville de Québec, arrondissement de Sainte-Foy –

Sillery – Cap-Rouge, Assemblée nationale et Village Vacances Valcartier.

Un tout premier tournoi de golf

Lors de l'événement, monsieur Paradis a lancé l'invitation au tout premier Tournoi de golf au profit de La Baratte. Parrainé par Pierre Dolbec, président de la Corporation des parcs industriels de Québec, cet événement aura lieu le 13 septembre prochain. Il est encore temps de s'inscrire et pour ceux qui le souhaitent il est possible d'être présent seulement pour le souper.

Ayant pour mission d'apporter une véritable alternative aux besoins alimentaires et sociaux des personnes démunies de la Capitale-Nationale, La Baratte est actuellement à la recherche de bénévoles pour son service de popote roulante La Belle Visite ainsi qu'en cuisine.

Pour être informé des activités de La Baratte, s'inscrire au Tournoi de golf ou pour faire

parvenir sa candidature comme bénévole : infos@labaratte.ca. ■



Crédit photo : Courtoisie

De gauche à droite : Jean-Denis Côté, attaché politique du député Jean-Talon et ministre Sébastien Proulx, Stéphane Paradis, directeur général de La Baratte, Carole Jutras, administratrice du conseil d'administration, Jany Turcotte, trésorière du conseil d'administration, Diane Marcoux, administratrice du conseil d'administration, Emmanuelle Villa, secrétaire du conseil d'administration, Filip Novaković, attaché politique du député fédéral de Louis-Hébert, Joël Lightbound et François Duchêne, président du conseil d'administration.

COMPLICE DE VOTRE PROJET!



SAINT-AUGUSTIN-DE-DESMAURES

MAISON PRAXÈDE LARUE

Maison centenaire chargée d'histoire, belle, majestueuse, son escalier central est magnifique. Actuellement, la maison est configurée comme espace à bureaux, mais peut aussi être convertie en résidence familiale.

UNIQUE!



CAP-ROUGE

GRAND COTTAGE

En rangée de 26 X 30 situé sur une rue en cul-de-sac avec espace vert au centre. 3 chambres à l'étage. Emplacement recherché. Rue tranquille tout en étant près des services, à quelques minutes de la marina et de la plage Jacques-Cartier.

À VOIR!



STE-CATHERINE-DE-LA-JACQUES-CARTIER

AU CŒUR DE STE-CATHERINE

Joli plain-pied. Pièces bien éclairées, 4 chambres dont 3 au rdc. Grand terrain aménagé, la cour orientée sud-ouest. À distance de marche de tous les services. Maison adaptée pour personne à mobilité réduite.

PARFAIT POUR LA FAMILLE!



Anne Boudreault

Courtier immobilier

aboudreault@viacapitale.com

Pour vendre ou acheter! **418 877-0700** via PROTECTIONS



Le gouvernement du Canada appuie financièrement La Baratte

MALIKA SCHNEIDER

redaction@journal-local.ca

Le député de Louis-Hébert et secrétaire parlementaire de la ministre de la Santé, Joël Lightbound a annoncé un nouveau projet qui permettra aux jeunes de Québec d'acquérir des compétences professionnelles et une expérience de travail pratique.

Jusqu'à huit jeunes participeront au projet, réalisé par La Baratte grâce au financement de près de 112 000 \$ accordé par le gouvernement du Canada au titre du programme Connexion compétences. Les jeunes pourront acquérir de nombreuses compétences, notamment dans la recherche d'emploi et la préparation pour une entrevue, qui les aideront ainsi à trouver et à conserver un emploi. Ils auront ainsi une expérience de travail précieuse dans divers

domaines comme la restauration, l'entretien et le commerce de détail.

« Le projet de La Baratte est un exemple concret de ce que nous pouvons faire pour les jeunes en collaborant avec des organismes communautaires. Des projets comme celui-ci permettent aux personnes qui en ont besoin de toucher une paie régulière. De plus, ils offrent à des jeunes de notre région la possibilité de changer leur avenir », précise le député de Louis-Hébert.

Les faits en bref

- Objectif carrière Connexion compétences sont deux des trois volets de la Stratégie emploi jeunesse (SEJ) du gouvernement. En effet, chaque année, le gouvernement investit plus de 330 millions de dollars dans la Stratégie emploi jeunesse pour aider des jeunes à acquérir les compétences, les aptitudes et l'expérience de travail dont ils

ont besoin pour trouver et conserver un bon emploi.

- Le financement total de la Stratégie emploi jeunesse a été augmenté de 278 millions de dollars en 2016-2017, ce qui représente le

plus important investissement depuis son lancement.

- Dans le budget de 2017, le gouvernement investit un montant supplémentaire de 395,5 millions de dollars sur trois ans dans la Stratégie, à compter de 2017-2018. ■



De gauche à droite : Joël Lightbound, député de Louis-Hébert et secrétaire parlementaire de la ministre de la Santé, François Duchêne, président du conseil d'administration et Stéphane Paradis, directeur général La Baratte.

Crédit photo : Courtoisie

Deuxième édition de la randonnée pédestre sur la lutte contre l'intimidation

(MS) Sous la présidence d'honneur de Joël Lightbound, député de la circonscription fédérale de Louis-Hébert et secrétaire parlementaire de la ministre de la Santé, le Club Optimiste de Cap-Rouge organise, le 1^{er} octobre prochain, en partenariat avec le Collège des Compagnons et GEVI (Groupe d'entraide aux victimes d'intimidation), une levée de fonds lors de la deuxième randonnée pédestre pour la lutte contre l'intimidation.

Tout au long du parcours sur la Plage-Jacques-Cartier à partir de la marina de Cap-Rouge, les participants marcheront dès 11 h à travers des escales animées qui mettront en évidence la problématique de l'intimidation, de son apparition jusqu'à sa résolution.

Les montants recueillis auprès des commanditaires permettront aux écoles primaires et secondaires de la Commission scolaire des Découvreurs d'obtenir des fonds

afin de développer des projets adaptés aux besoins de chacune des écoles. Toutes les sommes seront distribuées aux écoles participantes.

Cette action s'inscrit en continuité avec le plan d'action contre la violence et l'intimidation de l'école. Les activités peuvent être dédiées aux jeunes et/ou à leurs parents. Il peut s'agir de conférences, de formation aux intervenants ou aux élèves, de monitoring ou d'ateliers visant à pacifier l'environnement des jeunes.

La totalité des fonds recueillis sera déposée à la Fondation Optimiste des enfants canadiens, permettant l'émission de reçus pour dons de charité. Le Club Optimiste de Cap-Rouge est un organisme à but non lucratif qui s'implique auprès des jeunes depuis 28 ans pour soutenir leur développement, leur estime de soi et leur confiance en eux. ■



Quelques membres du Club Optimiste de Cap-Rouge lors de la première édition de la randonnée pédestre sur la lutte contre l'intimidation.

Crédit photo : Courtoisie

Une sixième édition du tournoi de golf de L'Arche L'Étoile

(MS) L'Arche L'Étoile a tenu le 16 août dernier, à compter de 13 h, la sixième édition de son tournoi de golf-bénéfice « Les grands gagnants » au Club de golf de Lotbinière. Pour l'occasion, Martin Gagnon, directeur de cautionnement à L'Unique Assurances générales, a accepté la présidence d'honneur de cette

édition. Près d'une centaine de joueurs ont pris part à cet après-midi. Au total, une somme de 20 403 \$ a été remise à L'Arche L'Étoile. Les organisateurs conviennent qu'il s'agit une fois de plus d'un grand succès. Depuis la création du tournoi de golf-bénéfice, près de 125 000 \$ ont été remis à l'organisme. ■



Photographie officielle avec tous les joueurs de golf qui ont pris part à cette sixième édition.

Crédit photo : Pierre Cassivi



C'est un honneur pour mon équipe et moi-même de vous servir dans Louis-Hébert et de vous représenter à Ottawa.

N'hésitez jamais à nous contacter, nous demeurons à votre disposition!

En toute simplicité, Joël

Joël Lightbound

Député fédéral de Louis-Hébert
Secrétaire parlementaire de la ministre de la Santé

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



14^e édition de la soirée *Au cœur de vos passions*

Une somme record de 308 000 \$ pour la fondation IUCPQ

MALIKA SCHNEIDER

redaction@journal-local.ca

La Fondation de l'Institut universitaire de cardiologie et de pneumologie de Québec (IUCPQ) a tenu le 9 juin dernier au Centre des congrès de Québec, la 14^e édition de sa soirée *Au cœur de vos passions*. Ce grand rendez-vous qui allie bonne cause, gastronomie et plaisirs a permis d'amasser la somme record de 308 000 \$ de profits nets pour la fondation.

Le chef Jean Soulard a offert un menu gastronomique pour les 600 convives qui ont participé à cette 14^e édition. La soirée a été animée par Joanne Boivin, animatrice à M FM 102,9. Sous la présidence d'honneur de Martin Thibodeau, président, direction du Québec, RBC Banque Royale, l'événement phare de la Fondation a permis de rassembler de généreux donateurs et partenaires provenant des milieux d'affaires ainsi que des médecins et chercheurs de l'Institut, au plus grand bonheur de tous.

Depuis sa création, cet événement a permis d'amasser plus de 2 millions de dollars contribuant ainsi à soutenir le développement de l'Institut universitaire de cardiologie et de pneumologie de Québec – Université Laval (IUCPQ-UL), le seul centre au Québec à offrir sous un même toit des soins spécialisés et ultraspecialisés en cardiologie, en pneumologie et en obésité-métabolisme. Le tout au bénéfice de toute la population du centre et de l'est du Québec, représentant un peu plus de deux millions de personnes.

À propos de la Fondation IUCPQ

La mission de la Fondation est de promouvoir et de soutenir l'œuvre de l'Institut universitaire de cardiologie et de pneumologie de Québec – Université Laval dont la mission principale est la santé des personnes atteintes de maladies cardiovasculaires, respiratoires et de celles reliées à l'obésité. ■



M^e Carl Tremblay de Fasken Martineau, M^e Marie-Claude Lévesque de KPMG Entreprise, Hélène De Grandmont, Sébastien Tremblay de BMO Nesbitt Burns, M^e Jean M. Gagné de Fasken Martineau, Martin Thibodeau de RBC Banque Royale, Josée Giguère de la Fondation IUCPQ, M^e Jacques Boivin avocat, Josée Arsenault de Josée Arsenault Communication, Jean Quenneville de Rio Tinto, Michèle Montminy de Cossette, Michèle Clavet du Centre de recherche de l'IUCPQ-UL, André Labbé de RBC Banque Royale et Denis Bouchard de l'IUCPQ-UL. Absents de la photo : Denis Potvin de l'IUCPQ-UL et D^r François Dagenais de l'IUCPQ-UL.

Le Centre de recherche de l'IUCPQ a accueilli 18 nouveaux étudiants dans le cadre du programme Emplois d'été Canada

JACQUES BÉLANGER

jbelanger@journal-local.ca

Grâce à une subvention de plus de 41 000 \$ dans le cadre du programme Emplois d'été Canada, 18 étudiants ont eu la chance d'intégrer l'équipe du Centre de recherche de l'Institut universitaire de cardiologie et de pneumologie de Québec (IUCPQ) – Université Laval pour la période estivale.

L'objectif de ce programme est de permettre à des étudiants d'acquérir de l'expérience de travail dans leur domaine d'études. Ils ont ainsi pu compter sur l'expertise des chercheurs, en plus d'avoir accès à de l'équipement à la fine pointe de la technologie. Le programme Emplois d'été Canada accorde du financement pour aider les organismes sans but lucratif, les employeurs du secteur public et les petites entreprises à créer des possibilités d'emplois d'été pour les étudiants de 15 à 30 ans. ■



Le ministre de la Santé et des Services sociaux, D^r Gaétan Barrette a pris la parole durant l'événement.



Joanne Boivin, maîtresse de cérémonie et animatrice à l'émission *Joanne le matin* à M FM 102,9.



Joël Lightbound, député fédéral de Louis-Hébert, lors de son passage à l'Institut, en compagnie de D^r Denis Richard, directeur du Centre de recherche et de Denis Bouchard, président-directeur général et des étudiants qui ont bénéficié de ce programme.

Une équipe passionnée, attentive à vos besoins!

Gauthier
Lamoureux

centre dentaire & d'implantologie

Prenez rendez-vous!

418 872-3780 / www.centredentairegl.com

Dentisterie familiale

2240, Jules-Verne, Québec

info@centredentairegl.com



L'Écho de Cap-Rouge

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

JOURNAL.CA INC.

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



DIRECTION

Éditeur-directeur général :
Pierre Cassivi

RÉDACTION

Journaliste :
Malika Schneider
Journaliste adjoint :
Jacques Bélanger
redaction@journal-local.ca

COMITÉ AVISEUR DE CORRECTION

Révisure/Correctrice :
Roxane St-Pierre Rousseau

Collaboratrice :
Suzie Lemay

Photographes :
Sébastien Dion
Gilles Fréchette
Frédéric Lavoie

Collaborateurs jeunesse :
Alexandra Cassivi
David Cassivi

PUBLICITÉ

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

Sylvie Charest

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

Ginette Demers

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

Alain Lepage

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

ADMINISTRATION

Suzie Lemay

IMPRESSION

Hebdo Litho

Dépôt légal :

Bibliothèque nationale du

Québec

Convention de la Poste-publications

Postes Canada : No 41870516

WEBMESTRE

René Déry

PRODUCTION

Viva Design

production@journal-local.ca

PROCHAINE PARUTION

Octobre 2017

DATE DE TOMBÉE

4 octobre 2017

Un livre à la saveur de Cap-Rouge

MALIKA SCHNEIDER

redaction@journal-local.ca

Histoire, nature, architecture, voyage et fiction se mêlent au sein du plus récent ouvrage *Des trains y passent encore*, signé par Stéphane Ledien. Son amour et son émerveillement pour Cap-Rouge et son Tracel ont été immédiats dès son arrivée au sein de la ville.

Dès son arrivée à Cap-Rouge, Stéphane Ledien a tout de suite eu un lien avec le Tracel de Cap-Rouge. Il l'appelle lui-même : une construction rocambolique, à petite ou à grande échelle. Dans cette optique, il s'est lancé dans l'aventure de faire parler le Tracel par lui-même à travers ses émotions et sa vision de Cap-Rouge. Selon l'auteur, la construction d'une ville ou d'un pont engendre tout un tas d'histoires qui circulent, avec la présence d'anecdotes.

« À Cap-Rouge, au-delà de la nature, tous les attraits de Cap-Rouge et son Tracel : un symbole emblématique », mentionne l'auteur. La démarche artistique de l'écrivain coïncidait avec le 100^e anniversaire du Tracel de Cap-Rouge.

Un voyage chronologique

L'auteur souhaite faire voyager les lecteurs à travers les lignes de son recueil *Des trains y passent encore*. Son œuvre est un recueil de nouvelles aux styles différents qui s'assemblent et se lisent ensemble ou individuellement. Ce livre peut également rejoindre toutes les générations et toutes les personnes qui apprécient d'en apprendre plus et de découvrir Cap-Rouge sous la plume d'un Carougeois d'adoption. L'ensemble de l'œuvre suit une logique chronologique en passant par plusieurs époques, tout en subtilité.

L'auteur s'est amusé à jouer avec les codes du suspense, du roman noir, l'aspect très mélancolique. La liberté de l'écriture est ressentie à chaque ligne.

L'auteur du recueil de nouvelles *Des trains y passent encore*, Stéphane Ledien.

L'auteur soutient que son œuvre représente « une bonne caisse de résonance de ce qu'on ressent quand on est à Cap-Rouge ».

Un travail majoritairement automnal

Stéphane Ledien est enthousiaste à l'idée de voir son livre sortir au-devant de la saison automnale. Il mentionne notamment qu'il a écrit ce recueil de nouvelles majoritairement durant l'automne en observant le Tracel de chez lui. Il insiste même sur l'importance de lire son livre durant cette période particulière qui permet de découvrir toute la beauté de Cap-Rouge et de son Tracel au milieu de la nature colorée.

L'auteur a reçu une bourse du Conseil des arts du Canada, qui lui a permis de vivre cette aventure et de pouvoir compléter ce projet de près de trois ans. En effet, entre temps, Stéphane Ledien a écrit deux romans : *Bleu tout-puissant* (2014) et *Sur ses gardes* (2015).

Il est à noter que l'auteur est actuellement en train de travailler sur d'autres projets en plus de compléter sa thèse de doctorat à l'Université Laval.

Événement à ne pas manquer

Le lancement du quatrième ouvrage de fiction aura lieu le 12 septembre prochain, à 17 h, à la Ninkasi du Faubourg sur la rue Saint-Jean. ■

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

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

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

TIRAGE :
12 000 exemplaires

DISTRIBUTION
RÉSIDENTIELLE



10 311 exemplaires

DISTRIBUTION
COMMERCIALE



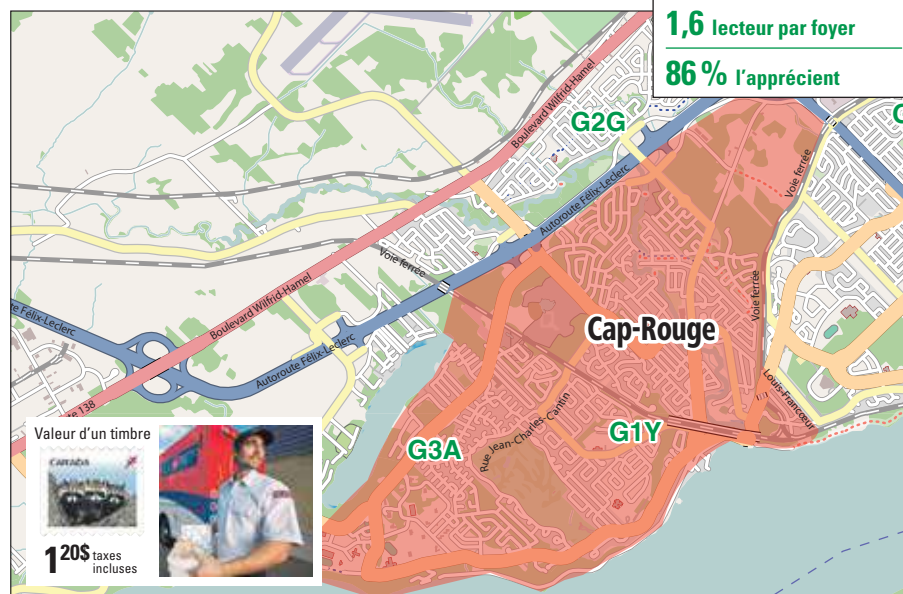
416 exemplaires

PRÉSENTOIRS



1 273 exemplaires

ACHAT DE PUBLICITÉ : ventes@journal-local.ca



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 **LeGER** www.legermarketing.com

Vous ne recevez pas votre exemplaire du journal L'Écho de Cap-Rouge?

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

Pierre Gagnon : grand passionné et amoureux de Cap-Rouge

MALIKA SCHNEIDER

redaction@journal-local.ca

Fier Carougeois, Pierre Gagnon a participé au Cyclo-Défi IUCPQ le 10 septembre dernier. Grand passionné de vélo, ce Carougeois a subi une opération à cœur ouvert le 9 janvier dernier à l'Institut universitaire de cardiologie et de pneumologie de Québec afin de corriger une malformation de sa valve aortique et enlever un anévrisme qui s'était formé sur la paroi de son aorte.

Le Cyclo-Défi IUCPQ est une randonnée stimulante, sécuritaire et non chronométrée réunissant près de 300 cyclistes de tous les niveaux, qui rouleront pour la cause.

Tous les profits amassés lors de cette randonnée serviront à appuyer l'IUCPQ-UL en contribuant à l'achat d'équipements spécialisés et au financement de la recherche et de l'enseignement, et ce, au plus grand bénéfice de la population du centre et de l'est du Québec, soit plus de 2,2 millions de personnes.

Une histoire hors du commun

À la suite d'un accident de vélo majeur en 2010, Pierre Gagnon a appris qu'il souffrait d'une malformation congénitale de la valve aortique qui touche environ 2 % de la population et un anévrisme s'est développé à son aorte ascendante conséquemment de cette malformation. Une chirurgie correctrice est nécessaire, mais n'est pas nécessaire dans l'urgence. Il a toutefois été surveillé

de près durant sept ans par le Dr Dagenais et son équipe, tout en continuant à faire du sport et en contrôlant son intensité.

Une intervention a été jugée essentielle pour éviter des conséquences potentiellement très graves. Il a donc été opéré avec succès le 9 janvier 2017. Depuis, il a repris le rythme d'entraînement qui le fait vibrer et continue de parcourir 5 000 km par année à vélo.

Un événement d'envergure pour la santé

Présenté par Cominar et sous la présidence d'honneur de Michel Dallaire, chef de la direction du Fonds de placement immobilier Cominar, il s'agit d'un événement-bénéfice au profit de la Fondation de l'Institut universitaire de cardiologie et de pneumologie de Québec.

Des fonds pour la Fondation

La Fondation a pour rôle de soutenir et de promouvoir l'œuvre de l'Institut universitaire de cardiologie et de pneumologie de Québec (IUCPQ) dont la mission principale est la santé des personnes atteintes de maladies cardiopulmonaires ou reliées à l'obésité. L'IUCPQ est non seulement un hôpital, mais un centre de recherche réputé mondialement où œuvrent près de 400 chercheurs et professionnels de recherche qui désirent comprendre et démystifier ces maladies afin de mieux les traiter. ■



Pierre Gagnon, fier Carougeois, qui a repris son rythme de balade à vélo à la suite d'une opération majeure au sein de l'IUCPQ.

Crédit photo : Courtoisie

Éclipse solaire totale 2017

Un voyage à Nashville pour observer l'éclipse solaire totale

(MS) Afin de pouvoir observer l'éclipse solaire totale, Philippe Moussette, président du club d'astronomie VÉGA de Cap-Rouge, est allé à Nashville au Tennessee afin de l'observer dans les meilleures conditions.

Au total, 11 personnes ont pris part à ce voyage organisé, dont quatre personnes provenant de la Ville de Québec. « Ce fut une magnifique expérience », soutient le président du club d'astronomie. Lors de cette occasion, ils ont pu observer l'éclipse au Triple Creek Park à Gallitan.

Des activités à Québec en même temps

Pendant que monsieur Moussette profitait de l'éclipse solaire totale au Tennessee, plusieurs personnes ont répondu à

l'invitation des autres membres du club d'astronomie VÉGA de Cap-Rouge en observant l'événement au sein de la Plage-Jacques-Cartier le 21 août dernier. ■



Lors de leur vision de l'éclipse solaire totale, les membres présents ont utilisé des instruments particuliers.



Une partie du groupe de Québécois qui étaient réunis au Triple Creek Park.

Crédit photo : Philippe Moussette

CENTRE DENTAIRE

ANDRÉ CÔTÉ

& associé

www.dentisteandrecote.ca

POUR UN SOURIRE EN SANTÉ



Dr Jean-François La Rochelle | Dr André Côté

418 654-1322

La référence en dentisterie esthétique à Québec

Dentisterie cosmétique • Implants • Orthodontie • Traitement des gencives • Blanchiment à la chaise • Traitement de canal
Plombages blancs • Couronnes et obturations en céramique en 1 rendez-vous • Prothèses et partiels amovibles

4865, de la Promenade-des-Sœurs
Québec (Cap-Rouge) G1Y 2W2



DÉCOUVERTE DE LA CROATIE!

ITINÉRAIRE EXCLUSIF ET ACCOMPAGNÉ PAR NICOLE ST-HILAIRE

(si 20 passagers inscrits)

- Vols avec correspondances au départ de QUÉBEC avec Lufthansa
- HÉBERGEMENT EN HÔTELS DE CATÉGORIE 4*
- 29 repas compris
- Transport en autocar climatisé avec guide francophone
- Hébergement en occupation double (chambre standard), avec lits simples ou lit double et salle de bain privée
- Visites guidées, visite d'une cave à vin et dégustation, visite d'une ferme d'apiculture, excursions au Montenegro et en Bosnie-Herzégovine
- Tous les transferts, taxes d'aéroport et hôtelières

VOTRE CIRCUIT NE COMPREND PAS

- Les pourboires aux guides et chauffeurs
- Les boissons durant les repas
- Les repas non compris au programme
- Les excursions optionnelles
- La contribution au fonds d'indemnisation des clients des agences de voyages de 1,00\$/1000\$.

PRIX PAR PERSONNE :

à partir de

5 199\$

en occupation double

Départ le 17 juin, retour le 2 juillet 2018



CROISIÈRE EN ALASKA SUR LE TOUT NOUVEAU NORWEGIAN BLISS!

CROISIÈRE ACCOMPAGNÉE PAR NICOLE ST-HILAIRE

LES PRIX COMPRENNENT :

- Les vols au départ de QUÉBEC aller-retour
- Tous les transferts
- Hébergement à Seattle pour 3 nuits (2 nuits précédant la croisière et 1 nuit suivant) avec petits déjeuners au Hilton Garden Inn
- Tour de ville de Seattle et ascension de la Space Needle
- CROISIÈRE DE 7 NUITS SUR LE NORWEGIAN BLISS selon la catégorie choisie incluant tous les repas (sauf aux restaurants spécialité), le forfait boisson et les pourboires (pour le premier et deuxième passagers en cabine)

VOTRE CIRCUIT NE COMPREND PAS

- Certains pourboires aux guides et chauffeurs
- Les repas non compris au programme
- Les excursions optionnelles
- La contribution au fonds d'indemnisation des clients des agences de voyages de 1,00\$/1000\$.

PRIX PAR PERSONNE :

à partir de

4 179\$

en occupation double / cabine intérieure 1A

Départ 19 juillet, retour 29 juillet 2018

PRIX PAR PERSONNE :

à partir de

5 409\$

en occupation double / cabine balcon BA

Départ 19 juillet, retour 29 juillet 2018

À noter, que temporairement, nous sommes localisés à l'arrière du bureau de poste du Mail Cap-Rouge!

1100, boulevard de la Chaudière
Suite 129, Québec (Qc) G1Y 0A1

418 948-8488
voyagesnsh.com

VOYAGES
Nicole St-Hilaire

Détenant d'un permis du Québec.

Des soirées 11-12 ans réservées

MALIKA SCHNEIDER

redaction@journal-local.ca

La rentrée scolaire annonce le retour des soirées 11-12 ans de la Maison des jeunes de Cap-Rouge. Il s'agit d'une période réservée aux jeunes des 5^e et 6^e années afin de leur permettre de rencontrer de nouvelles personnes et de découvrir le milieu de vie de la Maison des jeunes.

Ces soirées sur le thème du « karaoké » sont animées par les animateurs de la Maison des jeunes et la présence de techniciens policiers est accueillie à bras ouverts. La Maison des jeunes de Cap-Rouge attend les jeunes dès le 23 septembre prochain à compter de 18 h avec de nouveaux défis et des activités plus intéressantes les unes que les autres. La soirée est au coût de 3 \$ et se termine aux alentours de 21 h. ■



Plusieurs jeunes lors des soirées 11-12 ans qui leur sont réservées grâce à la Maison des jeunes de Cap-Rouge.

Crédit photo : Courtoisie

Exposition : faune sauvage dans la région de Cap-Rouge

(MS) Une toute nouvelle exposition aura lieu au sein de la bibliothèque Roger-Lemelin à Cap-Rouge du 9 septembre au 1^{er} octobre prochains qui portera sur la faune sauvage dans la région de Québec, œuvres signées par Simon Théberge, biologiste à la retraite et résident de Cap-Rouge depuis 35 ans.

L'artiste pratique quotidiennement la photo animalière qui lui permet de témoigner de la richesse et de la beauté de

la faune locale. Simon Théberge invite les habitants de Cap-Rouge à venir observer ses photographies qui bénéficient de la meilleure technologie numérique et de sa connaissance détaillée de la région de Cap-Rouge qui inclut les forêts, les champs, les parcs, le secteur résidentiel et les cours d'eau, dont le majestueux fleuve Saint-Laurent. Une description technique accompagnera chaque image afin de comprendre les habitudes de la faune dans le territoire. ■



Une des œuvres photographiques de l'artiste sous la thématique de la faune sauvage de la région de Québec.

Crédit photo : Simon Théberge

Le projet d'animation 2D/3D de retour

(MS) La Maison des jeunes de Cap-Rouge offre pour une nouvelle année son projet d'animation 2D/3D. En collaboration avec les jeunes, la Maison des jeunes de Cap-Rouge va poursuivre les différents projets entamés avec la table d'actions préventives jeunesse (TAPJ), et celui du projet « inspire autrement » en collaboration avec le CIUSSS.

Le tout est supervisé par l'équipe d'animation ainsi que par un professionnel en animation 2D/3D. La Maison des jeunes est toujours à la recherche de jeunes passionnés par l'animation, la vidéo et le dessin pour participer à ce projet offert gratuitement. Les organisateurs encouragent les jeunes qui sont curieux d'en découvrir davantage.

Plus d'information : mdj.symbiose@bellnet.ca. ■

Retour sur un été bien rempli

MALIKA SCHNEIDER

redaction@journal-local.ca

La Maison des jeunes de Cap-Rouge a eu un été bien rempli. Près de deux activités organisées étaient au programme chaque semaine ainsi que plusieurs soirées d'animation quotidiennes. Les organisateurs soutiennent que les jeunes n'ont pas eu le temps de s'ennuyer durant cette période estivale.

Entre six et huit jeunes différents étaient présents pour chaque sortie et plusieurs se sont réunis au sein du lieu de rencontre de la Maison des jeunes lors des périodes d'ouverture régulières. Les jeunes ont pu faire différentes activités estivales telles qu'une visite du Zoo de Saint-Félicien, Sarbayä, un

tombe à l'eau, ou une visite au sein du Village Vacances Valcartier. La maison des jeunes de Cap-Rouge convient que de nombreux projets sont à venir pour la période automnale.

La reprise des activités se fait selon leur horaire régulier, et ce, depuis le 21 août dernier :

Dimanche/Lundi : Fermé

Mardi, Mercredi et Jeudi : 17 h – 20 h 30

Vendredi : 18 h – 22 h

Samedi : 13 h – 17 h et 18 h à 22 h

Plus d'information : www.lasymbiose.com ■



Crédit photo : Courtoisie

Plusieurs jeunes de la Maison des jeunes de Cap-Rouge en pleine activité au sein du site d'hébertisme aérien de Québec : Sarbayä.

L'équipe Mario Labrecque

Courtier immobilier inc.

418 948-7000 | 418 948-1000

info@mariolabrecque.com
equipemariolabrecque.com

Les vraies couleurs de l'immobilier depuis 1988

<p>MIREILLE DOYON RÉSIDENTIEL</p>	<p>MARIO LABRECQUE RÉSIDENTIEL ET COMMERCIAL</p>	
<p>VENDRE VOTRE PROPRIÉTÉ VOUS TRACASSE?</p>	<p>RASSUREZ-VOUS EN NOUS CONTACTANT!</p>	
<p>NEUVILLE</p> <p>VUE SUR LE FLEUVE</p> <p>Ancestrale restaurée, plafonds lambrissés, murs en pierre, 3 chambres. Grande galerie face au fleuve vue panoramique. 499 000 \$</p>	<p>CAP-SANTÉ</p> <p>GARAGE DOUBLE</p> <p>Propriété avec garage double intégré, entrée indépendante au sous-sol. Produit haut de gamme, construction 2011, 4 chambres. 359 000 \$</p>	<p>NEUVILLE</p> <p>Centenaire, origine estimée à 1840, 4 chambres, garage triple, pour les passionnés d'ancestral. Possibilité d'acquies le coteau derrière. 274 900 \$</p>
<p>CHARLESBOURG</p> <p>Entretenu minutieusement, sur magnifique terrain de 7 500 pieds carrés, 5 chambres, entrée indépendante au sous-sol. Situé en face de l'accès à l'autoroute 40. 279 000 \$</p>	<p>LES BOCAGES</p> <p>SECTEUR PAISIBLE</p> <p>Jumelé cottage, rue cul-de-sac avec terrain intime un oasis de paix! 3 cc à l'étage, walk-in cc principale. 279 000 \$</p>	<p>CHAMPIGNY</p> <p>SECTEUR RECHERCHÉ</p> <p>À 2 pas de la 40, sortie Legendre, secteur stratégique à proximité de tous les services. Jolie maison 3 chambres, entretenue avec soin, cours intime avec jardin d'eau. 295 000 \$</p>
<p>LAC ST-AUGUSTIN</p> <p>Située sur un coin de rue, superbe grand terrain ensoleillé de 11450 pc. 2 chambres, possibilité de plus. Accès rapide à l'autoroute. Bien entretenue. 309 900 \$</p>	<p>CAP-ROUGE</p> <p>Superbe condo de 1920 pieds carrés sur 2 étages, unité de coin, style maison de ville. 3 chambres, 2 salles de bain complètes et 2 stationnements. 239 000 \$</p>	<p>FOSSAMBAULT-SUR-LE-LAC</p> <p>ACCÈS AU LAC</p> <p>Maison mobile 1996, très propre avec grande terrasse de 29x10 en inter-bloc. Mobilier inclus. Grand terrain de 5995 pieds carrés. Domaine de la Rivière-aux-pins (4 actions et 2 entrées de services). 189 000 \$</p>
<p>DESCHAMBAULT-GRONDINES</p> <p>POSSESSION RAPIDE</p> <p>Construction 2012, matériaux qualité supérieure. Entièrement loué, 3-1/2 dans demi-sous-sol et 7-1/2 sur plancher principal. Séparation en béton coulé. Rapporte présentement 1850 \$ par mois. Possibilité d'habiter 7-1/2 rapidement. 340 000 \$</p>	<p>ST-AUGUSTIN</p> <p>MAISON ADAPTÉE</p> <p>Maison adaptée pour fauteuil roulant, à proximité des nouveaux locaux de l'école Madeleine Bergeron. 4 c.c. 2 1/2 salles de bains, cuisine de rêve, grand terrain de 14 000 pc. 339 900 \$</p>	<p>CAMPANILE</p> <p>PLUSIEURS POSSIBILITÉS</p> <p>La résidence du Campanile, un nom qui n'est plus à faire! Plusieurs grandeurs disponibles, à partir de 1432 \$ / mois.</p>

GYM PREMIUM

MAIL DE CAP-ROUGE

1100, BOUL. DE LA CHAUDIÈRE
418 657-3330



**PORTES OUVERTES
DU 16 AU 20 SEPTEMBRE**

Rabais additionnels et cadeaux sur place
Référer un ami et recevez 1 mois GRATUIT par abonné

**ABONNEMENT ANNUEL
19,99\$/MOIS**

AUCUNS FRAIS D'ADHÉSION

- GYM ENTIÈREMENT RÉNOVÉ ▪
- NOUVEAUX ÉQUIPEMENTS ▪



COMPTOIR SANTÉ

NUTRITION SPORTS EXPRESS

gympremium.ca

FESTIVAL D'ORGUE

ÉGLISE SAINT-FÉLIX-DE-CAP-ROUGE



**Le vendredi 22 septembre
à 19h30**

**Organiste :
François Grenier (Québec)**

Oeuvres de Bach, Stanley, Marchand,
Vaughan Williams

Concert présenté dans le cadre
du festival **Monsieur Félix vous reçoit**



**Le vendredi 13 octobre
à 19h30**

**Organiste :
Emmanuel Hocdé (France)**

Oeuvres de Bach, Frescobaldi, Muffat,
Grigny, improvisation



**Le vendredi 27 octobre
à 19h30**

**Organiste :
Claude Lemieux (Québec)**

Oeuvres de Sweelinck, Cabanilles, Raison,
Scheidemann, Storace

Billets :

- Concert du 22 septembre : entrée libre
- Concerts du 13 et 27 octobre :
15 \$ l'unité | 25 \$ pour les deux concerts

Disponibles :

- À la maison paroissiale de Cap-Rouge,
1460, rue Provancher (tél. : 418 653-5643)
- Après les messes la fin de semaine précédent chaque
concert

Société d'Histoire de Cap-Rouge

Reprise des activités pour la rentrée

COLLABORATION SPÉCIALE

SHCR

Après une pause estivale, la SHCR reprend ses activités régulières. Tous les mois, ceux qui le souhaitent peuvent assister à un salon de thé en après-midi et à une conférence en soirée (gratuit pour les membres et 5 \$ pour les non-membres). De plus, deux excursions par année sont offertes.

En effet, le 14 septembre dernier, une cinquantaine de personnes sont allées à Montréal dans le cadre du 375^e anniversaire de la ville. Après la visite de la Maison Saint-Gabriel, un dîner campagnard à la façon du XVII^e siècle et un temps libre de quelques heures dans le Vieux-Montréal, le groupe a assisté au spectacle son et lumière AURA à la basilique Notre-Dame. Les organisateurs ont convenu qu'il s'agissait d'une journée bien remplie.

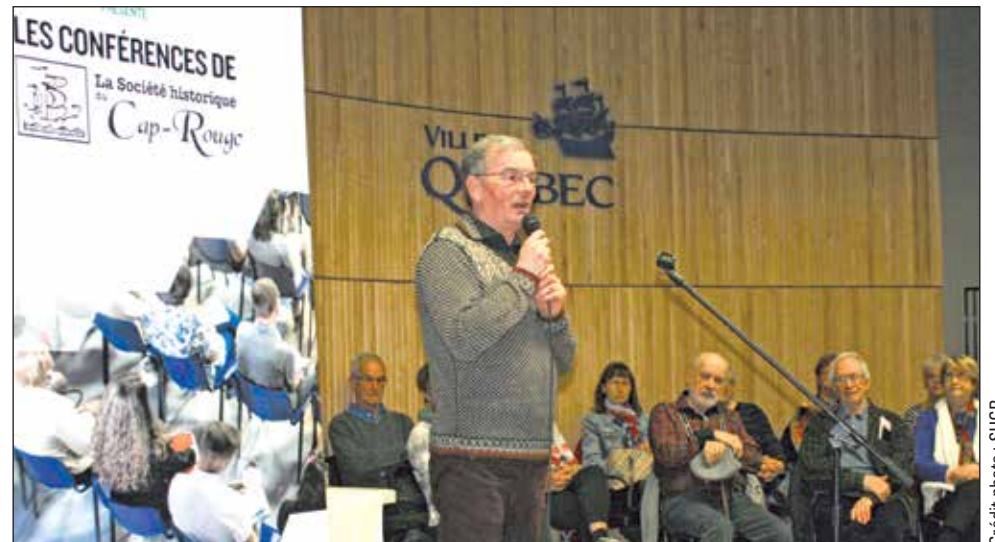
Quant aux prochaines activités de la SHCR, le 28 septembre à compter de 14 h au centre communautaire le salon de thé *Partage de mémoires* sera consacré à Henriette Poulin-Nadeau et celui du 12 octobre à Huguette Bernard-Fortin. De belles occasions de partager, autour d'un thé et de viennoiseries, les souvenirs de ces deux Carougeois. La prochaine conférence aura lieu le 26 octobre en compagnie de Jean Provencher.

La mise en valeur de l'îlot paroissial de Cap-Rouge aura lieu les 21-22-23 et 24 septembre prochains, sous la présidence d'honneur de Michèle Bouchard-Rousseau. En collaboration avec la SHCR *Monsieur Félix vous reçoit* à l'église.

Dates importantes :

- 21 septembre, à 19 h 30
Conférence sur l'îlot paroissial avec Jean-Marie Lebel
- 22 septembre, à 13 h 30
Conférence *À la découverte de l'orgue* avec Louise Fortin Bouchard
- 22 septembre, à 19 h 30
Concert d'orgue avec François Grenier, organiste titulaire de l'orgue Le Saint-Félix.
- 23 septembre, à 13 h 30
Conférence à *La découverte de l'orgue* avec Louise Fortin Bouchard
- 24 septembre, de 13 h 30 à 16 h 00
Exposition de photos anciennes et de pièces du patrimoine religieux de la paroisse Saint-Félix.

Pour plus de renseignements concernant le fait de devenir membre et les prochaines activités : www.shcr.qc.ca. ■



Denis Angers, l'un des conférenciers lors des activités de la Société d'Histoire de Cap-Rouge.

Crédit photo : SHCR





BIGRAS PAGÉ St-CYR
CLINIQUE DENTAIRE

Dre Christine Pagé St-Cyr

Dentisterie générale	Couronnes et ponts
Prothèses amovibles	Blanchiment
Restaurations sur implants	Endodontie
	Parodontie

SOIRS/URGENCE 418 653-1040

Un service personnalisé depuis 1974 à Cap-Rouge

200-1404, rue Blanchette, Québec | 418 653-1040
info@dentistescaprouge.com | dentistescaprouge.com

Recrutement et préparation chez les Loriots



Crédit photo : Richard Paradis

Le groupe des Loriots lors du dernier concert de Noël qui a eu lieu le 4 décembre 2016.

(MS) L'automne annonce le début des répétitions pour les membres des Loriots et l'accueil de nouveaux recrues. Le président des Loriots, Michel Bouchard, soutient qu'il reste encore de nombreuses places au sein de la chorale.

Le traditionnel concert de Noël est déjà en préparation chez les Loriots de Cap-Rouge. Les répétitions pour créer le spectacle de Noël commenceront dès le 4 octobre prochain à compter de 19 h 30 au centre communautaire de Cap-Rouge au 4473, rue Saint-Félix.

« Nous pouvons accueillir d'autres recrues, surtout des voix d'hommes, et Noël, c'est une belle occasion pour joindre une chorale pour une première fois. On connaît les paroles des chansons, on en reconnaît les airs et les concerts se font à l'église de Cap-Rouge où l'espace restreint nous empêche de faire des déplacements sur les gradins », soutient monsieur Bouchard.

« Noël, c'est magique pour une chorale. L'esprit de la fête nous anime. En plus, c'est facile, les choristes chantent avec leurs feuilles de musique en main. L'apprentissage se fait en groupe. Moins de par cœur, des airs connus avec en prime de la technique vocale que j'intègre toujours à chaque répétition; technique de respiration, d'appui, d'exécution. C'est vraiment une opportunité en or pour des nouveaux

choristes », soutient Guillaume Boulay, chef de cœur pour le spectacle de Noël des Loriots. Il encourage fortement les personnes intéressées à venir se joindre à la chorale déjà existante.

Un recrutement important chez les Loriots

Tout est en place pour la nouvelle saison : avec une jeune chef, les Loriots s'attendent à recruter de jeunes choristes afin qu'ils se joignent à l'aventure. Les Loriots de Cap-Rouge recherchent majoritairement des voix d'hommes. L'accueil des nouveaux membres a débuté dès le 7 septembre dernier. Le calendrier de travail comporte des rencontres hebdomadaires auxquelles s'ajoutent quelques journées de pratique intensive, les fins de semaine, une fois par mois.

Les répétitions ont lieu chaque mercredi de 19 h 30 à 22 h au centre communautaire de Cap-Rouge et pour Noël, une répétition supplémentaire aura lieu lors d'un dimanche en octobre et novembre et une fin de semaine en novembre.

Les concerts seront présentés à l'église de Cap-Rouge les 2 et 3 décembre prochains.

Plus d'information : www.lesloriots.ca. ■

Remise d'un chèque : club de lecture d'été TD 2017

(MS) Le Club des Lions de Cap-Rouge/Saint-Augustin souligne depuis 19 ans la clôture du club de lecture par un spectacle offert aux enfants et à leurs parents et par la contribution à la remise des prix aux méritants.

Cette année, 238 jeunes ont participé à cette activité au cours de l'été et le Club des Lions a été particulièrement heureux de pouvoir participer à ce moment d'exception pour les enfants et ainsi célébrer ensemble le plaisir de la lecture chez les jeunes de différents groupes d'âge.

Lors de cette occasion, un chèque d'une valeur de 900 \$ a été remis au club de lecture d'été TD 2017. ■



Crédit photo : Courtoisie

De gauche à droite : Le lion, Laval Girard, la coordonnatrice des bibliothèques, Roxanne Lemieux-Jobin et le lion Terence Donnelly du Club des Lions de Cap-Rouge/Saint-Augustin.

UNE CLINIQUE DIFFÉRENTE POUR MIEUX VOUS SERVIR!



Intéressés à prendre en main votre santé?

Les professionnels de la Clinique Réseau Force-Santé peuvent vous aider.

Notre prise en charge en équipe nous permet de parfaire votre santé. Nous assurons ensemble un meilleur suivi et maintien de vos acquis.

Appelez-nous dès maintenant pour un rendez-vous!

NOS PROFESSIONS :

- Chiropratique • Physiothérapie • Ergothérapie • Orthésiste • Nutritionniste • Psychologie
- Psycho-Éducation • Massothérapie • Soins infirmiers • Kinésiologie • Orientation

Contactez-nous dès maintenant!

1100, boulevard Chaudière, local 124, Cap-Rouge • Mail Cap-Rouge
418 353-6590 • www.cliniquereseauforcesante.com

PROMOTION RETOUR AU TRAVAIL

Prenez rendez-vous en chiropratique
 en septembre et

**obtenez un rabais de 15 \$
 sur un massage de 60 minutes**



Clinique

Réseau Force-Santé

Votre santé au cœur de nos priorités

Organismes présents sur le secteur de Cap-Rouge

(RSR) Les organismes présents dans le milieu jouent un grand rôle sur la vie de la communauté, tant sur le plan social, culturel ou communautaire. Le Journal présente une liste de ceux-ci, présents sur le territoire de Cap-Rouge. Pour plus d'informations sur cette chronique : redaction@journal-local.ca ou au 819 701-6012. ■

72^e groupe scout de Cap-Rouge Isabelle Martineau groupe_scout_cap-rouge@hotmail.com 418 872-3774	Association de hockey mineur de Cap-Rouge / Saint-Augustin Richard Cayouette richard.cayouette@hockeycrsa.com 418 455-9247	Association de jumelage de Cap-Rouge / Saint-Augustin Héléna C. Bernier ajcrsa@gmail.com 418 914-7125	Atelier d'écriture de Cap-Rouge Yolande Vendette 418 653-7092	Cercle de musique de Cap-Rouge Guy Larochelle info@cmcaprouge.org 418 650-7796	Chevaliers de Colomb conseil 13420 Mario Fortin mariofortin60@videotron.ca 418 871-9880	Club d'astronomie Vega de Cap-Rouge Philippe Moussette vegacrqc@hotmail.com
Club de tennis du Tracel Denis Bélanger 418 650-7775	Club Rotary de L'Ancienne-Lorette Christian Rémillard crquebec@gmail.com 418 998-0801	Club de taekwondo de Cap-Rouge et Saint-Augustin Jean-François Simard jeff.simard@videotron.ca	Club FADOQ Cap-Rouge Huguette Giroux info@fadoq-quebec.qc.ca 418 650-3552	Club Kiwanis Sillery-Sainte-Foy-Cap-Rouge Jean-Pierre Marier kiwanis.ssfcr@hotmail.com	Club Lions Cap-Rouge / Saint-Augustin Laval Girard lis_girard@hotmail.com 418 658-2400	Club Optimiste de Cap-Rouge inc. Louise Dugal ldugal40@gmail.com 418 875-4428
Club sportif 50 + Cap-Rouge Yvan Gagnon info@clubsportif50cr.org	Conseil de bassin de la rivière du Cap Rouge Normand Villeneuve info@cbrcr.org 418 641-6413, poste 2969	Corps de cadets de la marine Audrey-Anne Morel-Girard 287marine@cadets.qc.ca 418 476-0287	Fondation d'aide à l'artiste carougeois Suzette Leblanc s_leblanc@videotron.ca	Fondation d'aide aux athlètes carougeois Suzette Leblanc s_leblanc@videotron.ca	Fondation Élan Annie Gagnon annie.gagnon@irdpq.qc.ca 418 529-9141, poste 4366	Fondation Réno-Jouets Annie Asselin info@fondationrenojouets.ca 418 877-6758
Fondation Village Monde Danièle Valiquette info@villagemonde.com 418 317-6466	Fripe (La) Normand Gilbert gilbert.normand@videotron.ca	Laura Lémerville Sandra Lambert sandra.lambert@lauralemerville.ca 418 462-3325	Les Artisanes au Fil du Temps Héléne Simon lesartisanesaufildutemps@gmail.com 418 641-6413, poste 3879	Loriots (Les) de Cap-Rouge Michel Bouchard 418 955-1039	Maison des jeunes de Cap-Rouge La Symbiose Michel Boissel mdj.symbiose@bellnet.ca 418 650-7780	Maison Hélène-Lacroix Julie Beaulieu info@maisonhelenelacroix.com 418 527-4682
Maison Léon-Provancher Jean-Sébastien Bouchard info@maisonleonprovancher.com 418 650-7785	Mieux-être des immigrants Serge Thériault info@meiquebec.org 418 527-0177	Mouvement d'animation artistique de Cap-Rouge Nicole Faucher maacr@outlook.com 418 641-6301, poste 7327	Mouvement des services à la communauté de Cap-Rouge Catherine Giroux mccr@bellnet.ca 418 641-6643	Soccer CRSA Rubén Moreno r.moreno@soccercrsa.ca 418 877-5575	Société historique du Cap-Rouge Linda Poitras-Even info@shcr.qc.ca 418 641-6380	YWCA Québec Katia de Pokomandy-Morin info@ywcaquebec.qc.ca 418 683-2155



La boîte à lunch... ...sans allergènes



Votre référence N°1

Venez nous rencontrer!

Un seul arrêt pour trouver tous vos produits sans gluten, sans allergènes, sans contamination croisée!

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



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




Panier d'achat en ligne

www.solutionsaveursante.com

NOUVEAU SERVICE ACCESSIBLE À TOUS

Clinique Direct-Consult

*Un problème de santé vous inquiète?
Le "sans rendez-vous" est complet?*

Consultez notre équipe de super infirmières IPSPL. Elles peuvent vous prescrire le traitement qu'il vous faut.

*REMBOURSÉ par la plupart des assureurs
60\$ par consultation, 110\$ pour deux.*

Prenez rendez-vous facilement

www.cliniquedirectconsult.com

ou 1 866 680-6707 (boîte vocale)

Bureau situé dans l'Uniprix Girard et Lahoud
811 route Jean-Gauvin, Cap-Rouge



Promotions du mois de septembre et d'octobre chez *Via Beauté*

L'expertise en esthétique



Cela vous parle?
ACNÉ - RIDES - TEINT
Venez profiter de
votre cure beauté!

À l'achat de
3 peeling LZ Renewal
de **VIVESCENCE**
Obtenez le 4^e
GRATUITEMENT
(Valeur de 100 \$)



À l'achat de
2 microdermabrasions
Obtenez la 3^e à
3999\$
(Valeur de 125 \$)

Ces promotions sont valides pour les mois de septembre et d'octobre ou jusqu'à épuisement de la marchandise.

INFORMEZ-VOUS POUR DE PLUS AMPLES RENSEIGNEMENTS ET RENDEZ-VOUS!

Via Beauté
L'expertise en esthétique



PLACE DU FAUBOURG
990, boul. de la Chaudière
Cap-Rouge
418 877-4198

**CONSULTATIONS
GRATUITES**
viabeaute.com



Suivez nos
promotions et
nos concours



Tran + associé
chirurgiens-dentistes

Envie d'un sourire éclatant?

Profitez du blanchiment en 1 heure offert à notre clinique.

Bienvenue chez Tran et associé

Depuis 1994, la D^{re} Thanh Tran vous offre des soins de qualité avec douceur et professionnalisme. Nos patients n'hésitent pas à la recommander auprès de leurs familles et amis, et les gens viennent de différentes régions au Québec pour la rencontrer. Possédant une écoute exceptionnelle et un sens inné pour l'esthétique, son but premier est d'améliorer la santé dentaire et le confort des patients, pour leur rendre un sourire à la hauteur de leurs attentes.

N'hésitez pas à confier votre sourire à notre équipe, des soins de qualité pour toute la famille!



D^{re} N-Thanh Tran

La santé de vos dents dépend
de la qualité des soins et de
la confiance en celui ou celle
qui vous les procure.

418.871.4545

839, route Jean-Gauvin, bur. 200
www.tranassocie.ca

Voyages Nicole St-Hilaire

Un service familial et personnalisé depuis 10 ans

MALIKA SCHNEIDER

redaction@journal-local.ca

Au sein du mail Cap-Rouge, et ce, depuis 10 ans, l'agence Voyages Nicole St-Hilaire offre aux citoyens de Cap-Rouge et des alentours un service personnalisé et unique.



Jean-Michel Drolet, copropriétaire et conseiller en voyages et Nicole St-Hilaire, propriétaire et conseillère en voyages.

« Nous sommes une entreprise familiale », précise Nicole St-Hilaire, propriétaire et conseillère en voyages. En effet, elle travaille étroitement avec son fils au quotidien. Elle insiste toutefois sur le fait que les clients sont une famille pour les membres de l'agence. Il y a une relation très chaleureuse avec les clients.

Un service unique

« Nous ne sommes pas des vendeurs de voyage, nous sommes des conseillers en voyage », insiste la propriétaire. En effet, selon elle la distinction est très importante. Les membres de l'agence ne vendront pas un voyage à n'importe quel prix.

« On profile beaucoup notre clientèle », précise madame St-Hilaire. Dès l'arrivée des clients au sein de l'agence, les conseillers en voyage vont effectuer avec les clients une revue des différents voyages qu'ils ont déjà faits en évaluant leurs désirs, leurs besoins et leur budget.

« Pour nous ce qui est important, c'est le fait que le client reparte avec un produit qui lui convient », précise la propriétaire.

Une relocalisation temporaire

Durant les travaux effectués au sein du mail Cap-Rouge, l'agence va être relocalisée en arrière du bureau de poste. À la fin des travaux prévus au mois de janvier prochain, l'agence retrouvera ses locaux actuels, qui seront entièrement rénovés. ■

Gym Premium au mail Cap-Rouge

(MS) Auparavant connu sous une autre bannière, le Gym Premium au mail de Cap-Rouge fête ses 10 ans d'anniversaire au sein de Cap-Rouge. Depuis juin dernier, la succursale a effectué quelques rénovations pour rajeunir le gym en intégrant des nouvelles machines et en améliorant les locaux.



Crédit photo : Alain Lepage

Les deux propriétaires, Bertrand Cantin et Denis Desbiens se font un plaisir d'accueillir les gens.

Dans cette optique, plusieurs nouveaux cours de groupe ont été ajoutés pour répondre aux différentes demandes de la part de la grande variété des clients du gym en passant par les adolescents, les adultes jusqu'aux retraités très actifs.

« Ça fait partie de la demande en général. Dans un cas comme cette succursale, nous essayons d'offrir toute une panoplie de services possibles pour le maximum de personnes », précise Denis Desbiens, l'un des propriétaires de la succursale.

À la suite des divers changements qui auront lieu au sein du mail Cap-Rouge, le Gym Premium va s'agrandir au courant des prochains mois afin d'offrir une salle de *crossfit* et de *spinning*.

D'autres services offerts

Sur place, une conseillère en nutrition est disponible, ainsi que sept kinésologues et des professeurs pour les cours de groupe. Près d'une vingtaine d'employés font bouger les habitants de Cap-Rouge et des villes voisines au sein de Gym Premium.

L'un des propriétaires insiste sur l'importance de prendre en considération les demandes des clients afin d'offrir une offre de service qui leur correspond. « On veut faire bouger les gens. On veut qu'ils se retrouvent. Peu importe le type d'entraînement ou de sport qu'ils pratiquent », précise monsieur Desbiens. ■



Nous sommes prêts à accueillir l'automne!

« Venez voir nos nombreuses nouveautés »

Tribal | Lisette-L | Conrad C
Tricotto | Lulu Love | Artex
Orly | Papa Fashions
Bali | Simon Chang Denim

BOUTIQUE

Nicole St-Hilaire

PRÊT-À-PORTER



NOS HEURES D'OUVERTURE :
Lundi au vendredi 9 h 30 à 17 h 30
Samedi 9 h à 17 h

418 872-8711
811, Route Jean-Gauvin
Voisin de Paillard

Suivez-nous sur



FAUT VOIR!

CHALET

50, Route de la Pointe-Aubin
Saint-Antoine-de-Tilly
Chaudières-Appalaches
#ULS : 23144426



Vue imprenable sur le fleuve St-Laurent, tranquillité assurée!
2 chambres, salle de bains. Immense terrain de 12 190 pi ca.
Accès à l'eau, petite plage. Libre immédiatement! Vendu avec tous les meubles. À 20 minutes des ponts.

349 900 \$

Serge MAINGUY

418 564-6305 | sergemainguy@hotmail.com

ON VEND PLUS
d'immobilier
PARCE QU'ON EN DONNE PLUS

RE/MAX CAPITALE
Agence immobilière
7385, boul. Henri-Bourassa
Québec (Qc) G1H 3E5
418 627-3120
www.rem-max-quebec.com

ALEXANDRA MAINGUY
Court. imm. rés.
418 929-1594

SERGE MAINGUY
Courtier immobilier

MESSAGE DU DIRECTEUR GÉNÉRAL DES ÉLECTIONS DU QUÉBEC

ÉLECTION PARTIELLE

2 OCTOBRE 2017

dans la circonscription de Louis-Hébert



Pour voter, vous devez être sur la liste électorale.

Deux façons simples de vérifier votre inscription :

- Sur la carte transmise **par la poste**
- **Sur le Web** à l'adresse :
electionsquebec.qc.ca/partielle

Si votre nom n'apparaît pas sur la liste électorale ou si vous voulez modifier votre inscription, présentez-vous à l'adresse indiquée sur votre carte.

Votre nom n'est pas sur la liste électorale ?

Vous voulez modifier votre inscription ?

Du **11 au 28 septembre**, présentez-vous à l'adresse indiquée sur votre carte transmise par la poste.

Les **22, 23, 26, 27 et 28 septembre**, vous pourrez aussi voter à cette même adresse.

Du 22 au 28 septembre, votez par anticipation !

L'adresse et les heures d'ouverture de votre bureau de vote figurent sur la carte transmise par la poste et sur notre site Web, à l'adresse electionsquebec.qc.ca/partielle.



Présenter l'un des documents suivants :

- Sa carte d'assurance maladie
- Son permis de conduire
- Son passeport canadien
- Son certificat de statut d'Indien
- Sa carte d'identité des Forces canadiennes

Le lundi 2 octobre, entre 9 h 30 et 20 h, on vote !

Pour connaître l'adresse de votre bureau de vote :

- Consultez la carte transmise par la poste ou notre site Web, à l'adresse electionsquebec.qc.ca/partielle ou
- Communiquez avec nous :
info@electionsquebec.qc.ca
1 888 ÉLECTION (1 888 353-2846)

Pour en savoir davantage :

- electionsquebec.qc.ca/partielle
- info@electionsquebec.qc.ca
- 1 888 ÉLECTION (1 888 353-2846)

ATS Les personnes sourdes ou malentendantes peuvent composer sans frais le 1 800 537-0644.



LE DIRECTEUR GÉNÉRAL
DES ÉLECTIONS DU QUÉBEC

Pas d'inscription, pas de vote !



VENEZ DÉCOUVRIR NOS NOMBREUX PROGRAMMES LORS DES PORTES OUVERTES !



SCIENCES +
hockey

PROTIC +
soccer

SCIENCES +
taekwondo

SCIENCES +
musique

PROTIC +
basketball

ANGLAIS +
arts

... et bien d'autres combinaisons.

Venez nous rencontrer lors de nos
PORTES OUVERTES

DIMANCHE LE

15 OCTOBRE
DE 13H À 16H

et courez la chance
de gagner un

iPad Mini



TESTS PROTIC

TESTS D'ADMISSION PROTIC

SAMEDI 21 OCTOBRE
OU DIMANCHE 29 OCTOBRE
DE 8H30 À 11H30
& DE 13H00 À 16H00

INSCRIPTION AUX TESTS

www.PROTICMONCHOIX.com

DATE LIMITE D'INSCRIPTION

20 OCTOBRE 2017

NOUVEAUX SPORTS AUTOMNE 2018

- Équitation
- Badminton
- Athlétisme

ON OUVRE EN GRAND



PASSEZ NOUS VOIR AU SALON FADOQ
AU CENTRE DE FOIRES DE QUÉBEC,
DU 29 SEPTEMBRE AU 1^{ER} OCTOBRE.
NOMBREUX PRIX À GAGNER !

Lapointe centres dentaires

fête son agrandissement!
Venez nous rencontrer et profitez de l'offre



dépôt



paiement
avant 6 mois

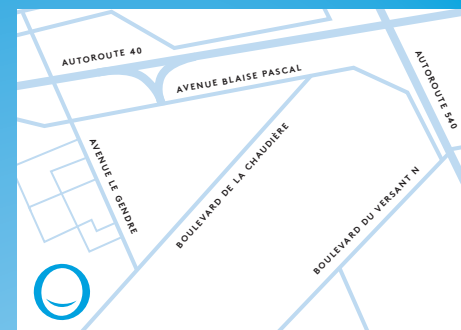


d'intérêt

Du 11 septembre au 9 décembre 2017*

990, boul. Chaudière,
Suite 150
Cap-Rouge, G1X 4M8

1 800 Lapointe
centreslapointe.com



* Certaines conditions s'appliquent. Tous les détails et conditions de ce produit de financement sont disponibles dans nos centres et au centreslapointe.com/promotion, ainsi que sur celui de l'institution financière, la Fédération des caisses Desjardins du Québec. Sous réserve d'une approbation de crédit. Cette option de financement est valide pour les plans de traitements de 300\$ et plus, approuvés entre le 11 septembre et le 9 décembre 2017 et est sans intérêt que pour une période de 6 mois. Cette offre ne peut être jumelée à aucune autre promotion.



L'ENVERS
Resto • Ambiance

GRILLADES - PÂTES - PIZZA FINES - TARTARES - SANDWICHES
HAMBURGERS - SAUTÉS - METS ASIATIQUES



L'Envers, c'est l'endroit!

3700, Rue du Campanile, Québec G1X 4G6
Téléphone : 418 658-5599

lenversresto-ambiance.ca

SAMEDI ET DIMANCHE

À compter de 17 h
Vin au prix de la SAQ*

*À l'achat d'une table d'hôte menu soirée

MENU MIDI

Lundi au vendredi
Menu spécial midi
Menu à la carte disponible

MENU DU SOIR

Menu à la carte
Menu Table d'hôte disponible en tout temps :
Concoctez votre table d'hôte parmi les choix
offerts sur le menu à la carte

DÉJEUNERS

Semaine : 7 h à 11 h
Samedi et dimanche : 8 h à 14 h

DIMANCHE SOUPE-TÔT

16 h 30 - 18 h 30
Choix de menus disponibles : 13,95\$

LUNDI

Assiette **BURGER*** 10,95\$

*Valide en toute saison. Choix de burgers disponibles.

MARDI

Assiette **BROCHETTE
DE POULET** 11,95\$

TOUS LES VENDREDIS

Ambiance super-spectacle
JAZZ-POP

*Les spéciaux sont en vigueur à compter de 17 h.





LE COSMOS SE RÉINVENTE ENCORE ET TOUJOURS AVEC DE TOUS NOUVEAUX AJOUTS À SON MENU

Toujours dans le but de satisfaire sa clientèle et de demeurer à l'avant-garde, le COSMOS ne cesse de se réinventer chaque année! Après avoir bonifié sa carte de cocktails en juin dernier, une dizaine de nouveautés alléchantes se font désormais remarquer dans plusieurs sections du menu, disponible dans les quatre restaurants COSMOS (Ste-Foy, Grande Allée, LB9 et Lévis), dont un Poke Bowl, deux nouveaux tartares (crevettes et thon ainsi que deux poutines (cochon de côtes levées).



Le Poke Bowl et le Tartare de crevettes avec les cocktails Jackari et L'éclipse



Vance Joy

FESTIVENT VILLE DE LÉVIS : UNE 35^e ÉDITION QUI ATTIRE LES FOULES!

Le Festivent Ville de Lévis a eu lieu du 1^{er} au 6 août dernier et, grâce aux artistes de grand renom que l'organisation a brillamment ajoutés à sa programmation cette année, la foule était au rendez-vous lors de ces six jours de festivités... et ce malgré les caprices de Dame Nature! Vance Joy, Milky Chance, The Australian Pink Floyd Show, Good Charlotte, La Voix 5 et Sublime with Rome se sont donc alternés de soir en soir sur la scène Loto-Québec pour faire de cette 35^e édition l'une des plus mémorables. Les premières parties (Foreign Diplomats, Matt Holubowski, Shane Murphy, Punchline 13, Tremblay et Jah & I) ainsi que les artistes ayant performé sur la scène Hydro-Québec (Taktika, Radio Radio, L'Osstidtour et Grimskunk) ont pour leur part contribué à la diversité ainsi qu'à la qualité des spectacles.

CONCOURS PRIX CRÉATEURS D'EMPLOIS DU QUÉBEC : LES MEMBRES DU JURY DÉVOILÉS!

C'est le 9 août dernier qu'ont été dévoilés les noms des membres qui composent le jury du concours Prix Créateurs d'emploi du Québec (PCEQ): M^{me} Maripier Tremblay, M. Florent Francoeur, M. Andrew Kulakowski, M. Alain Webster ainsi que l'honorable Eric Forest, qui sera le président du jury de cette première édition des PCEQ. Les trophées qui seront remis aux différents lauréats, créés par M. René Dery ont également été dévoilés lors de cette conférence de presse tenue chez Jobillico, partenaire du concours. Les Prix Créateurs d'emplois du Québec sont la plus prestigieuse célébration annuelle de reconnaissance de la création et du maintien d'emplois et de prospérité au Québec dans une perspective de développement durable. Les lauréats seront intronisés lors d'une grande soirée de gala qui aura lieu le 4 octobre prochain au Centre des congrès de Québec.



Serge Lavallée, cofondateur Jobillico; Geneviève Morin, chef de l'investissement, Fondation; Pierre Dolbec, président, Corporation des parcs industriels de Québec (CPIQ); Yves-Thomas Dorval, PDG Conseil du patronat du Québec; Mario Morin, vice-président régional Raymond Chabot Grant Thornton et Pierre Cassivi, fondateur, président/directeur général Prix créateurs d'emplois



Mélissa Létourneau

LE SPECTACLE SURFACE A CHARMÉ LES SPECTATEURS SUR LE QUAI PAQUET!

Le tout nouveau spectacle SURFACE, qui mettait de l'avant des artistes émergents de Québec et Chaudières-Appalaches, a été présenté au Quai Paquet de Lévis du 27 au 29 juillet dernier. Les prestations diversifiées (musique, danse, BMX, vidéo, etc.), la scène grandiose et les projections impressionnantes ont abasourdi la foule qui était au rendez-vous lors des trois représentations. Ce spectacle sur l'eau gratuit pour tous, une initiative de la Ville de Lévis qui a attiré des milliers de spectateurs dès la première année, sera de retour en 2018.

MADAME LABRISKI FAIT COURIR QUÉBEC LES 16 ET 17 SEPTEMBRE!

La colorée Madame Labrisky, connue pour ses fameuses galettes santé mais gourmandes et pour avoir vendu près de 100 000 copies de son premier livre, continue sur sa lancée et désire maintenant faire bouger le Québec! Sa mission débute d'abord dans la belle région de Québec où elle prête son nom au MégaRelais Madame Labrisky (anciennement le RelaisXtrême). Les 16 et 17 septembre 2017, tous ceux qui carburent à la course à pied et qui sont actifs un minimum pourront participer à cet événement unique en son genre qui se démarque parmi toutes les courses offertes par son trajet de 287 km qui sera effectué en relais par des équipes de 4 à 12 coureurs.



Madame Labrisky



Paul Daraïche

UNE PROGRAMMATION AUTOMNALE IMPRESSIONNANTE AU CENTRE D'ART LA CHAPELLE

La saison culturelle débute à peine que plusieurs spectacles affichent déjà complet au Centre d'art la Chapelle cet automne. La qualité de la programmation et de l'expérience vécue à la Chapelle n'y sont certainement pas étrangers. De gros noms de l'humour et de la chanson seront de passage jusqu'à Noël tels que Kevin Parent, Bruno Pelletier, François Léveillé, Philippe Bond, François Massicotte, Paul Daraïche, Guillaume Wagner, Brigitte Boisjoli, François Bellefeuille, Martine St-Clair, Philippe Laprise, Patrick Norman, Mike Ward, Patrick Groulx, Marie Michèle Desrosiers, Valérie Carpentier, Marie-Élaine Thibert, Michel Pagliaro et bien d'autres! Billets en vente au 418 686-5032.

LE DÎNER EN BLANC DE QUÉBEC 2017 : UN VÉRITABLE MOMENT DE GRÂCE AU JARDIN SAINT-ROCH!

Ce sont 2 000 dineurs, tous vêtus de blanc, qui se sont réunis le 3 août dernier au Jardin Saint-Roch, pour célébrer l'amitié et le partage, fidèles à la tradition du Dîner en Blanc de Québec. Ce 7^e Dîner en Blanc s'est déroulé, comme à l'habitude, dans le plaisir et la bonne humeur! La soirée, dont la date a été devancée cette année pour permettre à un plus grand nombre de vacanciers de profiter de l'événement durant leur période de vacances, affichait complet. Et encore une fois, Dame Nature a été clémente, offrant une soirée claire sous les étoiles.



Le Dîner en Blanc de Québec 2017



Cécile Doo-Kingué au Festival Jazz etcetera Lévis 2017

LE FESTIVAL JAZZ ETCETERA LÉVIS TOUJOURS AUSSI POPULAIRE!

Du 10 au 13 août dernier se déroulait le 11^e Festival JAZZ etcetera Lévis dans les rues du Vieux-Lévis. Les deux spectacles d'ouverture, soit celui de la montréalaise d'adoption Cécile Doo-Kingué sur la scène Bégin et de l'hommage aux Beatles Love, Love, Love par Roxane Del et Guy St-Onge sur la scène Desjardins, ont attiré les foules et donné le ton à quatre jours de festivités exceptionnels. Depuis sa première présentation en 2007, le Festival a présenté près de 360 spectacles extérieurs gratuits, mettant en scène près de 1 410 artistes, et a accueilli plus de 400 000 festivaliers.

Tournoi National CRSA - Soccer Sport Fitness 2017



Joël Godin, député fédéral de Portneuf-Jacques-Cartier et Ihsanne El Ghernati, attachée politique du bureau de comté de Louis-Hébert en compagnie de plusieurs membres du CRSA lors du tournoi.

(MS) La direction de la 33^e édition du Tournoi National CRSA - Soccer Sport Fitness est fière d'avoir pu compter sur 90 équipes qui se sont données rendez-vous sur les différents terrains lors de l'édition 2017 du 11 au 13 août derniers.

Les équipes du CRSA ont fait belle figure en remportant une médaille d'or par les filles U18F et deux médailles d'argent par les garçons U9M D2 ainsi que ceux dans la catégorie U11M D1.

L'Olympique CRSA U18F A, dirigé par Gilles Bouchard, a mérité une première place en remportant leur match de finale par la marque de 1-0 face à l'équipe de Thetford-Mines. Il s'agit d'une troisième victoire consécutive pour les filles qui remportent la médaille d'or.

Les jeunes de la catégorie U9M D2, dirigés par Olivier et Henri Doré se sont, quant à eux, mérités la médaille d'argent. Ils se sont inclinés en prolongation face à l'équipe de Lévis-Est.

De leur côté les garçons U11M D1, dirigés par Bassem Oueslati, Sylvain Maillette et Jean-Christophe Allard, ont mérité leur médaille d'argent, en s'inclinant par la marque de 1-0 face à Lévis-Est. Malgré un début très ardu, les garçons ont su démontrer du caractère et l'envie de se dépasser pour mériter leur médaille.

Les membres de l'organisation du CRSA tiennent à féliciter toutes les autres

équipes du Club présentes au tournoi et les remercient de leur collaboration et leur engagement envers le Club. Le travail des bénévoles a également été souligné lors de cette occasion.

Lors de la remise officielle des médailles, plusieurs personnalités et commanditaires de l'événement étaient présents :

- Sandrine Dugas de Soccer Sport Fitness;
- Joël Godin, député fédéral de Portneuf-Jacques-Cartier;
- Michelle Veilleux, secrétaire du conseil d'administration de la Caisse populaire Saint-Augustin-de-Desmaures;
- Ihsanne El Ghernati, attachée politique du bureau de comté de Louis-Hébert. ■



Michelle Veilleux, secrétaire du conseil d'administration de la Caisse populaire Saint-Augustin-de-Desmaures, en compagnie de deux membres du CRSA.

Des médailles méritées

MALIKA SCHNEIDER

redaction@journal-local.ca

L'Olympique CRSA U13F AA a remporté la médaille d'or sans accorder de but au Tournoi national de soccer de l'Assomption lors de la fin de semaine des 26 et 27 août derniers. L'équipe est dirigée par Michel Marcoux, Richard Cliche et Sébastien Moreau.

Après trois matchs de qualification sur des terrains de soccer synthétiques, les joueuses sont restées invaincues. Elles ont cependant dû adapter leur jeu pour jouer la grande finale sur un terrain naturel, match qu'elles ont remporté 1-0. Les membres du Club ont tenu à féliciter tous les membres de l'équipe, les entraîneurs et les parents présents, fidèles partisans de leurs jeunes. ■



L'ensemble de l'équipe Olympique CRSA U13F AA avec leur médaille d'or à la suite du Tournoi national de soccer de l'Assomption.

ZONE ROUGE

Par l'équipe Zone Rouge

Pourquoi votre entraîneur devrait-il être kinésiologue?

Peut-être connaissez-vous le concept d'entraîneur, cette personne qui vous accompagne dans vos démarches d'entraînement en vous conseillant sur les exercices à faire et en vous motivant pour atteindre vos objectifs. Mais savez-vous ce qu'est un kinésiologue?



Le kinésiologue est le professionnel de la santé spécialiste de l'activité physique qui utilise le mouvement humain à des fins de prévention, de traitement et de performance. Il doit suivre une formation universitaire de trois ans à travers laquelle il assiste à des cours d'anatomie, de physiologie de l'exercice, de biomécanique du mouvement humain et de plusieurs autres sujets connexes à l'activité physique. À la fin de sa formation, l'étudiant peut passer un examen professionnel afin de devenir accrédité auprès de la fédération des kinésiologues du Québec. Cette fédération encadre ses professionnels par un conseil disciplinaire et offre de la formation continue destinée à toujours améliorer les connaissances de ses membres. Le kinésiologue représente donc une excellente police d'assurance pour ses clients.

Le travail

Le kinésiologue peut travailler dans de multiples secteurs, dont le plus connu est celui de l'entraînement en salle de conditionnement physique. Cependant, il est fréquent d'en retrouver dans les centres hospitaliers, les cliniques de réadaptation, ou encore dans les entreprises. Dans tous les cas, le kinésiologue travaillera conjointement avec d'autres professionnels de la santé, tels les médecins, les physiothérapeutes et les ergothérapeutes. Le programme universitaire en kinésiologie offre trois concentrations, soit la performance sportive, offrant la possibilité de travailler en tant que préparateur physique auprès d'équipes sportives; la réadaptation, qui permet de travailler avec des populations pathologiques, autant au niveau cardiaque, pulmonaire, que musculo-squelettique; et finalement l'ergonomie, qui vise la prévention des blessures en entreprise par l'ajustement des postes de travail, en plus de faire la promotion des bonnes habitudes de vie.

Le kinésiologue et l'entraînement

La majorité des salles d'entraînement offrent les services d'entraîneurs privés, mais ceux-ci ne sont pas toujours kinésiologues. Dans certains cas, ils n'ont même pas étudié dans le domaine de l'activité physique! En ayant un entraîneur-kinésiologue, vous êtes assuré de mettre la main sur un programme d'entraînement adapté à vos besoins et à vos objectifs, et qui tient compte de vos blessures et de vos restrictions physiques. De surcroît, en tant que spécialiste de l'anatomie humaine, il analysera votre posture à l'entraînement, ce qui vous permettra d'éviter les blessures inutiles.

En bref, le but premier du kinésiologue est de promouvoir les saines habitudes de vie par l'activité physique. Il contribuera à l'amélioration de votre santé en vous proposant des exercices spécifiques qui améliorent votre tonus musculaire et votre mobilité globale tout en considérant votre historique personnel. Ainsi, pour reprendre un mode de vie actif en toute sécurité, assurez-vous d'être bien conseillé et renseignez-vous sur la formation de vos entraîneurs! ■

..... SPÉCIAL
P O R T E S
O U V E R T E S

ACCÈS GRATUIT

DU SAMEDI 16 SEPTEMBRE

..... AU

DIMANCHE 17 SEPTEMBRE

INCLUSIVEMENT



T 418 800-0260 / zonerouge.ca
 3679, rue de l'Hétrière, Saint-Augustin-de-Desmaures QC G3A 1X1



DÉMYSTIFIER L'ACCÈS À LA PROPRIÉTÉ

CONFÉRENCE FINANCIÈRE

24 octobre 2017 | 19 h

Présentée et animée par Émilie Mailloux et Sarah Bouchard, Conseillères finances personnelles.

Pour votre première habitation, laissez-vous inspirer par les précieux conseils de nos conseillères Finances personnelles et de leur invitée M^e Audrey Lachance, notaire. Elles vous outilleront afin que vous puissiez vous positionner stratégiquement sur le marché de l'immobilier.

Stationnement gratuit.
Rafratchissement et collation suivront la conférence.

Réservation par téléphone
au 418 651-5487 poste 100
avant le vendredi 20 octobre 16 h.

Lieu :
Campus Notre-Dame-de-Foy
Salle Jeanne-Landry du pavillon André-Coindre
5030, rue Clément-Lockquell
Saint-Augustin-de-Desmaures



Desjardins
Caisse populaire
Saint-Augustin-de-Desmaures



Desjardins
Caisse populaire
de Cap-Rouge