



À lire

Pages 2-3
Élections municipales 2025

Page 4
La Belle et Le Belge
de retour au Marché de Noël
Marché de Noël 2025

Page 5
Un premier marathon pour
Marie-Eve Beaudoin

Page 5
La CCAP célèbre l'engagement
et la persévérance étudiante

Page 7
Médaille de l'Assemblée nationale
pour M^{me} Danielle Thomassin

Page 8
La Saint-Vincent de Paul

Page 9
Votre Ville vous informe

lelavallois.org
facebook.com/journallelavallois/

Novembre 2025
Volume 43 Numéro 9



DRE Sophie Léonard
CHIROPRACTICIENNE

chirosbdl.com
Ste-Brigitte-de-Laval • 418 - 606-2424

CHABOT
CONSTRUCTION

Terrain | Construction résidentiel et commercial | Rénovation

418 808-0588 | CHABOTCONSTRUCTION.CA

GRIMARD & POULIN
ORTHODONTISTES

3333, Rue du Carrefour, Bureau A-295,
Promenades Beauport, Québec, QC G1C 5R9

orthodontistebeauport.com

Téléphone : 418 660-5409 | Texto : 581 502-9173

Jacques Tremblay, prop.



Station Service Alpin
327 Ave Ste-Brigitte

418 825-2219

Avec vous depuis plus de 38 ans

Freins

Suspension

Mise au point

Pose de pneus

UNI-PRO

Élections municipales 2025

Une victoire décisive



© Andaré Lachapelle

Lors de son assermentation, M. Mathieu Thomassin était accompagné de ses parents, M^{me} Armande Vallée et M. Richard Thomassin, ainsi que de M. Jean-François Simard, député de Montmorency et ministre des Ressources naturelles et des Forêts.

M. Mathieu Thomassin a été élu au poste de maire avec une forte majorité. Avec 2 307 votes, il a en effet récolté 72 % des votes, soit une majorité de 1 431 votes par rapport à son adversaire, M. Alain Lachance, qui lui a obtenu 876 votes.

La majorité des membres de l'équipe de monsieur Thomassin ont aussi remporté la victoire dont l'ex-maire, M. Carl Thomassin (district 5), et M. Jean-Philippe Lemieux qui a été conseiller municipal de 2013 à 2017.

Trois autres personnes de son équipe vont siéger pour la première fois au conseil municipal, soit M^{me} Diane Thibault (district 3), M. Marcel Jean (district 4) et M. Christian Paquet (district 6).

M^{me} Sylvie Lajoie, candidate indépendante, a par ailleurs été élue dans le district 2 avec une majorité de 35 voix sur M^{me} Natacha Côté.

Le taux de participation à l'élection 2025 s'est élevé à 50,6 %, une hausse de 7,3 % par rapport à 2021 (43,3 %).

André Lachapelle

Sommaire

Actualité

Élections municipales.....	2-3
La Belle et le Belge.....	4
Marché de Noël.....	4
1 ^{er} marathon pour Marie-Eve Beaudoin.....	5
CCAP célèbre l'engagement.....	6
Médaille de l'Assemblée nationale.....	7
Lettre ouverte.....	8
Votre Ville vous informe.....	9
Des nouvelles de votre MRC.....	11
Jour du Souvenir 2025.....	21

La vie de chez nous

La Saint-Vincent de Paul.....	8
Société d'histoire.....	10
Cercle de fermières.....	12
Centre Feu vert.....	14
La Barak.....	16
Club FADOQ.....	17

Chroniques

La Beauté du vin.....	13
La foi au changement.....	14
Chronique immobilière.....	15
Être payé pour étudier en 2026.....	18
Chronique physiothérapie.....	19
Changements aux petites créances.....	19
Vous cherchez vos mots.....	20
J'ai lu pour vous.....	21
Horticulture.....	22
Avis public.....	23



Le gouvernement du Québec soutient à hauteur de 65 % le projet de centre communautaire de Sainte-Brigitte-de-Laval!





ASSEMBLÉE NATIONALE DU QUÉBEC

JEAN-FRANÇOIS SIMARD

DÉPUTÉ DE MONTMORENCY
MINISTRE DES RESSOURCES NATURELLES ET DES FORÊTS
MINISTRE RESPONSABLE DE LA RÉGION DE LA CAPITALE-NATIONALE

☎ 418 660-6870

📍 2400, boul. Louis-XIV, bur. 203
Québec (Québec) G1C 5Y8

✉ jean-francois.simard.mont@assnat.qc.ca

crédit photo : Ville de Sainte-Brigitte-de-Laval

* Esquisse préliminaire sujette à changement

Élections municipales 2025



Jean-Philippe Lemieux (District 1), Sylvie Lajoie (District 2), Diane Thibault (District 3), Mathieu Thomassin (maire), Marcel Jean (District 4), Carl Thomassin (District 5), Christian Paquet (District 6) © André Lachapelle

Résultats du vote pour les postes de conseillers des six districts électoraux

Poste de conseiller - District 1	Pourcentage	Votes	Majorité
M. Jean-Philippe Lemieux, élu	67,06 %	285 votes	145
M. Yves Dusablon	32,94 %	140 votes	
Poste de conseiller - District 2	Pourcentage	Votes	Majorité
M ^{me} Sylvie Lajoie, élue	53,55 %	264 votes	35
M ^{me} Natacha Côté	46,45 %	229 votes	
Poste de conseiller - District 3	Pourcentage	Votes	Majorité
M ^{me} Diane Thibault, élue	59,16 %	352 votes	109
M. Vincent Deblois	40,84 %	243 votes	
Poste de conseiller - District 4	Pourcentage	Votes	Majorité
M. Marcel Jean, élu	55,62 %	307 votes	62
M ^{me} Sophie Léonard	44,38 %	245 votes	
Poste de conseiller - district 5	Pourcentage	Votes	Majorité
M. Carl Thomassin, élu	56,21 %	317 votes	188
M. Charles Morissette	22,87 %	129 votes	
M. Vincent Deshaies	20,92 %	118 votes	
Poste de conseiller - District 6	Pourcentage	Votes	Majorité
M. Christian Paquet, élu	65,26 %	355 votes	166
M. François Martel	34,74 %	189 votes	



DDLG INC
entrepreneur électricien
R.B.Q. 5849-2448-01
418.255.0258



CLUB ALPIN
*Un parcours majestueux
dans un décor enchanteur*
Jean-François Cote, directeur
20, des Monardes
Sainte-Brigitte-de-Laval, Qc
Courriel: info@alpin.qc.ca
418 825-3108
www.alpin.qc.ca

Réfrigération GILBERT
2 rue Saint-Charles
Sainte-Brigitte-de-Laval GOA 3KO
Réparation d'électro ménagers
Service à domicile
(418) 623-8586
ref.gilbert@hotmail.com

La Belle et Le Belge de retour au Marché de Noël

Après trois ans de succès et plusieurs points de vente à travers la grande région de Québec, Karine (La Belle) et Jean-François (Le Belge) seront de retour au Marché de Noël, au cœur de leur ville de Sainte-Brigitte-de-Laval, là où tout a commencé pour eux.

L'entreprise, née d'un coup de cœur (et d'un coup de tête), poursuit sa mission : faire voyager les sens, une gaufre à la fois.

Connus pour leurs fameuses gaufres liégeoises chaudes et caramélisées au sucre perlé authentique, les deux complices promettent cette fois d'offrir bien plus que des gaufres. Fidèles à leur esprit inventif et à leur humour belge-québécois bien dosé, ils réservent en effet plusieurs nouveautés, mais toujours avec la même authenticité et la même saveur belge qui ont conquis les papilles des Lavallois.



Karine (La Belle) et Jean-François (Le Belge)

« Chaque année, on se dit toujours que c'est la dernière fois, mais ce Marché est notre activité préférée de toute l'année ! Voir les yeux des gens « virer à l'envers » à leur première bouchée... c'est notre récompense », confient-ils avec leur sourire complice.

En plus des gaufres cuites et servies chaudes sur place, les visiteurs pourront se procurer les fameux mélanges « GAUFF' AU SUC' » pour les préparer à la maison, des chocolats belges, et découvrir un nouveau produit exclusif, qui sera dévoilé en primeur pendant le Marché de Noël.

Les « GAUFF' AU SUC' au Sommet

Bonne nouvelle, il ne sera plus nécessaire d'attendre le Marché de Noël pour déguster des « GAUFF' AU SUC' » bien chaudes puisqu'elles font partie, depuis peu, du menu du Sommet Bistro Pub, situé au 400, rue Auclair.

Une autre occasion de se laisser tenter par le parfum du sucre perlé et le charme belge d'un duo infatigable qui n'a pas fini de faire parler de lui.

André Lachapelle



La 5^e édition du Marché de Noël aura lieu du vendredi 5 décembre au dimanche 7 décembre 2025.

L'événement se tiendra principalement à l'Espace festif puisque les travaux à l'église sont toujours en cours. Vous pourrez toutefois avoir accès aux confections du Cercle de fermières au sous-sol de l'église.

Nous ne pouvons pour l'instant vous dévoiler tout le contenu de la programmation puisque Diffusion culturelle SBDL, responsable de l'organisation de cet événement, est à peaufiner les derniers détails.

Chose certaine, vous aurez droit à une variété d'événements culturels et à la présence d'artisans et de commerçants.

Une belle occasion de faire le plein d'emplettes pour vos cadeaux du temps des Fêtes.

Horaires du Marché de Noël

Le vendredi 5 décembre :	15 h à 20 h
Le samedi 6 décembre :	14 h à 19 h
Le dimanche 7 décembre :	12 h à 16 h

André Lachapelle

Les Entreprises GASTON CLAVET inc.



Pelle - Bulldozer - Pépinière - Camions
Souffleuse - Excavation - Terrassement
Transport de sable - Gravier - Concassé
Terre noire - Fosse septique - Déneigement
Marteau hydraulique - Minipelle (location)
Réparation de pompe de puits artésien

Gaston Clavet, propriétaire

Tél: 418 825-2391

Cell: 418 563-0922

Cour: entreprise_clavet@ccapcable.com

102, Auclair, Ste-Brigitte-de-Laval, Qc, G0A 3K0



YVES LEFEBVRE
ARPENTEUR-GÉOMÈTRE

1975, rue Thomas-Pope
Québec, (Québec), G2A 1X1

- 30 ans d'expérience à Ste-Brigitte-de-Laval
- résidentiel et commercial
- certificat de localisation
- lotissement de terrain
- plan topographique (RCI)
- projet d'implantation, implantation
- copropriété, projet de développement
- piquetage et bornage de terrains et terres

Courriel: ylag@qc.aira.com

Internet: yveslefebvreag.ca

Bureau: 418 877-3777 et 418 847-6093

Télécopieur: 418 847-6093

SCIAGE de béton A. Tremblay Inc.

**SCIAGE
FORAGE**



**EXCAVATION
COFFRAGE**

Résidentiel - commercial - industriel

ENTREPRENEUR GÉNÉRAL ET SPÉCIALISÉ

- Sciage mural (porte, fenêtre, plancher jusqu'à 48" épais)
- Scie électrique pour travaux intérieurs
- Sciage de dalle et d'asphalte
- Percements de 1" à 36"
- Démolition et excavation
- Coffrage dalle structurale

Membre APCHA
R.B.Q.: 8229-6963-28

À votre service depuis 1989

418 825-3304

Courriel: sciage@live.ca

www.sciagedebetontremblay.com

Cellulaires:

418 808-6557

418 951-3304

Un premier marathon pour Marie-Eve

Le 5 octobre dernier, Marie-Eve Beaudoin a complété son tout premier marathon.

« Je n'ai rien fait d'extraordinaire pour mériter un grand article », me dit-elle d'entrée de jeu.



© Marie-Eve Beaudoin

Courir un marathon est déjà un exploit en soi qui exige beaucoup d'entraînement, de discipline et de résilience, mais ce qui caractérise la réussite de Marie-Eve, c'est son cheminement qui l'a amenée à avoir un bel équilibre de vie.

La pandémie a eu un effet positif dans sa vie. « J'étais déjà active, mais je me suis dit qu'il fallait que je bouge davantage », nous confie la Lavalloise qui est éducatrice spécialisée.

Elle trouve notamment son inspiration auprès de son père, Fabien, qui a commencé à faire de la marche assidûment avec des résultats spectaculaires sur sa santé.

Marie-Eve suit son exemple en incorporant toutefois la course à la marche rapide. Elle ressent rapidement les bienfaits de ses nouvelles activités. Elle en veut plus et un an plus tard, elle participe à son premier demi-marathon. Elle en réussira quatre autres au cours des années suivantes.

Le dernier auquel elle participe est cependant très difficile. « J'avais mal aux jambes et j'ai cru que je n'irais pas jusqu'au bout », confie-t-elle.

Elle ne se décourage pas. C'est plutôt le contraire qui se produit. C'est à ce moment précis qu'elle se dit « Je vais faire un marathon ».

En 2024 elle s'inscrit au Marathon P'tit train du nord prévu pour octobre.

Le 8 septembre 2024, trois semaines avant l'événement, elle se blesse à l'entraînement. Son rêve de participer à son premier marathon s'effondre. Une période difficile qui l'amène à repenser sa préparation.

« J'ai décidé d'ajouter à la course d'autres activités comme le vélo de montagne, le vélo de route et le pilates. « Le fait de varier mes activités m'a beaucoup aidée », souligne Marie-Eve.

Un an plus tard, soit le 5 octobre 2025, Marie-Eve est sur la ligne de départ du Marathon Beneva de Québec.

Elle ne vise pas la première place, ni même de se classer parmi les meilleures. Elle a en tête de faire sa course, de franchir le 42,2 kilomètres. Elle a un objectif en tête, cinq heures.

Elle franchira la ligne d'arrivée 4 h 50 plus tard, accompagnée par les cris d'encouragement de ses



© Marie-Eve Beaudoin

fidèles supporteurs, son chum Karl, ses parents Danielle et Fabien, sa sœur Janie ainsi que ses amis.

« J'aime ce que je deviens »

Marie-Eve aime son travail qui l'amène à accompagner des jeunes en difficulté à l'école et dans un centre jeunesse.

L'activité physique fait partie de son quotidien, elle ne peut s'en passer. Elle excelle à la balle donnée, son équipe TATUM, tissée serrée, a remporté plusieurs tournois.



L'équipe TATUM © Marie-Eve Beaudoin

Elle est aussi très impliquée dans l'organisation du tournoi de balle donnée des Événements du Nord avec ses comparses, Guillaume Bédard et Vincent Dubé.

Chaque matin commence par une bonne marche avant d'aller travailler. Malgré son horaire chargé, elle se donne aussi du temps pour s'amuser.

« J'aime ce que je deviens », dit-elle spontanément. Infatigable, elle continue à explorer d'autres activités. « L'hiver prochain, je vais courir à l'extérieur, faire du ski de fond et de la natation. Mon prochain objectif, c'est le triathlon », confie-t-elle.

Parions qu'elle réussira encore une fois à relever ce nouveau défi et bien d'autres par la suite grâce à sa résilience, sa volonté et son bel équilibre de vie.

Bravo Marie-Eve pour ce beau parcours qui nous motive à être dans l'action pour réaliser nos objectifs. Cet article, tu le mérites pleinement.

André Lachapelle

CARROSSIER C. CLAVET

Conrad Clavet
propriétaire

397, ave Sainte-Brigitte
Sainte-Brigitte-de-Laval
(Québec) G0A 3K0

Tél: 418 825-1161 Fax: : 418 825-1594



Entretien de pelouse
Déchaumage
Aération
Pose de tourbe

Terrassement
Imperméabilisation d'asphalte
Lavage à pression
Déneigement

418 997-9465

www.jdinnovationexterieure.com

*Nous donnons un coup d'éclat
à votre aménagement paysager*

La CCAP célèbre l'engagement et la persévérance étudiante

Le 21 octobre dernier, la CCAP a vibré au rythme de l'inspiration et de l'engagement alors qu'elle accueillait dans ses bureaux les lauréats de ses bourses d'études.

Huit étudiants remarquables ont été honorés pour leur parcours exceptionnel, leur excellence académique et leur détermination à toute épreuve.

À travers ce programme annuel, la CCAP réaffirme son engagement envers la jeunesse et sa volonté de soutenir ceux et celles qui façonnent l'avenir de notre communauté.

En valorisant l'effort, la passion et l'implication, elle encourage une relève forte, ambitieuse et porteuse d'espoir.

Secondaire - Bourses de 500 \$

Arthur Johnson-Chalifour — Lac-Beauport
Sec. 1 — École Le Sommet

Marianne Dupont — Lac-Beauport
Sec. 3 — École Mont-Saint-Sacrement

Nelia Morin — Lac-Beauport
Sec. 5 — École Cardinal-Roy

Nelly Dubé — Lac-Beauport
Sec. 2 — École de la Seigneurie

Collégial et universitaire - Bourses de 1 500 \$

Camille Roussel — Lac-Beauport
Doctorat en médecine — Université Laval

Colombine Taminiaux — Stoneham-et-Tewkesbury
DEC Sciences, lettres et arts — Cégep de Sainte-Foy

Kelly-Ann Genest — Sainte-Catherine-de-la-Jacques-Cartier
Tremplin DEC — Cégep FX Garneau

Mélanie Bilodeau — Sainte-Brigitte-de-Laval
Maîtrise en science de l'orientation — Université Laval

La CCAP tient à remercier tous les participants et féliciter les gagnants de l'édition 2025.

Source : **Maryna Carré**
Directrice marketing et communications

8 000 \$ sont remis en bourses d'études



Arrière : Kelly-Ann Genest, Mélanie Bilodeau, Colombine Taminiaux, Marianne Dupont
Avant : Camille Roussel, Nelia Morin, Arthur Johnson-Chalifour © CCAP



AVIS DE CONVOCATION

Assemblée générale annuelle | Virtuelle

LE MERCREDI
3 DÉCEMBRE 2025 À 19 H

Tous les membres de la CCAP sont invités à participer à la rencontre en se connectant via leur *Espace client*.

Une copie de l'avis de convocation détaillé mentionnant les points à l'ordre du jour est disponible au

ccapcable.com



AQUA INGENIUM
Ingénieurs des eaux

418 849-4916 aquaingenium.com
info@aquagenium.com

• INSTALLATION SEPTIQUE • HYDRAULIQUE • STABILITÉ TERRAIN • GESTION DES EAUX • TRAITEMENT DES EAUX

EXAMEN DE LA VUE • VISION SPORTIVE • SANTÉ OCULAIRE
FORFAIT ÉTUDIANTS • LUNETTES ET LENTILLES CORNÉENNES
URGENCE • GRANDE VARIÉTÉ DE LUNETTES SOLAIRES

VISION SANTÉ
Clinique d'optométrie

Prenez rendez-vous dès maintenant!

caroleroth@cliniquevision.ca
1025, boul. du Lac, Lac-Beauport
www.cliniquevision.ca
418 825-0044

CONSTRUCTION F.G.

ENTREPRENEUR GÉNÉRAL
COMMERCIAL ET RÉSIDENTIEL

418 825-3134
www.constructionfg.com
info@constructionfg.com

Madame Danielle Thomassin reçoit la médaille de l'Assemblée nationale

M. Jean-François Simard, député de Montmorency, ministre des Ressources naturelles et des Forêts et ministre responsable de la Capitale nationale a remis la médaille de l'Assemblée nationale du Québec à madame Danielle Thomassin, bénévole très engagée dans la communauté



© Carlos Ste-Marie

M. Jean-François Simard remet la médaille de l'Assemblée nationale à M^{me} Danielle Thomassin

C'est une médaille très méritée car Danielle est grandement impliquée dans la communauté.

- La résidence le Trèfle d'Or
- La communauté chrétienne de Sainte-Brigitte-de-Laval
- La Paroisse Notre-Dame de Beauport
- l'Équipe d'intervention d'urgence de la Croix-Rouge canadienne
- Le Centre d'action bénévole Aide 23 (CAB Aide 23)

Danielle a grandement participé à la création du de la résidence pour aînés le Trèfle d'Or. Elle y accueille les aînés de 60 ans et plus dans un environnement sécuritaire et chaleureux.

Au fil du temps, le Trèfle d'Or est pratiquement devenu sa résidence secondaire. Elle y passe beaucoup de son temps. Elle voit à tout, elle règle la plupart des problèmes, organise des activités, s'assure que les nouveaux s'intègrent bien. Elle aime ses résidents et ils le lui rendent bien.

De plus, elle est toujours présente pour apporter son aide dans la communauté notamment, la Société

d'histoire et Diffusion culturelle.

Elle représente aussi les aînés de la Ville dans plusieurs comités de la Ville de Sainte-Brigitte-de-Laval.

Être au milieu des siens

Danielle désirait recevoir la médaille entourée des gens qu'elle soutient. Elle a donc organisé un gros party au Trèfle d'Or afin que tous puissent participer et fêter avec elle. Près d'une centaine de personnes étaient présentes pour la féliciter.

On lui a rendu un bel hommage racontant sa vie, ses réussites, ses aventures etc...

« C'est la première fois que je remets la médaille de l'assemblée nationale à l'extérieur du Parlement, a dit M. le ministre. C'est une demande de Danielle qui désirait recevoir cet honneur en présence de sa famille, de ses résidents et de ses bénévoles.

C'est une formidable idée car cette récompense rejaillit sur tous. »

Une famille hors-pair

Danielle a la chance de pouvoir compter sur une famille hors-pair qui l'a toujours soutenue et qui l'a épaulée tout au long des nombreuses soirées de bénévolat. Ce qui fait dire à son mari Michel : « Danielle, c'est comme le bon Dieu, elle est partout, mais je ne la vois jamais. »



© Carlos Ste-Marie

Danielle en compagnie de son mari, Michel Vallée, de ses trois fils Guillaume, Simon et Nicolas et leurs épouses ainsi que ses trois adorables petits enfants



© Carlos Ste-Marie

Danielle et ses chers résidents du Trèfle d'Or



© Carlos Ste-Marie

Ses amis de la communauté chrétienne



© Carlos Ste-Marie

Des représentants de Diffusion culturelle, de la Société d'histoire, du Journal Le Lavalois fêtent avec elle

Félicitations !

Félicitations Madame Thomassin pour cette distinction qui reflète votre engagement exceptionnel !

Par votre dévouement et votre générosité, vous contribuez à renforcer les valeurs de solidarité et d'entraide, en particulier auprès des personnes les plus vulnérables. Votre parcours inspire et fait rayonner toute la communauté de Sainte-Brigitte-de-Laval.

Physiothérapie générale,
sportive, pelvienne,
pédiatrique et pour
cyclistes



Anne-Marie Violette

PHYSIOTHÉRAPEUTE

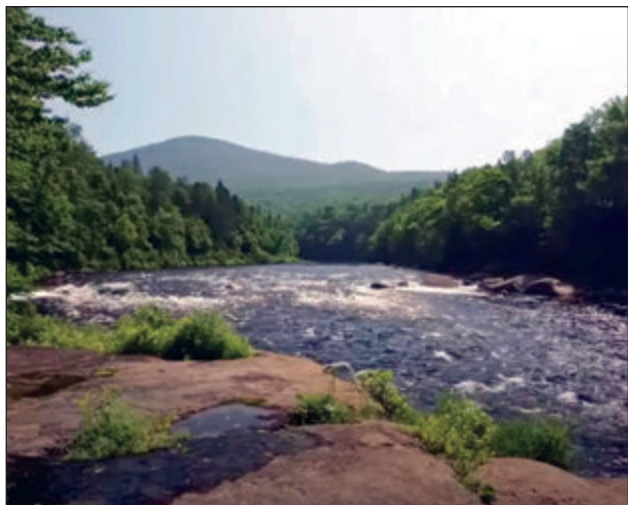


Pour plus d'infos :
annemarieviolette.com

581-903-2103
423 avenue Sainte-Brigitte

Lettre ouverte

La Montmorency n'est plus



Rivière Montmorency ©Robert Careau

On dit cela des personnes qui sont mortes. C'est un peu mon sentiment vis-à-vis de la rivière Montmorency que j'ai côtoyée et aimée depuis 40 ans que je vis à Sainte-Brigitte nord. Mais la Montmorency n'est plus.... accessible.

J'ai marché le long de ses rives et sur les sentiers pour m'y rendre. En hiver, je l'ai traversée sur le pont de glace pour aller faire de la raquette et du ski de fond. Je n'ai dérangé personne, j'ai respecté la nature et j'en ai profité pendant quatre décennies.

Mais je n'y ai plus accès. Comme d'autres rivières⁽¹⁾, ses rives appartiennent désormais à ceux qui les ont achetées.

Je ne blâme personne et tout le monde à la fois. Nous n'avons pas agi ou réagi quand il était temps. Je constate et je déplore.

Il reste le GAM qui donne accès aux kayaks et aux canots. Encore faut-il en posséder et être confortable avec les rapides qui commencent dès la mise à l'eau. On n'a pas le droit non plus de s'arrêter sur les rives peu importe la raison⁽²⁾. Comment en est-on arrivé là ?

Heureusement, j'en ai profité. Je remercie tous ceux qui m'ont tolérée ou même invitée sur leurs terrains à travers toutes ces années.

On peut dire que c'est vraiment triste...

Colette Couture

1. La Presse « Manque d'accès au cours d'eau » 8 septembre 2025.
2. Le Soleil « Des excursions en rafting qui mènent à des contraventions » 25 novembre 2024.

La Saint-Vincent de Paul

C'est le temps de vous inscrire
Date limite : 25 novembre 2025
418.825.4244
st-vincent@ccapcable.com

L'Arbre enchanté

La Saint-Vincent de Paul de Sainte-Brigitte-de-Laval a un partenariat avec les Chevaliers de Colomb pour l'Arbre enchanté dans le but de distribuer des cadeaux aux enfants.

Pour faire une demande, vous devez indiquer le prénom, l'âge des enfants de 16 ans et moins, leur sexe et deux idées de cadeaux d'une valeur d'environ 50 \$. La date limite est le **25 novembre 2025**.

Les paniers de Noël

Vous pouvez dès maintenant faire votre demande par courriel en inscrivant votre nom, votre adresse, votre numéro de téléphone et le nombre de personnes. Si vous êtes dans l'impossibilité de communiquer avec nous par courriel, laissez un message sur notre boîte vocale au numéro 418.825.4244.

Nous pouvons accepter des demandes pour les paniers de Noël jusqu'au **4 décembre 2025**. Une analyse financière est requise pour déterminer l'admissibilité. Le revenu familial doit être inférieur à 60 000 \$ pour deux adultes et deux enfants.

La Guignolée 2025

Comme par les années passées, la Saint-Vincent de Paul de SBDL amassera des fonds au IGA. Les dates suivantes ont été retenues : du 27 au 30 novembre et du 4 au 7 décembre 2025.

Cette activité peut se poursuivre grâce à une équipe de bénévoles qui joint le Conseil d'administration à la

fin novembre et début décembre. Cette coutume permet de venir en aide aux personnes et familles dans le besoin. Tous les dons ramassés sont remis dans les paniers de Noël soit en bons d'achat soit en ajoutant de la viande aux denrées non périssables. La tradition de la Guignolée a toujours eu et a encore pour objectif d'offrir un répit pour bien terminer l'année et en commencer une sur une note positive.

Tous les bénévoles participent à la quête avec gaieté de coeur. Ils accueillent les clients sourire aux lèvres, l'esprit joyeux et en cette période de l'année, les gens sont toujours généreux et enclins à penser aux autres. Tous les dons ramassés seront remis dans les paniers de Noël.

Si vous préférez nous faire un don en argent et obtenir un reçu pour les fins d'impôt, n'hésitez pas à communiquer avec nous.



Préparation des paniers de Noël ©André Lachapelle

L'équipe de la Saint-Vincent de Paul

POURVOIRIE
du Lac Laflamme

Pourvoirie chasse & pêche

581 568-0140

laclaflamme.com

Monts-Valin

Droits exclusifs



Plans
 américain & européen

mg ébénisterie /
 design

418.825.1093

24 du Domaine, Sainte-Brigitte-De-Laval
 G0A 3K0, Québec

ébénisteriemg.ca  

Qualité & Savoir-faire

VOTRE VILLE VOUS INFORME

SBDL.NET



Affaires municipales

Prochaines séances du conseil municipal

18 novembre - 16 décembre

- À 19 h, au bâtiment du Parc des Saphirs (175, rue Kildare)
- Visionner en direct et en différé : sbdL.net/web-diffusion
- L'ordre du jour : sbdL.net/conseil-municipal

Avis publics - résultats les élections municipales à la page 23 de ce journal

Aménagement du territoire

Nouvelle capsule municipale

« Ordures, compost et recyclage : les enjeux d'un mauvais tri des matières résiduelles »



Un tri inadéquat des déchets coûte cher à la Ville, aux citoyens, aux centres de tri et à l'environnement.

Découvrez pourquoi bien trier est essentiel pour préserver nos ressources et éviter des frais inutiles : sbdL.net/ordures-compost-et-recyclage-les-enjeux-dun-mauvais-tri-des-matieres-residuelles/

Téléchargez l'application mobile « ça va Où ? » par Recyc-Québec pour faciliter le tri de vos matières (ordures, recyclage et compost).

Loisirs, sports, culture et vie communautaire

Fermeture des installations extérieures depuis le 1^{er} novembre

- Parcs et plateaux sportifs
- Comptoir Circonflexe : fermé temporairement depuis le 1^{er} novembre en attendant la réouverture des sentiers de raquettes au Club de Golf Alpin pour débiter le prêt de raquettes

Activités hivernales au Club de Golf Alpin

- Ski de fond et raquette gratuits pour une 3^e année sur le parcours du golf, dès que la neige le permet (autour du 15 décembre)
- Trois parcours : débutant, intermédiaire et avancé (1 à 4 km)
- Motoneiges interdites sur tout le site
- Sentiers de raquette parallèles à ceux de ski
- Balisage et signalisation à venir

Patinoires

- Ouverture prévue pour les Fêtes, jusqu'à mi-mars
- Avant de vous déplacer, consultez la publication épinglée sur la page Facebook de la Ville
- Infos pratiques : sbdL.net/patinoires

Programmation sports et loisirs hiver 2026

- Publication à venir : sbdL.net/programmation-et-inscriptions
- Inscription : du 25 novembre au 11 décembre
- Début des activités : semaine du 11 janvier

Marché de Noël

- Les 5-6-7 décembre, organisé par Diffusion Culturelle SBDL
- Détails : facebook.com/DCSBDL

Réouverture de sentiers après la période de chasse : lundi 17 novembre

Travaux publics

Des stationnements d'appoint

Des stationnements d'appoint pour pallier l'interdiction de stationner dans les rues du 1^{er} novembre au 15 avril



Durant cette interdiction de stationner dans les rues, le Service des travaux publics invite les citoyens à utiliser ces cinq stationnements municipaux et ce, pour une durée maximale de 24 heures d'affilées à chaque utilisation :

- Stationnement au Parc Richelieu (via la rue Goudreault)
- Stationnement au terrain des loisirs (au 8, rue de la Patinoire)
- Stationnement face à la caserne (face au 5, rue Auclair)
- Stationnement municipal face à l'église
- Stationnement au Sentier des Dunes (sur la rue des Dunes)

IMPORTANT

Les espaces de stationnement situés au Parc des Saphirs ne pourront pas être utilisés comme stationnement d'appoint cet hiver. Ils seront réservés exclusivement aux citoyens qui participent à des activités se déroulant dans le bâtiment du Parc.

Nouveau mélange d'épandage

Cet hiver, nous testerons un nouveau mélange d'épandage composé d'environ un tiers de sel et deux tiers d'abrasif. Le tout sera mélangé à l'avance. Selon les conditions routières et le type de précipitation, nous utiliserons un mélange de pierre abrasive régulière ou plus petite. L'objectif est d'améliorer l'adhérence tout en réduisant l'usage de sel. Nous vous tiendrons informés des résultats au fil de la saison.



Créez votre compte citoyen au sainte-brigitte-de-laval.appvoila.com/fr/

Restez connecté à ce qui se passe dans votre ville via notre portail citoyen personnalisé!

Vie municipale - Activités de loisirs - Évaluation foncière - Compte de taxes
Demandes de permis - Dates importantes - Offres d'emploi



ALERTES ET NOTIFICATIONS DE MASSE

Inscrivez-vous au massalert.citam.ca

Ne prenez aucun risque! En cas d'urgence, soyez contacté rapidement et efficacement 24/7 par téléphone, mobile, SMS ou courriel.

Avis d'ébullition - Évacuation ou confinement - Inondation - Coupure d'électricité majeure - Glissement de terrain - Entrave routière importante

Société d'histoire de Sainte-Brigitte-de-Laval

Diane Clavet

Des recherches prometteuses

Deux départs au sein du c.a. de la Société d'histoire de Sainte-Brigitte-de-Laval

Nous remercions chaleureusement Yves Pomerleau et Geneviève Fortin pour leur apport au sein de la Société d'histoire de Sainte-Brigitte-de-Laval.

Membre du conseil d'administration depuis 2018, Yves a été l'un de nos piliers les plus constants. Conseiller avisé, il a mis son expertise en généalogie au service de nombreuses recherches en plus de partager généreusement ses connaissances sur l'histoire des familles fondatrices de Sainte-Brigitte-de-Laval. Yves restera d'ailleurs un précieux collaborateur pour les recherches généalogiques au sein de notre société.

Merci, Yves, pour ton engagement fidèle et ta passion transmise au fil des années.

Membre du conseil d'administration depuis 2022, Geneviève a contribué avec passion à de nombreux projets qui ont fait rayonner notre histoire locale. Merci Geneviève, et bon succès dans tes nouveaux défis ! Tu as toujours été professionnelle, engagée et d'un soutien précieux.

Dans le même souffle, nous sommes très heureux d'accueillir Éliane Vételé parmi notre équipe de bénévoles. Bienvenue Éliane !

Des recherches en archives prometteuses

La Société d'histoire a profité de l'automne pour intensifier ses recherches en archives. Une visite aux archives du Séminaire de Québec s'est révélée particulièrement riche en découverte au point où un retour s'impose afin de pousser plus loin l'exploration des documents repérés.

Nous avons également eu accès, grâce à la Ville de Sainte-Brigitte-de-Laval, aux tout premiers procès-verbaux municipaux conservés. Ces pages d'histoire, encore peu étudiées, contiennent plusieurs informations inédites qui mériteront elles aussi d'être analysées lors de prochaines consultations.

Restez à l'affût ! Les résultats de ces recherches seront progressivement partagés sur notre blogue au cours des prochaines semaines, sous forme d'articles documentés et illustrés.

L'assemblée générale de la SHSBDL

L'assemblée générale annuelle se tiendra le 24 novembre prochain. Tous les citoyens sont les bienvenus, à la condition d'être membres en règle de la Société d'histoire. À cette occasion, certains mandats au sein du conseil d'administration seront renouvelés. Pour pouvoir assister à cette rencontre, écrivez-nous à societehistoiresbdl@gmail.com. Nous vous enverrons un hyperlien pour participer à la rencontre sur Google Meet.

Et si c'était à votre tour de vous impliquer ?

Vous vous intéressez à la généalogie, la muséologie, l'archéologie, l'archivistique, l'ethnologie ou d'autres disciplines liées aux sciences historiques ? Vous avez des compétences en technologie, en administration ou en droit ? Vous avez à cœur la préservation et la mise en valeur du patrimoine local ?

Si vous avez répondu oui à l'une de ces questions, vous êtes probablement un ou une futur.e bénévole de la Société d'histoire.

Vous pouvez également postuler pour devenir un membre de notre conseil d'administration.



Votre carte de membre 2025-2026

Il est toujours temps de renouveler votre carte de membre, si ce n'est déjà fait.

Nous vous rappelons que la cotisation annuelle de 10 \$ constitue la principale source de financement de la Société d'histoire.

Elle nous permet notamment d'assumer les frais d'assurances et d'hébergement de nos sites afin de vous tenir informés et de préserver pour l'avenir les nombreuses informations recueillies depuis notre création en 2018. Nos frais annuels de fonctionnement s'élèvent à environ 1 300 \$.

Modes de paiement

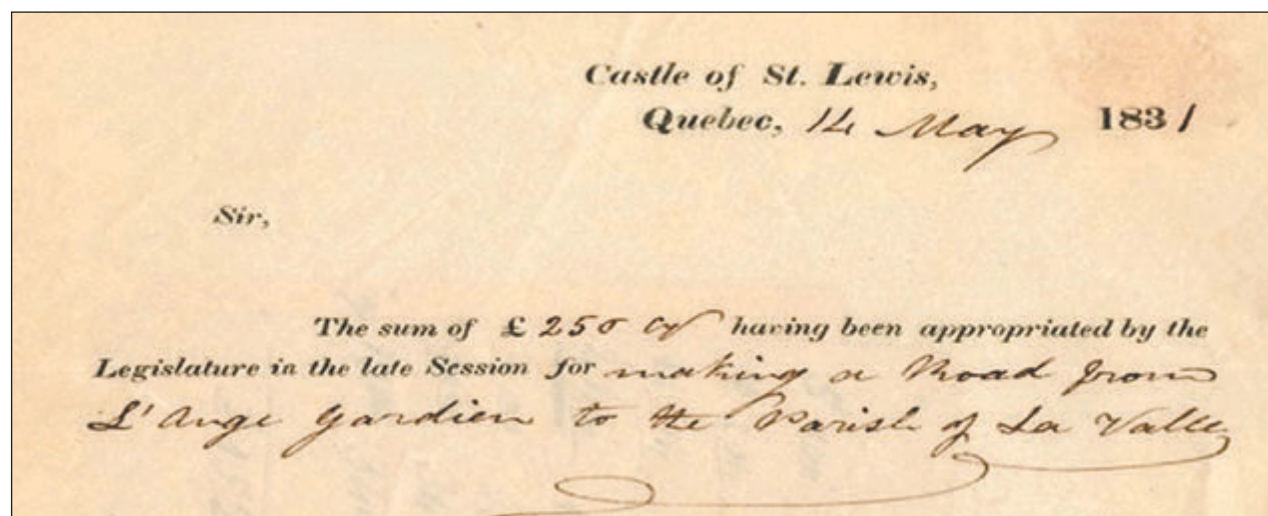
- Virement bancaire à : Société d'histoire de Sainte-Brigitte-de-Laval
Question : De quoi parlons-nous ?
Réponse : histoire
- Chèque au nom de Société d'histoire de Sainte-Brigitte-de-Laval, envoyé par la poste à :
15, des Pruches
Sainte-Brigitte-de-Laval (Québec)
G0A 3K0

Merci à l'avance de votre soutien !

Allen Dawson
Président

Site Web : www.shsbdl.org

Société d'histoire de Sainte-Brigitte-de-Laval



Document trouvé lors des recherches

Carrosserie Paré		CARROSSERIE PARÉ 2998, chemin Royal, suite 102 Beauport, Québec, G1E 1T3 Tél : 418 664-1456 Fax : 418 664-0310	Genevève Paré Propriétaire www.carrosseriepare.ca
Débosselage et peinture • Redressement de châssis • Réclamation d'assurance • Estimation gratuite			



DES NOUVELLES DE VOTRE MRC

MARCHÉS DE NOËL

6 marchés à visiter **NOËL, ÇA SE VIT DANS LA JACQUES-CARTIER**

Du **22 novembre au 14 décembre**, découvrez les 6 marchés de Noël de la région et soyez transporté dans un univers féérique. Les cadeaux uniques, les animations magiques et l'ambiance festive vous mettront dans l'esprit des Fêtes comme jamais.



À INSCRIRE AU CALENDRIER

Marché de Noël de Saint-Gabriel-de-Valcartier
22 et 23 novembre
Centre communautaire
Saint-Gabriel-de-Valcartier

Salon Expo-Cadeaux
29 et 30 novembre
Centre Anne-Hébert
Sainte-Catherine-de-la-Jacques-Cartier

Marché de Noël de Sainte-Brigitte-de-Laval
5, 6 et 7 décembre
Espace Festif
Sainte-Brigitte-de-Laval

Marché de Noël de Stoneham-et-Tewkesbury
5, 6, 7, 12, 13 et 14 décembre
Parc de Fondateurs
Stoneham-et-Tewkesbury

Féerie de Noël
6 et 7 décembre
Parc du Saisonier, Lac-Beauport

Salon des artisans de Shannon
6 et 7 décembre
Centre communautaire, Shannon

Les marchés de Noël de La Jacques-Cartier, un incontournable à vivre en famille ou entre amis.

Planifiez votre visite dès maintenant au mrcjacques-cartier.com/noel.

GALA RECONNAISSANCE

5e édition **DÉPOSEZ VOTRE CANDIDATURE MAINTENANT**

La période de mise en candidature de la 5^e édition du gala reconnaissance, les Étoiles de La Jacques-Cartier bat son plein.

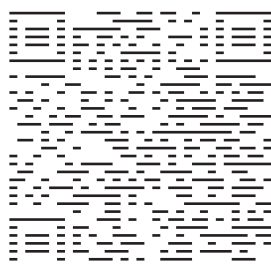
Faites briller votre entreprise ou vos réalisations en déposant votre candidature dans l'une des 15 catégories **avant le 5 décembre** prochain.

Rappelons que le gala s'adresse autant aux citoyens qu'aux entrepreneurs ou qu'aux artistes.



Pourquoi y participer ?

- Pour faire briller votre entreprise et vos réalisations.
- Pour vous sentir reconnu publiquement par la communauté d'affaires de la région, par vos pairs et par votre milieu
- Pour profiter d'un tremplin pour le recrutement et d'un levier d'attraction de talents
- Pour élargir votre réseau de contact
- Pour d'accroître vos opportunités d'affaires
- Pour faire partie d'un groupe passionné et ressentir la force d'appartenance à la région de La Jacques-Cartier
- Pour renforcer votre image de leader et contribuer à la fierté et au sentiment d'appartenance de vos employés.



Déposez votre candidature par ici dès maintenant.



DÉVELOPPEMENT ÉCONOMIQUE

Série vidéo

LE VENT DANS LE DOS



Découvrez l'histoire inspirante de 7 entrepreneurs d'ici qui, épaulés par la SDE de La Jacques-Cartier, ont le vent dans le dos.

La SDE de La Jacques-Cartier, c'est le vent dans le dos dont toute entreprise a besoin. Cette série nous permet de constater en images toute la force et l'impact de la SDE de la Jacques-Cartier dans le développement économique de la région.

À voir dès maintenant sur les plateformes numériques ou par ici





Cercle de Fermières Sainte-Brigitte-de-Laval



Bienvenue dans le mois de novembre avec le retour de la froidure et de la noirceur en fin d'après-midi. Le ramassage des feuilles terminé, les garages temporaires montés, nous nous "encabanons" pour les mois d'hiver qui s'en viennent.

Profitons de novembre pour réfléchir aux préparatifs des Fêtes de Noël et de fin d'année, aux cadeaux à trouver, aux repas-rencontres pour la famille et les amis. Planifier devient de plus en plus compliqué car il faut tenir compte du budget limité, de la réalité des familles éclatées, des ex-conjoints, des nouveaux conjoints et des grands-parents vieillissants.

La vie coûte de plus en plus cher, la facture d'épicerie ne cesse d'augmenter pour les produits de base, certaines pièces de viande affichent des prix excessifs, ils deviennent des produits d'exception et de luxe. Idem pour les sorties au restaurant pour une famille de quatre personnes, pour un simple brunch ou déjeuner, il faut prévoir dépenser 100 \$ et plus.

Nos grands-mères et mères ont aussi connu des périodes difficiles. Elles avaient l'habitude d'économiser, semaine après semaine, pour avoir un petit fonds de prévoyance dans lequel elles pouvaient piger le temps venu pour préparer la cuisine des Fêtes : dinde, ragoût, pâtés, cretons, biscuits, tarte au sucre, beignes, etc... Les plats étaient succulents et réconfortants, tous savaient que celle qui avait cuisiné, y avait ajouté une pleine dose d'amour.

Les activités et sorties familiales, les cadeaux, les repas des Fêtes, tout cela devrait être anticipé avec un calcul préalable des dépenses afin de déterminer si l'on peut se le permettre ou pas. Le bon Père Noël a beau être gentil et généreux pour tout le monde, il devra payer ses comptes dans les mois qui suivent.

Le contexte géopolitique mondial n'aide pas. Notre

voisin du Sud est irresponsable et imprévisible, et cela s'entend aux nouvelles et se ressent partout. Cela a des répercussions sur nous, notre moral et nos familles. L'anxiété semble se propager dans toutes les couches de la société, des jeunes aux aînés, des travailleurs aux chefs d'entreprise.

Alors que pouvons-nous faire pour nous et nos proches ?

- Identifier l'essentiel vs le superflu, le vrai du faux, le durable vs la mode passagère, l'important vs le caprice passager, apprendre à dire non, prendre soin de soi car nous avons une tendance à nous oublier, accompagner celui qui souffre et celui qui doute, être porteur d'espoir et de solidarité, l'amour et le respect ne s'achètent pas ils se méritent.

- Être présent pour les nôtres, prêter une oreille attentive aux propos pour détecter une détresse, initier un dialogue, ne pas juger, prendre le temps d'écouter, demander comment aider.

- Donner du temps, cuisiner pour quelqu'un c'est donner de l'amour et lui dire qu'il est important pour nous. Un accueil chaleureux et sincère est toujours apprécié peu importe les circonstances, nous en avons tous besoin à un moment ou à un autre de notre existence.

Contrairement à ce que plusieurs pensent, la valeur d'un cadeau n'est pas nécessairement son prix monétaire. Certains cadeaux représentent des heures de travail (tricots, tissages, plats cuisinés, entretien ménager pour un proche, heures de garderie et dépannage). Ils ne se monnaient pas, mais ils ont une plus grande valeur que l'objet acheté rapidement au magasin; s'en souvenir est important autant pour celui qui donne que celui qui reçoit. Il ne faut jamais voir ça comme un dû, mais une faveur.

En parlant de faveur, merci à la personne qui a réparé les anciens livres du Cercle, elle se connaît.



Voici une invitation à venir nous rencontrer les 15 et 16 novembre au Grand Marché de Québec, 2^e étage (mezzanine). Notre Cercle sera fièrement représenté par trois de nos membres.

Nous participerons également au Marché de Noël de Sainte-Brigitte-de-Laval qui aura lieu les 5-6-7 décembre prochains, nous vous recevrons dans notre local au sous-sol de l'église.

Les après-midi « tricot libre » sont les 1^{er} et 3^e mardis de chaque mois. Au plaisir de vous revoir.

Doris Roy

Local du Cercle : 418.825.3384 avec boîte vocale

Les membres du C.A. :

Suzie Bergeron, présidente
Jocelyne Fortier, vice-prés.-arts textiles
Françoise Dawson, trésorière
Louise Bélanger, secrétaire
Francine Brind'amour, Actions communautaires
Doris Roy, Communications-recrutement

Faites-vous entendre



**En tant que membre
de votre coopérative,
donnez votre opinion.**

Une consultation est en cours
dans AccèsD. Participez du
19 novembre au 2 décembre 2025.

AccèsD

Desjardins
Caisse de Beauport

Vignoble L'Isle de Bacchus

En 1535, quand Jacques Cartier est arrivé au Québec, il a trouvé des vignes sauvages sur une île qu'il a nommé l'Isle de Bacchus, aujourd'hui connue sous le nom de l'Île d'Orléans.

Cela fait environ dix ans que les montréalais Steve Boyer et Carole Primeau, deux connaisseurs du secteur agricole, sont devenus les propriétaires du vignoble Isle de Bacchus à l'Île d'Orléans.

L'Isle de Bacchus est situé à Saint-Pierre et il s'étend sur 11 hectares de vignes sur l'Île d'Orléans, à 12 minutes du centre-ville. Il s'étend sur trois parcelles distinctes de sols argileux-sableux avec une altitude d'environ 30 mètres au-dessus du niveau de fleuve Saint-Laurent avec une orientation sud-ouest, ce qui lui confère un microclimat unique.

Le vignoble existe depuis 1982. Il fait partie des pionniers de la province en étant le troisième plus ancien vignoble au Québec. Sa maison, âgée de 307 ans, fait partie du patrimoine. Les producteurs ont opté pour une culture raisonnable, sans herbicides. Ils font tout leur possible pour que le vignoble ne soit pas affecté par les produits chimiques ou par la machinerie.

Étant donné le climat et les hivers extrêmes du Québec, le vignoble travaille avec une douzaine de cépages hybrides tels que : Vandal blanc, Foch, Acadie blanc, Éona, Vidal, Marquette, Frontenac et Sainte-Croix. Les tailles des vignes sont de style Gobelet et Guyot double et les vendanges sont faites à la main. Le "Geisenheim" est un nouveau cépage utilisé par le vignoble. Toute l'élaboration des vins se fait au domaine, de la préparation de la vigne jusqu'à l'embouteillage, pour se compléter avec la vente des produits sur place.

Mon appréciation de ses produits

Le Brut de Bacchus

Voici la première cuvée de bulles du vignoble. Il s'agit d'un vin mousseux élaboré avec la méthode traditionnelle. Composé de Vidal et de Geisenheim. Une robe jaune brillant avec d'abondantes petites bulles. Un nez à la brioche et une bouche rafraîchissante. Idéal pour un toast de célébration!

Le 1535

Vin blanc sec et très parfumé, rappelant l'année de la découverte de l'Isle de Bacchus par Jacques Cartier. Issu de Vandal, d'Éona et d'Acadie, il se distingue par ses saveurs de fruits tropicaux, la fraîcheur des agrumes et sa touche de miel.

Filles du Roy

Vin rosé identifié au village où se situe le vignoble Isle de Bacchus. Élaboré avec Sainte-Croix et Maréchal-Foch, il montre un robe rose-saumon avec des arômes puissants de petits fruits rouges. Il est léger, sec et frais.

Village des Entre-Côtes

Au siècle dernier, les anciens appelaient Saint-Pierre : Le village des Entre-côtes, où se pratiquait l'agriculture. Vin rouge où les cépages : Maréchal Foch, Sainte-Croix et Mitchurinets sont en vedette. Une explosion d'arômes fruités! Vin sec, corsé, fruité avec des notes épicées et des tanins souples.

Réserve

Résultat de Marquette et de Frontenac, se démarque par ses arômes et par son goût fruité, boisé et de torréfaction. Un rouge sec, corsé et boisé avec les tanins fermes et une persistance respectable.

Le Kir de l'Île

Le Kir de l'Île est un apéritif léger. Il est assemblé avec le vin blanc de la maison et le sirop de cassis des Saveurs de l'Isle.

Vendange tardive

Il est issu de la deuxième presse du Vin de Glace à la fin de décembre. Vin liquoreux jaune doré aux arômes puissants de poire, de pomme et de miel. Issu de Vidal et de Geisenheim.

Jardin de Givres

Rien de mieux pour accompagner un foie gras qu'un vin de glace qui dégage des arômes puissants d'abricot et de litchi.



Le Fleur de Lyse

Vin fortifié et liquoreux édulcoré au sirop d'érable. Son nom vient de la chanson "Le Tour de l'Île" de Félix Leclerc.

Susana Ochoa, La Beauté du Vin



Réservez dès maintenant
Bulles et Fromages Bulles & Fromages

Procurez vos billets :
www.thebeautyofwine.com
www.labeauteduvin.com
Directement à SBDL : 418 825-1926

Aimez-vous le Champagne?
Venez célébrer les fêtes à SBDL!

6 différents types de mousseux, de canapés et de fromages.
Vendredi 28 novembre 2025.
69.99\$
17h - 20h Prévente 59.99\$

Déroulement de la soirée

- 17 h Accueil, apéro et réseautage des invités avec un verre de mousseux
- 17 h 30 Dégustation de deux mousseux lors de la présentation de la région invitée et de l'élaboration des vins effervescents
- 18 h Services de table et présentation d'assiettes de fromages et de canapés
Dégustation de trois mousseux

Les invités savourent leur vins en dégustation, à leur rythme, à la station de service avec leurs coupons.

Les fiches techniques des produits seront disponibles.

- 19 h 30 Clôture de l'événement
- 20 h Fermeture de la salle

Deux mousseux à déguster.

Il y aura également des mousseux sans alcool.

La foi au changement

Nous venons de vivre ces derniers mois une course électorale assez tumultueuse et empreinte de rebondissements dans notre petite ville de Sainte-Brigitte-de-Laval. Cela m'a fait réfléchir sur bien des points qui nous préoccupent tous en tant que citoyens.

Cette réflexion n'implique pas seulement nos désirs de changement au niveau de notre conseil municipal, mais une recherche de compréhension sur nos ressentis profonds.

Il y a, dans chaque être humain, une étincelle qui cherche à grandir. Elle s'allume parfois timidement, parfois avec la force d'un incendie, mais elle porte toujours le même message : celui de la transformation. Changer, c'est oser rompre le fil de l'habitude pour tisser un autre avenir. Pourtant, bien souvent, le changement effraie. Il déstabilise, il ébranle les certitudes, il dérange le confort du connu. Et c'est là que la foi entre en scène — non pas une foi religieuse, mais cette confiance profonde en la possibilité de se réinventer, de naître, de bâtir mieux.

Avoir foi au changement, c'est d'abord croire que rien n'est figé. Que la douleur, le doute, la peur ne sont pas des prisons éternelles, mais des passages. Le monde lui-même en est le témoin : la graine doit se fendre pour devenir fleur, la nuit doit tomber pour que le jour se lève. La nature entière vit de métamorphoses. Pourquoi l'homme serait-il condamné à l'immobilité ?

La foi au changement commence par un geste intérieur : accepter que ce qui était ne sera plus, et que ce qui vient peut être meilleur. C'est un regard posé sur l'avenir, non pas comme un saut dans le vide, mais comme un pas vers une version plus juste de soi-même. Ce n'est pas nier la peur ; c'est choisir de ne pas s'y soumettre. Avoir foi, c'est continuer à avancer même quand le chemin s'efface sous nos pieds.

Chaque changement véritable naît d'un déséquilibre. Quelque chose en nous s'essouffle, s'éteint, ou simplement appelle autre chose. La foi, dans ces moments, devient un fil invisible. Elle relie l'ancien au nouveau, elle soutient le pas hésitant, elle murmure : « Tu ne sais pas encore où tu vas, mais tu es déjà en chemin. » Sans elle, l'homme reste au seuil de sa propre porte, enfermé dans ses habitudes. Avec elle, il s'ouvre à la vie comme on ouvre une fenêtre sur l'aube.

Mais croire au changement, c'est aussi croire en la lenteur. Le monde moderne nous pousse à vouloir tout, tout de suite : des résultats, des réponses, des trans-

formations instantanées. Or, la foi ne se nourrit pas de précipitation. Elle demande patience, écoute, persévérance. Le changement profond ne se décrète pas ; il se construit, il se mûrit, il se respire. Il faut parfois des saisons entières pour qu'un cœur trouve sa paix, qu'une peur s'apaise, qu'une direction se révèle. Avoir foi, c'est tenir bon dans cette attente fertile.

Il y a dans la foi au changement une beauté silencieuse : celle de la confiance en la vie. Croire que, même au cœur de la tempête, quelque chose travaille pour nous. Que chaque épreuve porte en elle une graine d'apprentissage. Que chaque fin cache un recommencement. Cette foi ne promet pas que tout sera facile ; elle promet seulement que rien n'est vain. Elle se manifeste dans les gestes les plus simples : celui qui, après un échec, ose recommencer; celle qui, malgré la douleur, choisit de pardonner; celui qui, après des années d'ombre, lève enfin les yeux vers la lumière. Tous partagent la même conviction intime : changer, c'est vivre.

Et si la foi au changement est si précieuse, c'est qu'elle nous relie aux autres. Car nul ne se transforme seul. Le regard d'un ami, la main tendue d'un inconnu, une parole bienveillante peuvent rallumer la flamme vacillante. La foi circule, se transmet, s'amplifie. Elle devient un souffle collectif capable de déplacer les murs du découragement.

Il faut du courage pour croire, et encore plus pour croire à ce que l'on ne voit pas encore. Mais c'est justement cela, la foi : l'art de semer avant de voir pousser, de marcher avant de connaître la destination, de dire oui à la vie même quand elle semble nous dire non.

Alors oui, changer demande de la foi. Pas celle qui nie les difficultés, mais celle qui s'appuie sur l'espérance. Une foi simple, humaine, tenace. Celle qui nous pousse à nous relever, à recommencer, à croire que le meilleur reste possible — non pas ailleurs, mais en nous.

Parce que la foi au changement, c'est en réalité la foi en la vie elle-même. Une vie qui ne cesse de nous inviter à grandir, à aimer plus grand, à devenir plus vrais. Et tant que cette foi brûle en nous, même faiblement, rien n'est jamais perdu.

Nous souhaitons bonne chance au nouveau conseil de Ville en place et leur tendons la main. Car la réussite est l'affaire de tous. Et nous citoyens, nous avons notre place dans la réussite collective de notre belle ville de la nature. Nous avons foi en la nouvelle administration. Nous avons foi en nous-même.

Philippe Cuillé



Informations pour les sorties et les activités spéciales

Prendre note que les ateliers auront lieu à la Résidence Le Trèfle D'Or au 25, rue Saint-Émile.

Pour vous inscrire communiquez au : 418.663.2233

courriel : beauport@cdjfeuvert.org

Pour confirmer votre inscription aux sorties, il est obligatoire de payer une semaine à l'avance.

Calendrier novembre 2025

Lundi, 17 novembre, de 13 h 30 à 15 h

Atelier de peinture sur toile

Jeudi, 20 novembre

Dîner au Buffet des Continents et visite du musée Boréal de Trois-Rivières.

Coût : 5 \$

Départ du 156, rue Bertrand, à

9 h 15, en autobus scolaire

Retour prévu vers 17 h 15

Lundi, le 24 novembre, de 13 h 30 à 15 h

Jeu de mimes

Mardi, le 28 novembre

Cinéma

Cinéplex Odéon Beauport

Coût : 5 \$

Heure à confirmer

Adresse : 825, rue Clémenceau

Bienvenue à tous



Logements subventionnés disponibles à Sainte-Brigitte-de-Laval

55 ans et plus – Studio, 3 ½ et 4 ½

La location est soumise aux conditions d'admissibilité de l'OMHQ, contactez-nous pour plus de détails ou rendez-vous sur notre site internet.

418 780-5200  <https://www.omhq.qc.ca/>



CATHERINE
Théoret **NOTAIRE**

Conseillère
juridique

T : 418.914.9104
F : 1.866.610.7265

catherinetheoret@notarius.net

10, rue Odette-Pinard
Québec (Québec) G1E 5P4

Chronique immobilière

L'immobilier, c'est d'abord un projet de vie

Il y a quelque temps, un client m'a contactée pour obtenir une évaluation de sa propriété. Il envisageait de vendre sa maison afin de se rapprocher de sa famille. Comme il souhaitait dès son appel téléphonique avoir une idée de la valeur marchande, je lui ai partagé quelques données très générales, tout simplement pour illustrer les tendances du marché.

Cette conversation m'a fait réfléchir. Pour plusieurs propriétaires, le chiffre qu'on attribue à leur propriété devient la mesure de tout le reste. Pourtant, ce chiffre n'est qu'un élément parmi d'autres d'un projet beaucoup plus vaste.

« Combien vaut ma propriété ? »

C'est une question tout à fait légitime, bien sûr. La valeur marchande représente une donnée importante, mais elle ne raconte pas toute l'histoire. Derrière chaque transaction se cache un projet de vie, un changement, une transition. C'est là que tout commence vraiment.



Source photo : Pixabay

Entre le cœur et le marché

L'émotion et la raison se croisent parfois difficilement. Une maison n'est jamais un simple actif immobilier. C'est un lieu de vie, souvent rempli de souvenirs et d'émotions.

Or, le marché se base sur des critères objectifs : emplacement, comparables récents, état général, ten-



Source photo : Pixabay

dances économiques, etc... Entre la valeur sentimentale et la valeur marchande, il existe parfois un écart difficile à concilier.

Le rôle du courtier est justement d'aider à faire le pont entre ces deux réalités. Comprendre l'attachement du propriétaire, tout en l'aidant à voir sa propriété à travers les yeux du marché.

Avant les chiffres, il y a le projet

Avant même de penser aux chiffres, prenez un moment pour clarifier vos objectifs personnels. Pourquoi souhaite-t-on vendre ? Pour se rapprocher de la famille ou du travail, simplifier l'entretien, changer de rythme ou réaliser un nouveau rêve ? Cette réflexion est précieuse.

Quand vos décisions immobilières sont alignées avec vos vrais besoins et vos valeurs, tout devient plus clair et souvent plus simple. Le prix n'est plus une fin en soi, mais un outil au service du projet.

Accompagner au-delà des chiffres

Le marché immobilier évolue, les statistiques changent, mais les projets de vie restent profondé-

ment humains. Derrière chaque mise en vente, il y a une histoire, un contexte et une intention.

La valeur d'une propriété ne se calcule donc pas qu'en dollars. Elle se mesure aussi à travers le projet qu'elle permet de réaliser, que ce soit se rapprocher, se libérer ou évoluer. Lorsque les décisions immobilières sont prises dans cet esprit, elles ne se résument plus seulement à une question de marché, mais deviennent un choix de vie réfléchi, cohérent et porteur de sens. Parce qu'au fond, vendre une maison, ce n'est pas que tourner une page, c'est en commencer une nouvelle !

Carole Fortin
Courtier immobilier résidentiel



Source Google photo : Credixia

WR | 80 ans

Dominic et Gabriel Robert
arrière-petits-fils du fondateur

À 80 ans, Wilbrod Robert n'a jamais été aussi jeune !

- Salon commémoratif avec chapelle et salle de réception au 1010 Boul Raymond, Sainte-Thérèse de Lisieux
- Arrangements préalables avec forfaits, tout en musique...
- Columbarium Intérieur à partir de 895\$
- Une **entreprise familiale**, depuis maintenant 4 générations avec l'arrivée de Dominic et Gabriel Robert

WR | Wilbrod Robert

418 661-9223 | wilbrodrobert.com

Nous desservons toute la région de Québec incluant la Côte-de-Beaupré

©MDJ LaBarak

Carole Fortin
Courtier immobilier résidentiel

Bur. 418 666-5050
Cel. 418 951-8856

RE/MAX HORIZON
carolefortin.ca

Vous songez à déménager ?

Contactez-moi dès maintenant pour une consultation gratuite et sans engagement.

Votre projet me tient à réalisons-le ensemble !



STE-BRIGITTE-DE-LAVAL

Vente de bûches glacées

La Maison des Jeunes La Barak lance sa campagne de financement du temps des Fêtes en s'associant à La Bûche Glacée. Les profits serviront à soutenir le projet de voyage à New York prévu pour l'été 2026, une expérience enrichissante pour les jeunes participants.

Vendues au coût de 27,99 \$, les bûches permettent de remettre 7 \$ par vente* pour le financement du projet ou pour donner un coup de pouce à un jeune participant. Trois saveurs sont proposées : biscuit & crème, brownies ainsi que caramel croquant.

Les acheteurs ont également la possibilité de soutenir un jeune en particulier en le sélectionnant dans la liste déroulante lors de la commande, une belle façon de contribuer directement à la réalisation de son voyage.

Pour récupérer votre commande, vous pourrez vous présenter directement à la boutique « La bûche glacée », située au 2266, avenue Larue à Québec, et un courriel sera envoyé lorsque la bûche sera prête à être récupérée (habituellement dans un délai de deux à quatre jours).

Vente de bûches glacées

Diane Clavet

Une occasion parfaite de se faire plaisir tout en appuyant les jeunes de notre communauté.

Nous vous invitons à consulter nos réseaux sociaux pour obtenir le lien de commande, ou à utiliser ce code QR.



Profit par bûche :

7 \$ pour les commandes avant le 11 novembre,
5 \$ pour celles passées ensuite.

Semaine des Maisons des Jeunes

Du 13 au 19 octobre 2025, avait lieu la Semaine des Maisons des Jeunes. Une fois de plus, elle a été l'occasion de mettre en lumière l'importance de ce lieu de rencontre pour les adolescents de notre communauté. Tout au long de la semaine, l'équipe de La Barak a réalisé des activités pour faire découvrir sa mission et encourager l'implication des jeunes.

Tout d'abord, nous sommes allés à la rencontre des élèves de 5^e et 6^e années des écoles primaires du Trivent 2 et du Grand-Duc afin de leur présenter la MDJ, ses valeurs et les nombreuses activités offertes. Ces tournées ont permis d'échanger directement avec les jeunes et de démystifier ce qu'est réellement une MDJ : un endroit pour se rassembler, s'exprimer et s'impliquer.

Une soirée portes ouvertes a également permis aux familles et aux jeunes curieux de venir découvrir les lieux, rencontrer l'équipe et en apprendre davantage sur les projets en cours.

Tout au long de la semaine, divers défis favorisant l'implication ont été proposés aux jeunes membres, en plus d'une belle initiative collective : la « corde à linge », décorée de petites maisons décrivant l'importance de la Maison des jeunes pour ceux qui la fréquentent.

Cette semaine haute en couleur a su renforcer les liens entre la Maison des Jeunes, les écoles et la communauté. L'équipe tient à remercier tous ceux et celles qui ont contribué au succès de ces activités et rappelle que les portes de la MDJ demeurent ouvertes toute l'année pour les jeunes de 11 à 17 ans !

« Retour sur l'Halloween »

Cette année encore, l'équipe de la Maison des Jeunes La Barak s'est mise dans l'esprit d'Halloween pour aller à la rencontre des jeunes de Sainte-Brigitte-de-Laval.

Nous avons d'abord pris part à l'événement « Les remorques fantômes », où notre kiosque a permis de distribuer des pots de bonbons, du chocolat ainsi que des tatouages temporaires et des autocollants. L'ambiance festive et les nombreux déguisements ont fait de cette soirée un véritable succès.



Mais la fête ne s'est pas arrêtée là. Tout au long de la soirée, une partie de l'équipe s'est déplacée dans les rues de la Ville à bord de notre van, identifié et décoré, pour rejoindre les jeunes et les familles directement sur leur parcours d'Halloween. Nous leur avons distribué, à eux aussi, leurs petits pots de friandises.

En tout, près de 800 pots de bonbons ont été distribués. Un grand merci à nos précieux partenaires, grâce à qui nous avons pu offrir autant de bonbons aux nombreux petits monstres et aux citoyens de Sainte-Brigitte-de-Laval.

- Marché Bonichoix Saint-Lazare inc.
- Dollarama
- Les remorques fantômes à SBDL

Rendez-vous l'an prochain!

« Calendrier novembre »

Pour ne rien manquer de nos activités, consultez le calendrier de novembre en page 21 de ce journal

Claudia Lizotte, coordonnatrice

Maison des jeunes La Barak

418.948.6769

www.Facebook.com/mdj.barak

mdjlabarak@outlook.com

ÉQUIPEMENTS - LOCATION M

418 558-7211

Services de remorquage et transport de machineries

- Survoltage, déverrouillage, crevaillon, enlèvement, sorties de route

Location d'équipements

- Remorques plateformes et fermées, excavatrices, compacteurs, génératrices, balais mécaniques, fendeuses

LE DOMAINE
DÉPANNEUR ET BOUCHERIE
418 667-2540
1779 Boulevard Raymond, Québec
(à l'entrée de Ste-Brigitte-de-Laval)

BOUCHERIE
& prêt-à-manger

- Fondue chinoise
- Brochettes marinées
- Tourtière du Lac St-Jean
- Variété de pâtés
- Mets cuisinés
- Sandwichs
- Salades

TIRAGE
COUREZ LA CHANCE
DE GAGNER LE
DOUBLE DE VOTRE
ACHAT D'ESSENCE

Esso
Esso EXTRA

Accumulez des points
sur vos achats*
en magasin !



Club FADOQ de Sainte-Brigitte-de-Laval

Des loisirs de qualité pour les retraités et les aînés de Sainte-Brigitte-de-Laval

Félicitations

Le Club FADOQ Sainte-Brigitte-de-Laval félicite Monsieur Mathieu Thomassin pour son élection au poste de maire de la Ville ainsi que tous les conseillers élus.

Bonne chance dans ce nouveau mandat.

Nous, les retraités et aînés misons sur vous pour prendre en compte nos besoins !

55^e anniversaire du Club FADOQ-SBDL



Ne manquez pas la soirée du 55^e anniversaire du Club FADOQ-SBDL. Réservez le samedi 6 décembre à votre agenda.

- Cocktail, souper, soirée dansante et tirages
- Apportez votre vin !
- Lieu : Trivent 1
- 17 h 30
- Coût 25 \$
- Soirée seulement 15 \$

Bienvenue à tous !

Pour réservation contacter :
Denys Thomassin 418 931-2730

Dîner communautaire

Le mardi 25 novembre, joignez-vous à nous pour un dîner entre amis. Rendez-vous à notre local habituel au Parc des Saphirs à 11 h 30.

Le dîner sera suivi du Super Bingo et de jeux divers.

Coût : 12 \$ pour les membres

Vous désirez vous joindre à nous, réservez votre place au plus tard le mercredi précédant l'activité, auprès de :

Clémence Thomassin 418 805-7137
Vivianne Cloutier 418 825-4768

Dîner spécial de Noël

Nous sommes déjà à planifier le dîner spécial de Noël. **Exceptionnellement**, il aura lieu le **jeudi** 18 décembre à 11 h 30 à notre local au Parc des Saphirs. Nous servirons un repas traditionnel.

Nouveauté, vous pourrez apporter votre vin.

Coût : 15 \$ pour les membres
Bingo et jeux en après-midi

Nouveau

Afin de permettre d'apprendre et se familiariser avec les règles et les techniques de base, nous organisons du pickleball pour les débutants. Pas de compétition, que du plaisir.

- Gymnase Trivent 2
- Dimanche de 13 h à 15 h
- Début : dimanche 9 novembre
- Gratuit pour les membres

Contactez : Pierre-Yvon Thomassin 581 443-2959-

Brunch Pizza Passion

Venez partager un bon petit déjeuner en bonne compagnie au restaurant Pizza Passion, le troisième dimanche du mois à 11 h.

Réservation obligatoire, les places sont limitées.

Prochain brunch : **16 novembre** Prix : 15 \$
Lucie Dion : 418 934-8752
Michel Fortin : 418 606-8103

Autres activités

La danse, les grandes marches et les cafés-rencontres se poursuivent pour le plus grand plaisir des participants.

Les tournois de cartes

Vous aimez brasser les cartes ? Pourquoi ne pas par-

ticiper au tournoi de cartes du Club FADOQ SBDL ? C'est un rendez-vous le mardi **2 décembre** au Parc des Saphirs, salles 3-4.

Coût : 2 \$ membres SBDL

Inscription : Céline Marcoux 418 825-3408

Petites quilles

Le vendredi à 9 h, la ligue de quilles poursuit ses activités au Salon de quilles de la Canardière. Quelques places sont encore disponibles pour faire partie d'une équipe ou simplement pour remplacer les absents.

Pour information : France Brind'Amour :
418 825-3098

Devenir membre

Devenez membre du Club dès aujourd'hui et profitez de tous les avantages. En tant que membre, de nombreuses activités sont gratuites ou à coût minime. De plus, vous profiterez de rabais exclusifs du Réseau FADOQ.

Contactez Lucie Dion au 418 934-8752 pour la carte de membre 30 \$/1 an, 55 \$/2 ans.

Programmation de nos activités

Découvrez notre programmation complète sur notre page Facebook ou sur notre site Web.

#FADOQSBDL #RetraiteÉpanouie #AînésActifs

Il est important de vous réinscrire à la nouvelle page officielle du Club sur la page Facebook.

Conseil d'administration 2025-2026

Sylvie Houde, présidente, secrétaire	418 576-8109
Denys Thomassin, vice-président	418 931-2730
Louise Hamel, trésorière	418 576-8109
Lucie Dion, registraire	418 934-8752
Michel Després, relationniste	418 849-2089
Diane Fortier, administratrice	418 825-0042

10\$ de rabais

À L'ACHAT DE 50 \$

SUR TOUT EN MAGASIN

Valide jusqu'au 31 janvier 2026

létourn
la référence en alimentation animale

UNE PROMOTION IRRÉSISTIBLE!

LETOURNO.COM

Les Saules Vanier | Charlesbourg Place Henri-Bourassa | Sainte-Foy Beauport | Saint-Émile Pont-Rouge

Être payé pour étudier en 2026

Outre le programme de prêts et bourses, il existe plusieurs autres options intéressantes pour aider à financer des études. En voici quelques unes.

Parcours mobilité étudiante

Le Parcours pour la mobilité étudiante du gouvernement du Québec peut vous donner 7 500 \$ par année si vous allez suivre un cours en région. Sur trois ans, vous pourriez donc recevoir jusqu'à 22 500 \$. Il suffit de s'inscrire dans un programme proposé dans un des 20 cégeps admissibles situé à plus de 60 km de votre domicile au moment de votre inscription. Le programme choisi ne peut être offert à moins de 60 km de votre adresse actuelle. Les cégeps de la région de Québec et de Montréal ne sont pas parmi les établissements admissibles.

Tous les programmes pourraient permettre d'obtenir la bourse toutefois, les cégeps ont la possibilité de restreindre l'étendue de l'offre.

Pour plus d'informations, vous pouvez consulter le site Web en inscrivant : parcours mobilité étudiante sur Google. N'hésitez pas à communiquer avec le collègue de votre choix pour plus d'informations.

Études payées par l'employeur

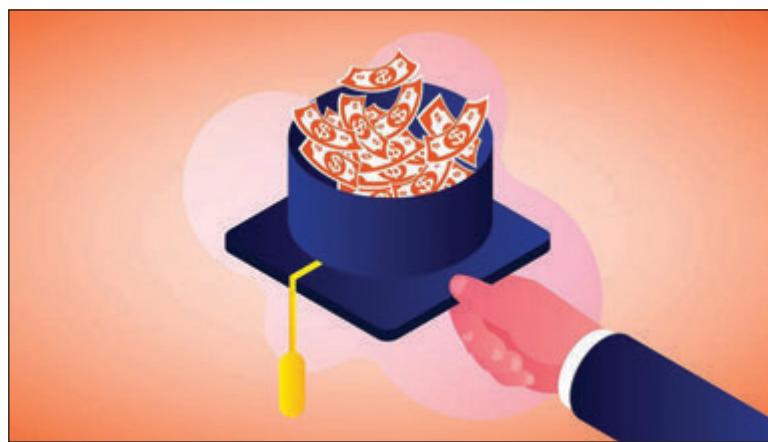
Il est possible de combiner travail et études pour certains programmes du domaine de la construction et de la petite enfance. Si vous choisissez cette voie, l'employeur rémunère pour les heures de travail et les heures d'étude.

a) **Le Parcours travail-études** en petite enfance permet d'étudier à temps partiel et de travailler dans un centre de la petite enfance (CPE) ou une garderie. Dans les faits, pendant 18 mois, l'étudiant suit des cours au cégep pour obtenir son attestation d'études collégiales en Techniques d'éducation à l'enfance et travaille dans un CPE ou une garderie 10 à 20 heures par semaine.

C'est possible de s'inscrire dans les cégeps du Québec qui offrent ce programme. La rémunération correspond au taux horaire des heures de travail et des heures d'études. Les conditions d'admissibilité sont : avoir au moins 18 ans, trouver un CPE (une garderie) pour travailler et posséder un diplôme d'études secondaires (dans certains cas, le quatrième secondaire est accepté).

La période d'inscription pour la prochaine session est du 24 novembre 2025 au 18 janvier 2026. Les cours vont débuter le 16 mars 2026.

Si vous êtes intéressés à obtenir des informations supplémentaires, consultez le site Web <https://www.travailetudespetiteenfance.ca/parcours/etudiants>



©sesame / Getty Images ; montage : L'actualité

b) **Dans le domaine de la construction**, d'ici décembre 2025, la Commission de la construction du Québec (CCQ) devrait proposer des cours en : briquetage-maçonnerie, charpenterie-menuiserie, plomberie et chauffage et réfrigération.

Les critères d'admissibilité sont de travailler ou d'avoir obtenu une lettre d'engagement d'une entreprise de la construction admissible sinon, la CCQ peut vous transmettre de l'information pour vous aider à trouver un employeur. Le taux horaire pour les heures travaillées correspond à celui en vigueur dans les conventions collectives et celui des heures passées à l'école doit être négocié avec l'employeur.

Pour un retour aux études

Si vous avez quitté les études depuis au moins deux ans et que vous n'avez pas de travail par manque de formation, vous pourriez recevoir une allocation pouvant atteindre 475 \$ par semaine pour étudier.

Pour être admissible à la **Mesure de formation de la main-d'œuvre**, vous devez avoir 16 ans et plus et suivre une formation pendant un maximum quatre ans. Les frais de garde et de transport sont également remboursés. Plusieurs programmes de formation sont admissibles allant de l'alphabétisation jusqu'à un cours universitaire.

Pour savoir si cette option s'adresse à vous, allez consulter le site Web <https://www.quebec.ca/emploi/perfectionner/formation/garder-trouver-emploi> ou contactez Services Québec.

Carrière militaire avec les Forces armées

Vous pouvez, avec les Forces armées canadiennes, recevoir un salaire dès votre inscription au programme militaire en suivant une formation toutes dépenses payées (droits de scolarité, frais administratifs, achat de livres) dans un centre de formation professionnelle ou un cégep. Les cours suivants sont visés : cuisinier, technicien de véhicule ou encore technologue de laboratoire médical. Le salaire est habituellement de

43 368 \$ pour la première année et de 52 956 \$ après 12 mois.

D'autres formations sont également possibles sur le site des Forces armées <https://forces.ca/fr/etudes-payees/>

Les conditions suivantes doivent être respectées : suivre une formation militaire de base (souvent l'été, lorsque vous n'êtes pas en classe), servir par la suite dans les rangs de l'armée en échange du paiement de vos études (deux mois de service militaire pour chaque mois d'études payées avec un maximum de 60 mois).

La Garde côtière canadienne

La Garde côtière canadienne offre une formation de quatre ans entièrement payée en navigation maritime ou ingénierie navale. De plus, en entrant à l'Académie de la Garde côtière canadienne, vous êtes logé et nourri, vous avez des assurances (médicale et dentaire) et, une allocation mensuelle de 800 \$ lorsque vous étudiez, 1 500 \$ pendant la première année en mer et 2 200 \$ à la deuxième année, sans oublier que vous avez quatre semaines de congé payées par année.

La période d'inscription pour l'année scolaire 2026-2027 s'étend de la fin octobre 2025 et au mois de février 2026. Vous devez cependant être prêt à déménager en Nouvelle-Écosse (lieu de l'Académie de la Garde côtière), à étudier et à faire de longs séjours de travail à bord des navires.

<https://www.ccg-gcc.gc.ca/academy-academie/index-fra.html>

Bourses de soutien à la persévérance et à la réussite des stagiaires

Des bourses pour stagiaires sont accordées pour le dernier stage obligatoire dans certaines formations liées aux domaines de l'éducation ou de la santé et des services sociaux.

Les montants alloués sont de 900 \$ (pour DEP en assistance à la personne en établissement et à domicile) et peuvent atteindre 4 000 \$ (pour un baccalauréat en pratique sage-femme).

Consultez le site <https://www.quebec.ca/education/aide-financiere-aux-etudes> pour découvrir toutes les bourses d'études.

Doris Tessier

Recherche : Faire de l'argent, Travail, Karl Rettino-Parazelli, 17 octobre, tous les sites Web mentionnés dans l'article.

Conseils de ta physio de famille

Ensemble, prévenons les chutes sur la glace.



©Benoit Séguin

Avec l'arrivée de novembre, ici à Sainte-Brigitte-de-Laval, les premières bordées de neige et les surfaces glacées font leur apparition.

Chaque année, les chutes liées au verglas entraînent de nombreuses blessures allant des contusions aux entorses, sans oublier les fractures. Il est essentiel de rappeler l'importance de la prévention afin de réduire ces accidents.

Les surfaces glissantes exigent une vigilance accrue. Le choix des chaussures est primordial : opter pour des semelles antidérapantes, munies de crampons ou conçues pour l'hiver, améliore considérablement la stabilité. Ajuster le rythme de marche plus lent, garder les mains libres pour maintenir l'équilibre et privilégier les petits pas sont également des stratégies efficaces.

L'entretien autour de la maison joue aussi un rôle important. L'application de sable ou de sel réduit les risques de chute et sécurise les entrées. À l'extérieur, anticiper les zones à risque comme les stationnements, les trottoirs ou les marches d'escalier est essentiel.

La condition physique influence également la stabilité. Un bon tonus musculaire et un travail d'équilibre régulier permettent au corps de mieux réagir en cas de faux pas. Certains exercices ciblés comme le renforcement des jambes et l'entraînement à l'équilibre peuvent offrir une protection supplémentaire.

En ce mois de novembre, la prudence et la préparation sont les meilleurs alliés contre les chutes. Adapter son environnement, bien s'équiper et entretenir sa forme physique contribuent à traverser la saison froide en toute sécurité.

Anne-Marie Violette, physiothérapeute

Changements aux petites créances

La médiation est maintenant obligatoire pour les litiges de 5 000 \$ et moins dans la majorité des bureaux des petites créances du Québec. La mise en place de cette formule permet de diminuer de façon significative les délais.

L'objectif du gouvernement du Québec est de traiter les litiges dans un délai de « trois à neuf mois ». C'est presque dix fois plus vite que maintenant dans les gros districts judiciaires. À titre d'information, en 2024, le délai médian était d'environ 29 mois dans le district des petites créances de Montréal et le délai moyen pour être entendu par un juge au Québec de 25 mois. Le déploiement des nouvelles mesures a débuté en 2023 dans le but d'améliorer l'efficacité et l'accessibilité. 80 % des districts judiciaires ont adhéré.

Obligatoire - Causes (5000 \$ et moins)

Pour désengorger le système, c'est maintenant obligatoire pour les parties dont le litige est inférieur à 5 000 \$ de négocier en présence d'un médiateur. Ces causes représentent plus de la moitié des dossiers.

La médiation est offerte sur une base volontaire (si les deux parties acceptent) pour les litiges entre 5 001 \$ et 15 000 \$. Pour mousser cette nouvelle approche (médiation), les efforts seront mis pour traiter ces dossiers en priorité. Le taux de réussite correspond à 60 % pour les causes de 5 000 \$ et moins, et à 55 % pour les dossiers de plus de 5 000 \$.

Fonctionnement de la médiation

Il y a une rencontre gratuite de trois heures. Si elle dépasse ce temps, le salaire du médiateur est aux frais des parties. Si vous êtes convoqués à une séance obligatoire, vous êtes tenu de vous présenter, sinon vous devrez payer des dommages-intérêt (sauf pour des motifs raisonnables).

La séance de médiation se déroule soit dans une salle d'audience, au bureau du médiateur ou ailleurs. Le médiateur accompagne les parties pour faciliter les communications et permettre de régler le dossier à l'amiable.

Si la médiation échoue

Pour les litiges de 5000 \$ et moins, le dossier est transféré en arbitrage et ce, toujours dans le but de simplifier le processus et de diminuer les délais. L'arbitrage n'est cependant pas obligatoire et les parties peuvent choisir d'avoir un procès devant un juge, mais les délais sont plus longs. Pour se reti-



©Gouvernement du Québec

rer de l'arbitrage, il faut remplir un formulaire de refus dans les 30 jours suivant la réception de l'avis d'arbitrage.

Si le litige est de plus de 5 000 \$ et que la médiation a échoué, il est également possible d'aller en arbitrage si les deux parties sont d'accord.

L'arbitrage

Après la médiation, votre dossier est assigné à un arbitre qui va communiquer avec les parties. L'arbitre étudie le dossier, consulte les preuves, analyse les positions des deux parties, cherche des comparables dans la jurisprudence. Il peut aussi demander des preuves additionnelles.

Ensuite, il convoque les intéressés pour une séance et tranche le litige. La décision est rendue au plus tard 30 jours après la séance. Elle est définitive et met fin au dossier sans possibilité d'appel.

Doris Tessier

PRODUCTION DE VIDÉOS

PARLEZ-NOUS DE VOTRE PROJET

Publicité | Portrait d'entreprise | Vidéo RH
Formation | Podcast | Projet sur mesure

418 316-2222

ccapproductions.com

Vous cherchez vos mots, pourquoi ?

Est-ce que cela vous arrive de vouloir dire un mot dans une conversation et qu'il refuse de sortir alors que vous le savez tout près puis, tout à coup, il est là, il surgit, il refait surface ? Vivez-vous une certaine frustration, une déception, une inquiétude ? Vous posez-vous des questions ? Cet article pourrait répondre à vos interrogations, vous donner des pistes de solution pour diminuer l'impact et vous sécuriser.

Madame Agathe Tupula Kabola, orthophoniste, conférencière et chargée de cours à l'Université de Montréal a exploré ce sujet dans un article paru dans la revue Santé et science, le 7 oct. 2025.

Voici les grandes lignes de son étude et analyse.

Il est important de mentionner dans un premier temps que ce phénomène est assez généralisé et touche même de grands orateurs sans pour autant que ce soit dramatique et précurseur d'une maladie plus grave.

L'explication au problème

La capacité à retrouver rapidement et efficacement un mot en mémoire pour l'utiliser dans une conversation s'appelle en langage scientifique l'accès lexical. C'est le processus qui permet d'utiliser plusieurs régions du cerveau afin de verbaliser concrètement le mot.

Le mot devient inaccessible si le lien entre les différentes parties du cerveau et la verbalisation est temporairement rompu. Ce n'est pas un oubli, mais une défaillance dans le cheminement entre le concept et la forme linguistique. Le mot est là, mais les connexions neuronales sont momentanément bloquées. En sachant que le lien est temporairement rompu et les connexions seulement momentanément bloquées, on peut respirer, être soulagé et s'éviter d'envisager le pire.

Madame Kabola mentionne que la plupart du temps, ces trous de mémoire verbaux sont passagers et anodins et qu'ils peuvent être plus fréquents avec le stress, la fatigue, une surcharge cognitive ou émotionnelle, le vieillissement, la prise de médicaments ou d'alcool.

Cas plus problématiques

Les personnes ayant eu un traumatisme crânien ou un AVC peuvent présenter des signes d'aphasie (trouble du langage auquel s'ajoutent souvent des difficultés de parole). La difficulté à s'exprimer peut devenir chronique et une réhabilitation de la parole peut s'avérer essentielle. On parle alors d'un trouble d'accès lexical ou d'une anomie.



Photo source Google : Science et vie

L'âge et la recherche de mots

Nul n'échappe aux problèmes de ralentissement de l'information dû à l'âge; c'est un processus normal. L'attention devient plus fragile, la mémoire moins performante et l'accès aux mots plus difficile. Est-ce qu'il y a lieu de s'inquiéter? Pas nécessairement car ce n'est pas forcément du déclin pathologique. Plusieurs personnes ont eu ou ont cette difficulté et leur cerveau demeure en bon état.

Il faut toutefois s'assurer de donner la chance à notre cerveau de compenser pour ces lésions ou pertes fonctionnelles en alimentant la réserve cognitive. Comment? En conservant une vie intellectuelle stimulante par de bonnes habitudes de vie.

Les bonnes habitudes de vie à favoriser

Pour maintenir une bonne santé cognitive, il est suggéré de :

- Faire de l'activité physique régulièrement pour améliorer la circulation sanguine et réduire les risques cardio-vasculaires. Cette recette est également bonne pour la santé mentale et physique.
- Avoir une alimentation équilibrée et variée car une carence en vitamines peut affecter la mémoire.
- Favoriser le sommeil réparateur afin de conserver une bonne attention et une bonne mémoire.
- Avoir une vie sociale pour prévenir l'isolement et stimuler le cerveau grâce à des discussions, réflexions, etc.
- Être stimulé intellectuellement de différentes façons : lecture, casse-tête, apprentissage d'une langue, danse, chant, etc... Tout ce qui sollicite le cerveau est bénéfique.
- Gérer le stress par des techniques de relaxation, de méditation etc. Le stress peut nuire à la parole.

Quand faut-il s'inquiéter ?

Le trouble du langage peut être plus sérieux et nécessiter une évaluation en neurologie ou en orthophonie si les erreurs deviennent fréquentes, si les mots sont incompréhensibles, si la personne ne se rend pas compte de ses erreurs, etc..

Dans l'article, on cite l'exemple de Charles Tisseyre qui changeaient des mots (ex : cheval plutôt que chat) et dans ce cas, c'était les premiers signes d'AVC. Il faut donc être attentif aux changements subis dans l'élocution et ne pas hésiter à consulter si la situation vous semble anormale, voire se présenter à l'urgence.

L'espoir toujours présent

Vous connaissez probablement des victimes d'AVC qui ont retrouvé en tout ou en partie leur facilité à communiquer. Le cerveau peut se réorganiser, compenser les pertes.

Il existe des techniques comme la thérapie contrainte induite du langage (TCIL) ou des approches conversationnelles. Le chant, le théâtre ou le dessin stimulent également les réseaux neuronaux et peuvent faciliter l'accès aux mots.

Grégory Charles présente actuellement une émission sur AmiTélé dans laquelle il regroupe 15 personnes diagnostiquées Alzheimer. Il a réussi à leur faire apprendre des chansons dans le but de faire un spectacle. Un spécialiste de l'Alzheimer a confié à Grégory qu'il était impressionné par les résultats atteints.

Conclusion

Selon Agathe Tupula Kabola, « Chercher ses mots n'est pas un signe de faiblesse, mais une fenêtre sur la complexité du langage humain. Que ce soit à cause du stress, de l'âge, d'un trouble neurologique ou simplement d'un moment de fatigue, cette difficulté nous rappelle que parler est un acte hautement sophistiqué. Et que derrière chaque mot retrouvé, il y a une victoire silencieuse — celle de la pensée qui reprend sa place dans le monde ».

Doris Tessier

Recherche :
Santé et science, Agathe Tupula Kabola
7 octobre 2025

LES CONSTRUCTIONS MAURICE FORTIER & FILS
ENTREPRENEUR GÉNÉRAL
Rénovation - Menuiserie générale générale & commerciale
jocelynfortier@ccapcable.com
354 ave Ste-Brigitte Martin cel: 418 520-1208
Sainte-Brigitte-de-Laval Jocelyn tél: 418 825-2318
Québec G0A 3K0
R.B.Q. 1360-2453-03

ProAction PHYSIO
physiothérapie
ergothérapie
kinésiologie
massothérapie
pédiatrie
rééducation périnéale
CHARLESBOURG
8379, boul. Henri-Bourassa, suite 104
Québec, QC, G1G 4E1
418.628.7441
SAINTÉ-BRIGITTE-DE-LAVAL
20, du Domaine, bureau # 102
Ste-Brigitte-de-Laval Qc G0A 3K0
418.825.5097
proactionphysio.com

Rembourrage Gilles Noël enr.
RÉSIDENTIEL & COMMERCIAL
Rembourrage de tous genres - Estimation gratuite
Intérieur de roulottes et motorisés - Travail garanti
418 825-3568 gnoel@ccapcable.com
43, du Centre Ste-Brigitte-de-Laval G0A 3K0

Jour du Souvenir 2025



Aujourd’hui, la Communauté chrétienne de SBDL s’est souvenue de nos vétérans lors d’une messe à laquelle quelque 60 paroissiens ont participé notamment, des familles de vétérans de SBDL, des vétérans retraités, le maire et des membres du Conseil municipal de SBDL, de même que des membres de l’Alliance des Ukrainiens de Québec.

Nous nous sommes déplacés par la suite au cimetière de SBDL pour déposer des couronnes au pied du monument dédié aux anciens combattants inhumés dans notre cimetière ou en France.



Abbé Luc Paquet, prêtre Paroisse NDB; Mathieu Thomassin, maire de SBDL; Bohdana Porada, Alliances des Ukrainiens de Québec; Patrice Duguay, vétéran retraité; Danielle Thomassin, Paroisse NDB; Jean-Marc Jennings, vétéran retraité; Allen Dawson, fils de Melville Dawson, vétéran inhumé au cimetière



L’abbé Paquet, le maire de SBDL et la présidente de l’Alliance des Ukrainiens de Québec ont pris la parole.

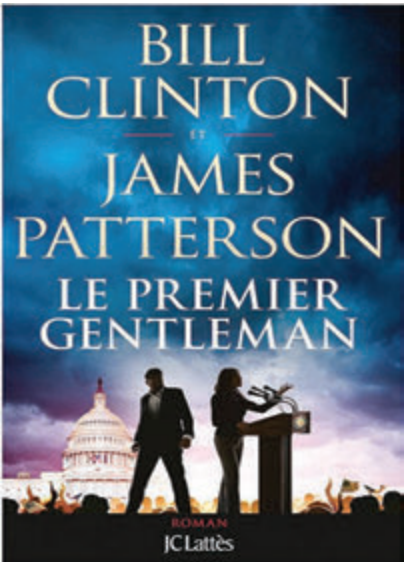
Nous nous sommes souvenus de tous les vétérans décédés, mais aussi de ceux qui sont retraités et des militaires encore déployés dans le monde, avec une pensée particulière pour les militaires en Ukraine.

Merci à Bohdana Porada et sa fille Yarena pour leur touchant message sur la réalité des troupes en Ukraine.

Merci à la Résidence Le Trèfle d’Or pour nous avoir accueillis chaleureusement après la cérémonie au cimetière afin de nous permettre d’offrir aux personnes, et aux résidents, café, jus et biscuits pour échanger fraternellement.

J’ai lu pour vous

Le premier gentleman



Un roman de : James Patterson et Bill Clinton

Deux journalistes d’investigation sont déterminés à faire la lumière sur le décès de Suzanne Bonanno, une cheerleader de l’équipe des Patriotes.

Cole Wright, le mari de la présidente des États Unis, son petit ami de l’époque, est-il le coupable ?

Il faut maintenant répondre à la question qui divise le pays, le premier gentleman est-il un tueur ?

Bonne lecture !

Suzie Bergeron

Autres suggestions de lecture



Photo Google : BANQ

Vous trouverez d’autres suggestions de lecture sur le site Web du journal (www.lavalois.org) dans la section - À voir aussi.

Trois collaboratrices du journal. passionnées de lecture. se font un plaisir de partager leurs lectures avec vous. Elles publient des critiques de livres pour donner des idées à nos lecteurs.

Nos trois passionnées sont: Suzy Bergeron, Doris Tessier et Éliane Vételé.

N’hésitez pas à consulter cette rubrique si vous êtes à court d’idées de lecture.

MAISON DES JEUNES LA BARAK

NOVEMBRE 2025

MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
Atelier de cuisine	Soirée jeux de société	Projetto-toi ! Youtubeuses + brownies Inscris-toi	Libre
Sortie au CINEPLEX Inscris-toi (\$\$)	FERMÉ	Rencontre de parents pour NEW YORK	Soirée REPRISE SELF CARE (Inscris-toi)
Atelier de cuisine	Comité jeunes + Salade de pâtes Inscris-toi	Libre	Sortie au MEGA PARC On jase : Sexualité et ITSS Inscris-toi
Soirée cantine Inscris-toi	FERMÉ	Libre	Sortie au EXODE aventures Inscris-toi (15\$)

HEURES D'OUVERTURE DE LA BARAK:

Du mardi au vendredi de 15h à 21h

7 rue de la Patinoire, Sainte-Brigitte-de-Laval
418-948-6769
mdjlabarak@outlook.com

SUIVEZ-NOUS!

[f /mdj.barak](#)
[@mdj.labarak](#)
[@mdj.labarak](#)

Jocelyne Clavet

Pourquoi mettre du paillis pour vos plantes à l'automne

L'arrivée de l'automne et de ses températures plus fraîches indique qu'il est temps de préparer votre jardin pour l'hiver. Pour maintenir la santé de vos plantes tout au long de la saison hivernale, il faut les protéger, d'où l'importance d'ajouter du paillis aux végétaux.

Pourquoi pailler vos plantes à l'automne ?

Le paillis agit comme une couverture protectrice pour le sol et les racines des plantes. Les températures fluctuantes de l'automne et du début du printemps peuvent stresser vos plantes. Une bonne couche de paillis maintient une température plus constante dans le sol et retient l'humidité en prévision de l'hiver. Elle protège les végétaux plus fragiles ou récemment plantés.



© Jardinier paresseux

Quel type de paillis choisir ?

Chaque paillis a ses propres caractéristiques. Certains se décomposent rapidement, enrichissant le sol, tandis que d'autres offrent une protection plus durable. Voici quelques options intéressantes :

Paillis de cèdre

Sûrement l'un des plus populaires, il est composé de cèdre naturel ou teint. Il s'utilise partout dans les aménagements, surtout au pied des arbres, arbustes et haies. Attention, il possède un pH acide et n'est pas recommandé pour le potager.

Bois raméal fragmenté (BRF)

Ce paillis de branches déchiquetées se décompose lentement, améliorant la structure du sol et fournissant un humus riche en nutriments.

Paillis organiques

- Les feuilles mortes broyées et les retailles des haies sont abondantes en automne et constituent un excellent paillis.

Attention : N'utilisez que des feuilles saines. Si vous observez des signes de maladies comme le blanc (oïdium) ou la rouille sur les feuilles, ne les utilisez pas comme paillis afin d'éviter de propager ces maladies au printemps suivant. Appliquez une couche généreuse de 15 cm autour des arbres fruitiers, des arbustes à petits fruits ainsi que des vivaces.

- La tonte de gazon est économique et facilement disponible, mais se décompose rapidement. Appliquez une couche de 5 cm et renouvelez-la au besoin.
- La paille est idéale pour le potager, conservant bien l'humidité. Appliquez une couche de 7 à 10 cm.

Quand et comment appliquer le paillis ?

Le moment idéal pour pailler est lorsque les premières gelées apparaissent. Comment le faire ?

- Nettoyez la zone en retirant les feuilles mortes, les débris et les mauvaises herbes. Au potager, retirez tous les plants morts et compostez-les.
- Ameublissez légèrement le sol.
- Humidifiez le sol pour que les plantes emmagasinent de l'eau avant l'hiver.
- Si nécessaire, ajoutez un engrais équilibré ou du compost pour nourrir le sol.
- Appliquez le paillis en couche épaisse, en laissant 5 cm autour de la base des plantes pour éviter la pourriture.

Épaisseur recommandée

- Vivaces : 5 à 10 cm
- Arbres et arbustes : 7 à 10 cm



Du jardin dans ma vie

Quelles plantes bénéficient du paillage ?

Toutes les plantes cultivées à la limite de leur zone de rusticité profiteront d'un paillis.

- **Vivaces** : Hostas, pivoines, asters, et iris bénéficient du paillis pour protéger leurs racines en hiver.
- **Arbustes** : Les arbustes à feuillage persistant, les rhododendrons, les hydrangées et les rosiers apprécient également le paillis pour éviter le gel hivernal et garder le sol humide.
- **Petits fruits** : Fraisiers, framboisiers et bleuets peuvent être couverts de paillis pour éviter les fluctuations de température.
- **Arbres** : Les jeunes arbres et arbustes fruitiers, ainsi que les arbres nouvellement plantés, bénéficient d'une couche de paillis autour de leur base pour les aider à établir des racines solides.

En couvrant vos plantes de paillis à l'automne, vous leur offrez une protection indispensable contre les rigueurs de l'hiver. Le paillis contribue à maintenir une température du sol plus stable, à retenir l'humidité et à protéger les racines du gel. Prenez le temps d'en étendre sur vos plantes cet automne et profitez d'un jardin abondant et en bonne santé l'an prochain !

841, Ave Sainte-Brigitte
Sainte-Brigitte-de-Laval, Bur. : 418 825-1058
Cell. : 418 808-1724
info@peinturemontmorency.com

PEINTURE MONTMORENCY
Intérieur et extérieur
Réparation de plâtre • Tirage de joints

RESIDENTIEL • COMMERCIAL • INSTITUTIONNEL
Estimation gratuite Licence RBQ : 8286-2665-41

Évaluation et fiscalité municipale
Analyse immobilière
Solutions technologiques
Géomatique

Groupe Altus

1265, boulevard Charest Ouest,
bureau 1200, Québec (Qc) G1N 2C9
T 418.628.6019 F 418.628.5200
www.groupealtus.com

SH MACHINERIE
SÉBASTIEN HUOT
Cell. : 418-264-5454
Fax : 418-825-5133
shmachinerie@hotmail.com
RBQ : 5629-7039-01 www.shmachinerie.com

Terrassement / Transport de vrac / Drain de fondation
Excavation de tout genre / Entrée d'eau / Installation septique

Plus de 20 ans d'expérience

Plomberie
Denis Lajeunesse
Résidentiel et commercial
Service de réparation

Tél : 418 998-3446 Fax: 418 661-9127

1 239, Boul. Raymond, Québec, G1B 1K1

GOULDS
water technology
a xylem brand

Régent
Service Régent.com
POMPES & PUITS

Benoit Bureau, propriétaire
C 418 571-8893

111, chemin Rourke,
Stoneham-et-Tewkesbury
(Québec) G3C 0W2
info@serviceregent.com
F 418 848-1796
418 849-5614
Licence RBQ : 2545-5577-58

DIONRHÉAUME
Cabinet d'avocats et de notaires

info@dionrheume.com

20-580 Grande Allée Est,
Québec (Qc) G1R 2K2
t 418-529-6888

1025 boulevard du Lac, Bur. 226,
Lac-Beauport (Qc) G3B 0X1
t 418-907-8954

DIONRHEAUME.COM

AVIS PUBLIC

du résultat de l'élection

Municipalité

20251102

AnnéeMoisJour

20251102

AnnéeMoisJour

Après avoir pris connaissance des résultats complets de l'élection,

CatherineRoy

PrénomNom

présidente ou président d'élection, annonce, par cet AVIS PUBLIC, que les personnes suivantes ont été proclamées élues aux postes mentionnés ci-dessous.

Poste	District, quartier ou poste (nom ou numéro)	Appartenance politique (le cas échéant)	Nom de la personne proclamée élue
Maire(sse)			M. Mathieu Thomassin
Conseiller(-ère)	1		M. Jean-Philippe Lemieux
Conseiller(-ère)	2		Mme Sylvie Lajoie
Conseiller(-ère)	3		Mme Diane Thibault
Conseiller(-ère)	4		M. Marcel Jean
Conseiller(-ère)	5		M. Carl Thomassin
Conseiller(-ère)	6		M. Christian Paquet
Conseiller(-ère)			
Conseiller(-ère)			
Conseiller(-ère)			
Conseiller(-ère)			

SIGNATURE

Donné à Sainte-Brigitte-de-Laval

Municipalité

le 2025-11-10

AnnéeMoisJour

Catherine Roy

Présidente ou président d'élection

SM-66-VF (21-02)
Loi sur les élections et les référendums dans les municipalités, article 260

Lettres ouvertes

Les membres du conseil d'administration du journal Le Lavallois ont jugé nécessaire d'établir des balises en ce qui a trait aux lettres ouvertes ou si vous préférez aux lettres d'opinion qui lui seront soumises.

Soulignons que le choix éditorial appartient aux membres du conseil d'administration du journal. Nous considérons que nous n'avons pas l'obligation de publier intégralement toutes les opinions qui nous seront transmises.

Les textes trop longs (plus de 750 mots) et répétitifs pourraient être amputés sans toutefois en modifier le contenu. Dans de tels cas, les textes ne seront pas retournés à l'auteur pour obtenir son assentiment.

Nous nous réservons aussi le droit de refuser la publication de tout texte ou d'extraits d'un texte à caractère raciste ou discriminatoire. L'auteur d'une lettre ouverte devra s'identifier et il sera en tout temps responsable du contenu de ladite lettre. Cela étant dit, nous vous rappelons que les pages de notre journal vous sont ouvertes.

Les membres du conseil
d'administration du Journal
Le Lavallois

Le Lavallois

Publication officielle à l'intention de la population de Sainte-Brigitte-de-Laval

Le Lavallois
20, rue du Domaine
Sainte-Brigitte-de-Laval, G0A 3K0
Tél. : 418 907-7172
Courriel : journal.lelavallois@outlook.com
Web : www.lelavallois.org

L'équipe du Lavallois

CONSEIL D'ADMINISTRATION

Lucille Thomassin, présidente 418 948-2610
André Lachapelle, v.-président 418 825-3035
Doris Tessier, secrét.-trésorière 581 459-2530
Diane Clavet, administratrice 418 704-2502
Rita Boucher, administratrice 418 948-0954
Alain Bouchard, dir. photographe 418 934-0121
Éliane Vétélé, administratrice

COLLABORATEURS

Jocelyne Clavet, montage
Marie-Andrée Renaud, montage
Sabrina Turgeon Savoie, site Web
Harold Dallaire, site Web
Audrey Duchesne, publicité

Calendrier du Lavallois

Tombée

Sortie

2025

04 décembre13 décembre

2026

14 janvier23 janvier

25 février6 mars

1^{er} avril10 avril

29 avril8 mai

3 juin12 juin

30 juillet08 août

03 septembre12 septembre

Tirage certifié AMECQ

AMECQ ASSOCIATION DES MÉDIAS ÉCRITS COMMUNAUTAIRES DU QUÉBEC

COLLABORATEURS

Québec

CCAP

Sainte-Brigitte-de-Laval

Le journal Le Lavallois reçoit l'appui du ministère de la Culture et des Communications

DEERE

EXCAVATION

Installation septique
Entrée d'eau
Drain agricole
Excavation

418-558-0296

RBQ : 5685-2213-011

Repères.

paysages durables

Service d'aménagement paysager
reperes.co – 418.825.1081

Me Chantale Bourget
Notaire et conseillère juridique
224, avenue Ste-Brigitte, local 102
Ste-Brigitte-de-Laval (Québec) G0A 3K0
Tél : 418 825-2132
10516, Boul. Ste-Anne, Bureau 212
Sainte-Anne-de-Beaupré (Québec) G0A 3C0
Téléphone : 418 827-5741
Télécopieur : 418 827-2578
Courriel : cbourget@notarius.net

DRE Sophie Léonard
CHIROPRACTICIENNE

Des soins de santé
à proximité!

chirosbdl.com

Ste-Brigitte-de-Laval

418 - 606-2424



Faites le **GRAND SAUT** vers la technologie tv IP!

Votre service télé amélioré

- ◆ Un guide imagé et instinctif
- ◆ La fonction *Rejouer*
- ◆ Votre service télé qui se déplace partout où vous allez
- ◆ Une application disponible sur **Fire Tv** et **Android**



CCAP
ccapcable.com

Des milliers d'utilisateurs l'apprécient,
serez-vous le prochain à sauter?

1,2,3, GO! APPELEZ-NOUS **418.849.7125**