



À lire

Page 2

Une grande amie nous a quittés

Page 3

L'équipe du journal à la
Pourvoirie du Lac Laflamme

Page 6

Combien gagnent nos élus?
Entente de gestion des événements

Pages 7-8-9

Rapport financier 2025 de la Ville

Page 10

Votre Ville vous informe

Page 12

Centre Anima Luna

Page 13

Rentrée scolaire et Accès-Loisirs

Page 15

Les jeunes du Cercle de fermières

lelavallois.org
facebook.com/journallelavallois/

AOÛT 2026
Volume 44 Numéro 6



DRE Sophie Léonard
CHIROPRACTICIENNE

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

CHABOT
CONSTRUCTION

Terrain | Construction résidentiel et commercial | Rénovation

418 808-0588 | CHABOTCONSTRUCTION.CA

Synergie
ORTHODONTIE
Grimard • Poulin • Drouin-Gagné

3333, rue du Carrefour, Bureau A-295
Téléphone 418 660-5409 Texte 581 205-5406
Courriel : info@synergieorthodontie.ca

Jacques Tremblay, prop.



Station Service Alpin
327 Ave Ste-Brigitte
418 825-2219
Avec vous depuis plus de 39 ans

Freins Suspension Mise au point Pose de pneus **UNI-PRO**

Au revoir Aline

Une grande amie nous a quittés



Je me rappelle, qu'au début de années 1990, on m'a offert de prendre en charge le journal Le Lavallois. J'enseignais, j'avais deux jeunes enfants, j'hésitais. C'est alors qu'Aline s'est manifestée. « **Si tu embarques, j'embarque avec toi. Tu as besoin d'un bras droit, tu peux compter sur moi** ». Elle a tenu parole. Aline est restée avec nous jusqu'à ses 90 ans. Trente ans de bénévolat, c'est un exploit peu commun.

C'était une femme intelligente, accueillante et très positive. Quel que soit le problème, elle répétait toujours : « **Vous en faites pas, on va trouver une solution** ». Et ça marchait.

Quand un jour, nous nous sommes retrouvés sans local pour le Journal, elle nous a accueillis dans son sous-sol, et ce, avec tous nos ordinateurs, nos classeurs, etc. Nous y sommes restés pendant huit ans. Les jours de montage où tout était plus urgent, elle nous préparait même à dîner.

C'était une mère pour nous. Elle arrivait toujours à trouver une façon de nous rendre la vie plus facile.

Très cultivée, toujours au courant de l'actualité, elle ne manquait pas une chance de donner son opinion. Le français n'avait pas de secrets pour Aline, c'était notre championne pour traquer les fautes. Un grand talent!



Rita Boucher, Jean-François Gerardin, Aline Fortier, Véronique Loubier et Alain Bouchard lors du montage de la brochure « Le bonheur est simple » (2018)

Pendant toutes ces années, elle a été une présence douce et rassurante. Elle restera dans nos mémoires comme l'une de ces personnes qui rendent les journées meilleures sans en avoir l'air.

Bon voyage Aline!

Merci pour ton amitié, ton écoute et tous ces moments si précieux.

Nos sincères condoléances à toute ta famille

Lucille Thomassin

Le mardi 21 juillet dernier, Madame Aline Fortier est décédée. Entourée de ses filles, elle est partie tout doucement comme elle le désirait.

Avant de quitter pour son long voyage, elle a confié une mission à sa fille Claire, celle de transmettre ce message à toute l'équipe du Lavallois.

« À vous tous, que j'ai considéré comme ma deuxième famille je veux vous dire Adieu ».

C'était une femme hors du commun qui nous a laissé de nombreux souvenirs.



Toutes nos réunions de préparation se déroulaient chez Madame Aline.(2005) On peut voir Richard Amyot, Jocelyne Clavet, Diane Clavet, David Bergevin, Lucille Thomassin, Léna Rouillard et M^{me} Aline Fortier.



L'équipe du journal Le Lavallois (2022)

Rita Boucher, Aline Fortier, Lucille Thomassin, Doris Tessier, Louise Côté, Jocelyne Clavet, Diane Clavet, Marie-Andrée Renauld, André Lachapelle, Jean-François Gerardin et Alain Bouchard
Éliane Vételé, absente sur la photo, s'est jointe à notre groupe depuis quelques années

Jean-François
SIMARD
DÉPUTÉ DE MONTMORENCY
MINISTRE DE L'EMPLOI
MINISTRE RESPONSABLE
DE LA RÉGION DE LA CAPITALE-NATIONALE




**ASSEMBLÉE
NATIONALE
DU QUÉBEC**

☎ 418 660-6870 | ✉ Jean-François.Simard.MONT@assnat.qc.ca

L'équipe du Journal à la Pourvoirie du Lac Laflamme

Du 6 au 9 juillet dernier, des membres de l'équipe du journal Le Lavallois ont vécu l'expérience de la Pourvoirie du Lac Laflamme, située au cœur des Monts-Valin.

Aux dires de toutes les personnes présentes, le séjour a été tout simplement au-delà de leurs espérances.

Cette magnifique expérience, nous la devons à des citoyens de Sainte-Brigitte-de-Laval, plus précisément à Mathieu Lord, aux membres de sa famille, soit sa conjointe Geneviève Méthot et leurs trois enfants, Amylou, Nokyan et Kamylee ainsi que sa belle-sœur Josiane Méthot et son conjoint Yannick Bouchard, tous propriétaires et actionnaires de cette pourvoirie qui s'étend sur un immense territoire de 92 km carrés.

La fin de semaine précédant notre arrivée marquait la fin de la période où le plan américain était offert, soit les trois repas inclus ainsi que l'éviscération et l'emballage sous-vide du poisson. Qu'à cela ne tienne, nous avons tout prévu et nous avons très bien mangé durant tout notre séjour.

Il faut compter un peu plus de quatre heures de route à partir de Sainte-Brigitte-de-Laval pour se rendre à destination dont environ une heure sur une route de gravier parfaitement entretenue passant par la Zec Martin-Valin. On peut facilement et confortablement utiliser un VUS ou une automobile.

Nous avons séjourné dans le chalet VIP qui comprend quatre chambres et deux salles de bain complètes. Le VIP peut accueillir 12 personnes. Notre groupe de 8 personnes a donc pleinement bénéficié des installations et de toutes les commodités et croyez-moi, nous n'avons manqué de rien : cuisinière au gaz, frigo, eau chaude, eau potable, électricité 24 heures, WiFi, etc.



Chalet L'Aurore Boréale

©André Lachapelle



Lac Laflamme

© Éliane Vétélé

Une pourvoirie en constante évolution

Lorsqu'il s'est porté acquéreur de la pourvoirie en 2022, Mathieu s'était donné comme mission de la faire évoluer en augmentant la qualité des installations et en ajoutant d'autres activités. Quelques années plus tard, il peut dire mission accomplie avec encore de nombreuses améliorations à venir.

Des rénovations ont été apportées aux installations existantes, mais c'est par la construction du chalet l'Aurore Boréale que la pourvoirie s'est élevée à un autre niveau. Ce chalet peut accueillir de 4 à 12 personnes. Le design, les matériaux utilisés dans la construction, les commodités et les appareils, tout est haut de gamme.

La pêche de la truite indigène demeure le produit phare de la pourvoirie avec son plan d'eau principal, le Lac Laflamme, d'une superficie de plus de 20 kilomètres carrés et 35 autres lacs facilement accessibles. Le site est aussi un lieu de villégiature avec une foule d'activités comme la baignade, pédalo-kayak, planche à pagaie, randonnée pédestre ou en VTT, etc.

Parmi les nouvelles activités, soulignons l'ajout de la pêche en plan américain (repas inclus) à la fin de l'été, soit du 27 août au 13 septembre. La chasse aux petits gibiers (perdrix, lièvres et lagopèdes) est aussi offerte jusqu'à la fin octobre.

Mathieu travaille aussi en partenariat avec une entreprise de SBDL, soit Nord Expé, spécialisée dans les randonnées en motoneige. L'hiver dernier, la pourvoirie a reçu cinq groupes de motoneigistes qui ont été hébergés dans le magnifique chalet l'Aurore Boréale. Il souligne que l'activité de la pêche blanche offre un potentiel de développement intéressant.

Écologie et service à la clientèle

La vision de Mathieu et de ses comparses, c'est aussi cette volonté de préserver l'environnement. Chaque

soir, les résidus alimentaires sont recueillis et quelques jours après notre départ, la Pourvoirie faisait l'acquisition de moteurs quatre temps plus écologiques pour ses chaloupes. De plus, ils ont effectué une transition énergétique d'une dépendance complète aux génératrices vers l'énergie solaire.

L'un des traits distinctifs de l'entreprise, c'est indéniablement son service à la clientèle. L'accueil est chaleureux et on prend bien soin de nous expliquer les activités disponibles. En cas de pépin, il y a toujours quelqu'un à proximité prêt à nous dépanner comme ce fut le cas le premier matin de pêche où on nous a patiemment et gentiment expliqué et aidé à démarrer le moteur de notre embarcation.

Des souvenirs impérissables

Un séjour à la Pourvoirie du Lac Laflamme en famille ou entre amis, laisse invariablement des souvenirs impérissables. Les beaux moments à échanger, à préparer et partager les repas, à raconter nos exploits de pêche et la très, très grosse truite que l'on a échappée à la toute dernière seconde... à pouvoir s'isoler facilement dans la nature lorsqu'on en ressent le besoin. C'est tout ça et plus encore un séjour à la Pourvoirie du Lac Laflamme.

Merci à Mathieu, aux autres actionnaires et au personnel d'avoir rendu possible ce magnifique séjour.

Pour en savoir davantage sur la Pourvoirie: info@laclafamme.com ou 581 568-0140

André Lachapelle



Mathieu et sa fille Amylou

©André Lachapelle

LES CONSTRUCTIONS MAURICE FORTIER & FILS
ENTREPRENEUR GÉNÉRAL
Rénovation - Menuiserie générale
générale & commerciale
jocelynfortier@ccapcable.com
354 ave Ste-Brigitte
Sainte-Brigitte-de-Laval
Québec G0A 3K0
R.B.Q. 1360-2453-03
Martin cel: 418 520-1208
Jocelyn tél: 418 825-2392

ProAction PHYSIO
physiothérapie
ergothérapie
kinésiologie
massothérapie
pédiatrie
rééducation périnéale
rééducation vestibulaire
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

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

14^e édition du Bob Open

André Lachapelle

Un immense élan de générosité

La 14^e édition du tournoi de golf amical Bob Open restera gravée dans l'esprit des 152 personnes qui y ont participé.

C'est Roman, un enfant de cinq ans, qui a marqué l'imaginaire des gens et qui a déclenché un immense élan de générosité.



© Vincent Dubé

Roman, la grande vedette du Bob Open

Son histoire

Les parents de Roman, Jessica Tremblay Fortin et Vincent Comeau, vivent à Sherbrooke avec leur fille Mia. Pendant la grossesse de la mère, on décèle une possible anomalie au cœur du bébé à naître, mais rien d'alarmant.

Bien que Roman soit né prématurément, l'accouchement se passe bien et il semble en bonne santé.

Quelques semaines plus tard, rien ne va plus. Quand le jeune bébé pleure, il arrête de respirer. S'ensuit alors des allers-retours à l'unité des soins intensifs. Les médecins cherchent la cause, on effectue plein de tests, mais on ne trouve pas.

Quand la famille veut décompresser, elle rend visite au frère de Jessica qui habite Stoneham. C'est lors de l'une de ces visites que Roman arrête une nouvelle fois de respirer.



© Jessica Tremblay Fortin

Trois opérations à cœur ouvert avant 17 semaines

Les parents l'amènent aussitôt au CHUL et dès que le cardiologue Christian Drolet constate l'état de Roman, la décision est prise, il faut l'opérer.

Au fil des semaines, Jessica et Vincent verront leurs espoirs laisser peu à peu place à une réalité bouleversante. Ils comprendront que la cardiopathie congénitale de leur fils est bien plus complexe et sévère que ce qu'on leur avait d'abord expliqué. Ils apprendront que la partie inférieure de son cœur est inversée, marquant le début d'un parcours rempli d'incertitudes, de combats et d'une force qu'ils ne savaient pas encore qu'ils possédaient.

Des chirurgies à cœur ouvert seront pratiquées par le spécialiste Jean Perron et à l'âge de 17 semaines, Roman en est déjà à sa 3^e chirurgie.

Il vit aujourd'hui avec un pacemaker et une valve mécanique.

Pour les parents, la décision s'impose. Ils doivent s'installer dans la région de Québec. Ils ont choisi depuis quatre ans Sainte-Brigitte-de-Laval, plus précisément le quartier du Golf.

« Cela n'a pas été facile, mais il faut apprendre à contrôler l'imprévisible, à faire confiance », confie Jessica.

Roman a été hospitalisé durant trois mois et sa mère ne l'a jamais quitté, « On a bien essayé de me faire quitter à quelques occasions, mais il n'en était pas question », dit-elle.

Après sa sortie de l'hôpital, l'enfant n'était pas hors de danger. Il était nourri avec un tube de gavage, il fallait l'amener immédiatement à l'hôpital après un choc à la tête, etc.

Sa condition s'améliore lentement et Jessica peut retourner sur le marché du travail, plus précisément à la pharmacie Familiprix Vanessa Tremblay. Puis, avec l'accord de son cardiologue, Roman peut enfin aller à la garderie. C'est Nadine Normand qui l'accueille dans sa garderie en milieu familial. C'est elle qui a eu l'initiative d'approcher Bruno-Alexandre Dion Duguay, qui a pris la relève de ses parents, Bertrand et Martine dans l'organisation du Bob Open.

C'est en 2002 à l'occasion du 10^e anniversaire que Bruno-Alexandre a choisi d'ajouter une nouvelle



© Vincent Dubé

Roman et sa belle famille : sa soeur Mia et ses parents Jessica et Vincent

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



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

REG. 15445-8103-01

CONSTRUCTION F.G.

ENTREPRENEUR GÉNÉRAL
COMMERCIAL ET RÉSIDENTIEL

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

André Lachapelle

14^e Édition du Bob Open

Un immense élan de générosité

dimension à l'événement, soit de venir en aide à des personnes qui ont des besoins particuliers. Le jeune beauceron Zachary Leblond qui souffre d'une déficience motrice cérébrale depuis sa naissance et la jeune lavalloise Ariane Fréchette atteinte de l'ataxie de Beauce ont notamment pu bénéficier d'une aide financière provenant du tournoi.

Les parents suggèrent à Bruno-Alexandre d'amasser des fonds pour la Fondation en cœur qui s'est donnée comme mission de venir en aide aux enfants cardiaques et à leur famille en leur offrant des services d'information et de soutien. Jessica participe d'ailleurs activement aux activités de levée de fonds de la Fondation.



© Vincent Dubé

La famille de Roman en compagnie de Bruno-Alexandre Dion Duguay et son père Bertrand Duguay

Bien conscient de ce que vit toute la famille, Bruno-Alexandre pose une seule condition aux

parents, les fonds amassés leur seront entièrement destinés. Ils les utiliseront comme bon leur semble.

Une journée magique

La journée de vendredi 31 juillet 2026 aura tout simplement été magique. Il faisait beau et les golfeurs et golfeuses ont pu apprécier une fois de plus la qualité du terrain du Club de golf Alpin. Le Bob Open, c'est aussi et surtout de belles rencontres, des retrouvailles et du plaisir assuré. C'est là l'objectif de cet événement qui a toujours lieu le dernier vendredi des vacances de la construction.

C'est durant la soirée que la magie a opéré avec un montant record de 5 345 \$ remis à la famille grâce à un élan de générosité incroyable. Le lendemain, Jessica a publié un magnifique message pour remercier les gens :

« Hier, j'ai assisté à une des plus belles leçons de vie qu'on pouvait offrir à une maman.

Au BOB OPEN, nous n'avons pas seulement vu 5 345 \$ être ramassés pour Roman. Nous avons rencontré des humains d'une bonté exceptionnelle, des gens qui ont choisi d'ouvrir leur cœur à notre petit garçon.

J'ai tellement de difficulté à mettre des mots sur ce que je ressens... Il existe des mercis qui semblent beaucoup trop petits pour l'immensité de ce que vous nous avez fait vivre. Pendant quelques heures, vous nous avez fait oublier les rendez-vous, les opérations, les inquiétudes... Vous nous avez rappelé qu'il existe encore un monde rempli de personnes extraordinaires.



© Vincent Dubé

Le Bob Open, un succès de participation année après année

Merci Sainte-Brigitte. Vous êtes une communauté rare, et nous garderons votre amour dans notre cœur pour toujours.

Bruno-Alexandre Dion Duguay c'est surtout l'humanité que tu as rassemblée qui restera gravée dans notre cœur, Merci! »

Bravo Bruno-Alexandre et à toute ta belle équipe de bénévoles qui continuent, année après année, à mettre de la joie dans le cœur des gens.

En septembre, Roman fera son entrée à la maternelle à l'école le Trivent 1. Ses enseignants et ses futurs amis auront la chance de découvrir un beau garçon de cinq ans plein de vie.

En mode projet? On est en mode solution.



Prêts et marges de crédit personnels

Nous sommes là pour vous aider à trouver une solution de financement pour donner vie à vos idées.

Parlez-en à un(e) conseiller(-ère).

Desjardins
Caisse de Beauport

Les prêts et financements sont sous réserve de l'approbation du crédit par Desjardins. Certaines conditions d'exclusion et limitations peuvent s'appliquer. Les prêts et financements sont offerts en fonction de vos besoins. Consultez un conseiller ou une conseillère Desjardins afin de déterminer ceux qui vous conviennent.

Combien gagnent nos élus?

Le salaire des élus fait régulièrement l'actualité et les commentaires ainsi que les points de vue exprimés se situent souvent d'un extrême à l'autre, soit de beaucoup trop à pas assez payés.....

Pour faire le point sur le salaire des élus de Sainte-Brigitte-de-Laval, j'ai rencontré M^{me} Ariane Tremblay, directrice générale adjointe et trésorière de la Ville.

Avant de révéler le montant de leur salaire, il est utile de connaître certains éléments importants ayant trait à la rémunération des élus municipaux.

Un conseil municipal détient l'entière responsabilité de la rémunération de ses membres. Ladite rémunération doit être fixée par un règlement municipal qui doit être adopté par une majorité des deux tiers des membres. Le maire ou la mairesse doit alors absolument voter.

En d'autres mots, ce sont les membres du conseil qui déterminent leur salaire, mais ils ont, en contrepartie, une obligation de reddition de comptes à l'endroit des citoyens.

Leur rémunération est composée pour l'essentiel de deux éléments : un salaire de base et une allocation de dépenses non imposable qui leur est versée pour couvrir les frais inhérents à leur fonction.

Le salaire de base et l'allocation sont indexés annuellement suivant l'indice des prix à la consommation (IPC). Un plafond de 2,5 % a été adopté par les membres du conseil municipal en 2023. [Règlement 947-23]

Tout changement à la rémunération doit être adopté par règlement. C'est d'ailleurs ce qui est survenu récemment avec la modification apportée au salaire du maire suppléant.

Une entente pour la tenue d'événements

Lors de la séance du conseil municipal du 14 juillet dernier, le maire, M. Mathieu Thomassin, a annoncé que la Ville avait conclu une entente d'une durée de trois ans avec l'organisme Diffusion culturelle SBDL pour la tenue d'événements, soit la Fête nationale, la présentation de spectacles extérieurs gratuits en juillet à l'Espace Festif, le Marché de Noël, la soirée hommage aux bénévoles, etc.



Un montant de 70 000 \$ sera versé annuellement à Diffusion culturelle SBDL pour leur réalisation.

Il s'agit du second accord intervenu entre les deux parties. En effet, la Ville a accordé plus tôt cette année 50 000 \$ pour la tenue du Festival à deux têtes qui aura lieu du 12 au 16 août 2026. Diffusion culturelle SBDL bénéficiera du même montant annuellement durant cinq ans.

Une dernière entente, également d'une durée de cinq ans, dont le montant s'établit à 45 000 \$ annuellement est prévue cet automne concernant la gestion de l'église par Diffusion culturelle SBDL.

Au total, c'est donc un montant annuel de 165 000\$ qui sera octroyé par la Ville à Diffusion culturelle SBDL.

Voici le tableau ayant trait à la rémunération des élus de SBDL en 2026

ÉLUS	SALAIRE DE BASE	ALLOCATIONS DE DÉPENSES	TOTAL
Maire Mathieu Thomassin *	48 477 \$	18 553 \$	67 030 \$
Maire suppléant Marcel Jean (district 4)	17 532 \$	9 266 \$	26 798 \$
Chaque conseiller : Jean-Philippe Lemieux (district 1) Sylvie Lajoie (district 2) Diane Thibault (district 3) Carl Thomassin (district 5) Christian Paquet (district 6)**	15 334 \$	7 447 \$	22 781 \$

* Le maire reçoit de la MRC de la Jacques-Cartier un salaire et une allocation de dépenses d'environ 5 000 \$ pour siéger sur différents comités.

** À titre de représentant du conseil municipal sur le comité consultatif sur l'urbanisation (CCU), M. Paquet reçoit un montant de 104 \$ pour chaque participation au CCU. Le nombre de réunions se situe entre 12 et 15 annuellement.

André Lachapelle

André Lachapelle



EXCAVATION

Installation septique
Entrée d'eau
Drain agricole
Excavation

418-558-0296
RBQ : 5865-0037-01



Repères.
paysages durables

Service d'aménagement paysager
repères.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!



chirosbd.com

Ste-Brigitte-de-Laval

418 - 606-2424



RAPPORT DU MAIRE AUX CITOYENS

Chères citoyennes, chers citoyens,

L'année financière 2025 se termine sur une note positive pour notre municipalité. Les résultats démontrent une gestion rigoureuse et responsable des finances publiques, permettant à la Ville de dégager un excédent tout en maintenant des services de qualité pour l'ensemble de la population.

Plusieurs facteurs expliquent cette situation favorable. D'une part, les revenus municipaux ont dépassé les prévisions, notamment grâce à une activité immobilière soutenue ainsi qu'à des revenus gouvernementaux plus élevés qu'anticipés. D'autre part, l'administration municipale a poursuivi un travail serré de contrôle des dépenses, permettant de réaliser des économies dans différents services.

Bien entendu, certains ajustements budgétaires ont dû être effectués en cours d'année afin de répondre à des situations exceptionnelles et à des besoins ponctuels. Malgré ces défis, la Ville a su maintenir le cap et préserver sa stabilité financière.

Les états financiers de la Ville ont été vérifiés par l'auditeur externe, dont le rapport confirme qu'ils présentent fidèlement la situation financière de la municipalité, et ce, sans réserve.

Cet excédent nous permet aujourd'hui de consolider nos infrastructures, de poursuivre l'entretien de nos installations et de continuer à offrir des services essentiels à la hauteur des attentes de notre communauté.

À ce jour, en 2026, la situation financière demeure sous contrôle et les indicateurs démontrent que la Ville poursuit sur une trajectoire stable et équilibrée. Tel que discuté en campagne et au conseil municipal, nous faisons preuve de rigueur dans la gestion de votre argent et nous veillons à ce que chaque dollar dépensé s'inscrive dans une logique de pérennité, afin de générer des résultats durables qui traversent le temps.

Alors que nous amorçons maintenant la préparation du budget 2027, nous souhaitons déjà inviter les citoyens à faire part de leurs préoccupations, priorités et suggestions à leurs conseillers municipaux.

Car une ville, c'est un équilibre entre plusieurs réalités et plusieurs besoins: la sécurité publique, l'entretien des routes, les loisirs, les infrastructures sportives, les services aux citoyens, le soutien à la vie communautaire, le développement durable, ainsi que la qualité de vie de nos familles et de nos aînés.

Nous travaillons également très fort afin de poursuivre la diversification commerciale sur notre territoire. Le développement de nouveaux commerces, de services de proximité et d'entreprises locales est essentiel pour assurer la vitalité économique de notre ville et répondre aux besoins grandissants de notre population.

Cette volonté s'inscrit directement dans la continuité du projet de parc industriel et de notre vision de développement commercial. Ces investissements contribuent à créer de l'activité économique, à renforcer notre autonomie financière et à bâtir une ville dynamique et attractive pour les familles comme pour les entrepreneurs.

Le conseil municipal demeure pleinement engagé à gérer les fonds publics avec transparence, prudence et dans le meilleur intérêt de l'ensemble des citoyens.

Merci de votre confiance.

ANALYSE DES RÉSULTATS RAPPORT FINANCIER



BUDGET 2025

17 049 731 \$



RÉSULTATS 2025

Revenus: 18 042 504 \$
Dépenses: 17 487 456 \$



SURPLUS DE L'EXERCICE

555 048 \$



SURPLUS ACCUMULÉS (JUIN 2026)

914 843 \$

Surplus accumulé
non affecté (SANA)

430 000 \$

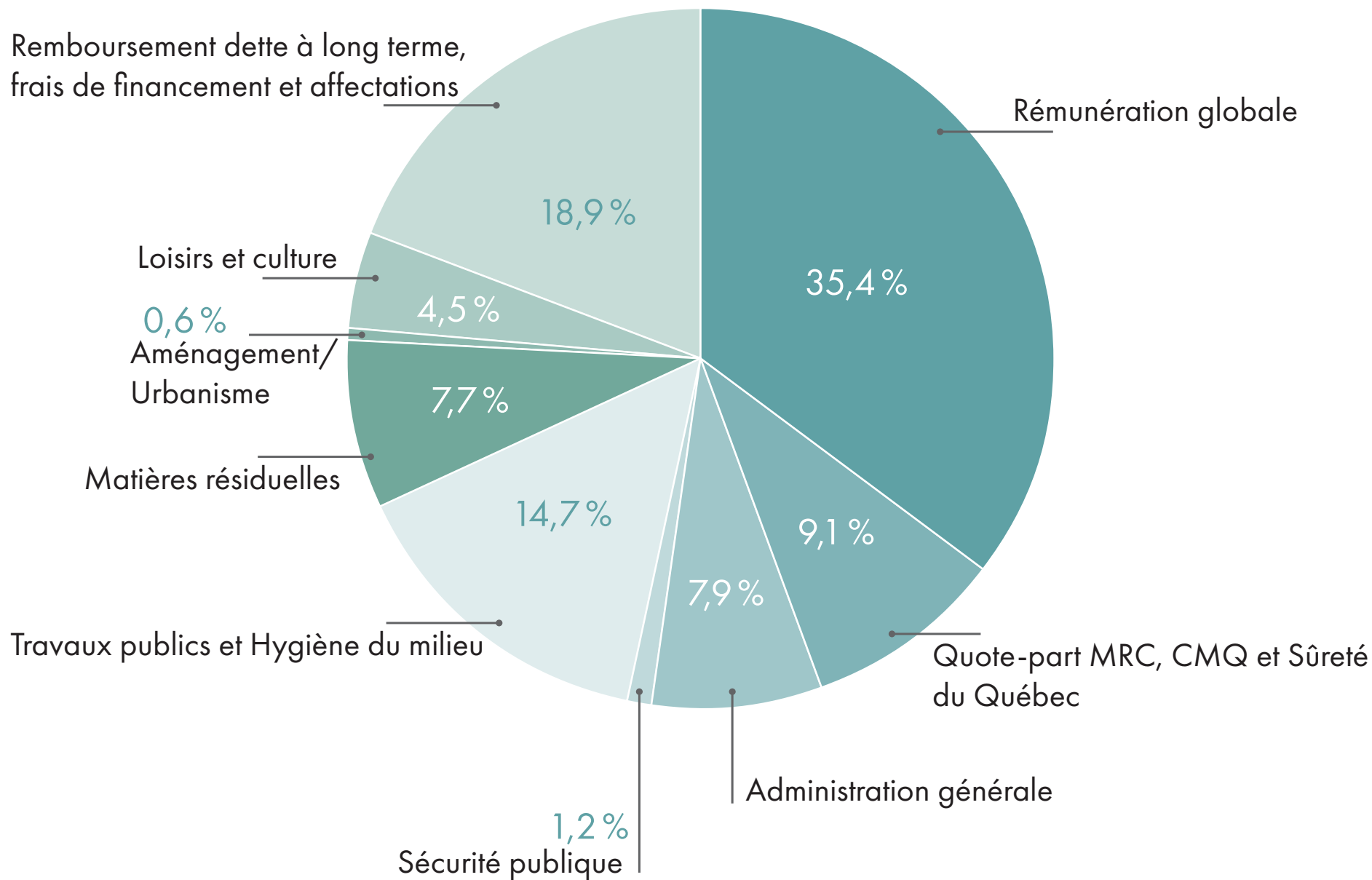
Surplus accumulé
affecté (SAA)

25 000 \$

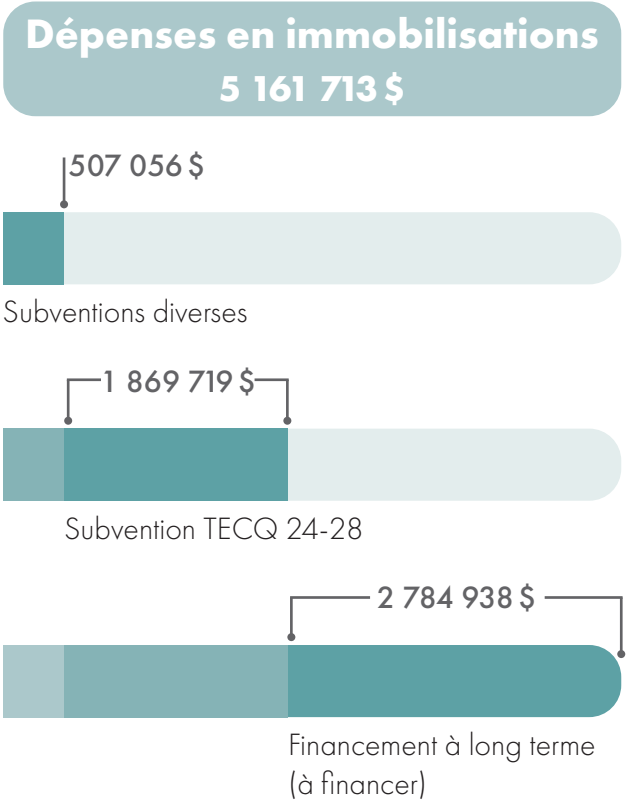
Fonds réservés élections

TOTAL 1 369 843 \$

RÉPARTITION DES DÉPENSES PAR SERVICE 2025 (INCLUANT LA CONCILIATION À DES FINS FISCALES)



FINANCEMENT DES PROJETS EN IMMOBILISATIONS



ENDETTEMENT TOTAL NET À LONG TERME 2025
(PORTION TAXABLE AUX CITOYENS)

28 217 409 \$

ENDETTEMENT TOTAL NET À LONG TERME 2024:
28 394 565 \$

DIMINUTION DE 177 156 \$

INVESTISSEMENTS EN IMMOBILISATIONS PRINCIPAUX PROJETS RÉALISÉS

 906 870 \$ Réfection avenue Sainte-Brigitte Nord	 1 918 329 \$ Travaux sur l'avenue Sainte-Brigitte/Fabrique et Monardes – Phase 2
 357 875 \$ Acquisition de machineries et véhicules	 430 657 \$ Ponceaux rue St-Louis
 448 857 \$ Travaux d'aménagement pour la sécurité des déplacements – rues du Collège et Goudreault	 709 013 \$ Revitalisation de l'église en espace culturel et communautaire
 259 140 \$ Aménagements sportifs, pédestre et communautaire	 130 972 \$ Acquisition mini-pelle

FAITS SAILLANTS 2026

- 1 Construction du centre communautaire (début des travaux)
- 2 Réfection rue de la Patinoire
- 3 Fin des travaux et ouverture de la piste à rouleaux
- 4 Continuité de la recherche en eau pour l'approvisionnement de la Ville
- 5 Début des travaux en services professionnels pour les étangs aérés (agrandissement à venir)
- 6 Finalisation de l'implantation du programme de gestion des actifs (obligatoire pour nos subventions)
- 7 Travaux sécurité routière (glissières de sécurité, mesure d'atténuation dans le secteur du Golf et du noyau villageois)
- 8 Acquisition de machinerie et véhicules en respect de notre plan de remplacement pour une bonne gestion efficiente de notre flotte de véhicule

L'eau, une richesse à préserver

RÉDUIRE SA CONSOMMATION, C'EST PLUS SIMPLE QU'ON LE PENSE

À Sainte-Brigitte-de-Laval, la consommation d'eau potable demeure particulièrement élevée. Les usages extérieurs comme l'arrosage des pelouses, le remplissage des piscines et l'entretien des terrains contribuent notamment à cette importante demande. Une utilisation plus responsable de l'eau permet de réduire la pression sur les infrastructures municipales et les coûts liés à son traitement et à sa distribution.

5 GESTES SIMPLES QUI ONT UN GRAND IMPACT



Arroser sa pelouse uniquement lorsque nécessaire et aux heures autorisées par la réglementation municipale.



Réduire la durée des douches de quelques minutes.



Fermer le robinet lors du brossage des dents ou du rasage.



Réparer rapidement les fuites de robinets et de toilettes.



Récupérer l'eau de pluie pour l'arrosage des plantes et du jardin.

Chaque geste compte. Une réduction de quelques litres par jour, multipliée par des milliers de citoyens, représente une économie importante pour notre municipalité.



SAVIEZ-VOUS QUE ?

Les Québécois figurent parmi les plus grands consommateurs d'eau au monde.

VOTRE VILLE VOUS INFORME

SBDL.NET



Affaires municipales

Prochaines séances du conseil municipal

11 août - 8 septembre - 13 octobre

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

Ville de Sainte-Brigitte-de-Laval
MRC de la Jacques-Cartier

Avis public

AVIS AU TIERS

À Mme Jessica Côté et M. Karl Gallant, cet avis est, par la présente, donné par la responsable de l'accès aux documents et de la protection des renseignements personnels de la Ville de Sainte-Brigitte-de-Laval, conformément au paragraphe 7 de l'article 47 de la *Loi sur l'accès aux documents des organismes publics et la protection des renseignements personnels*, RLRQ, c. A-2.1 :

- Que nous avons reçu une demande d'accès visant à obtenir le plan de lotissement pour la subdivision des lots 268 et 269 ;
- Que ce document ait été transmis par vous-même à la Ville et que nous sollicitons vos observations afin d'évaluer la communication ou non de ce document au demandeur, au plus tard dans les 20 jours de la diffusion dans le journal de l'avis.

Vous devez faire parvenir vos observations à la responsable de l'accès aux documents et de la protection des renseignements personnels de la Ville de Sainte-Brigitte-de-Laval, par écrit, au 414, avenue Sainte-Brigitte, Sainte-Brigitte-de-Laval (Québec) G0A 3K0 ou par courriel à greffe@sbdl.net, avant l'expiration du délai mentionné ci-haut. À défaut, vous serez réputé avoir consenti à ce que l'accès soit donné au document.

FAIT À SAINTE-BRIGITTE-DE-LAVAL, CE 7^e JOUR DU MOIS D'AOÛT DE L'AN 2026.

Me Catherine Roy
Responsable de l'accès aux documents et de la protection des renseignements personnelsVille de Sainte-Brigitte-de-Laval
MRC de la Jacques-Cartier

Avis public

AVIS PUBLIC ADRESSÉ À L'ENSEMBLE DES PERSONNES INTÉRESSÉES

AVIS PUBLIC EST DONNÉ CONFORMÉMENT AUX ARTICLES 123 ET 125 DE LA LOI SUR L'AMÉNAGEMENT ET L'URBANISME

AUX PERSONNES INTÉRESSÉES SUR LE PREMIER PROJET DE RÉSOLUTION NUMÉRO PPR200-06-2026 VISANT À AUTORISER LA CLASSE D'USAGE C-1¹ ET LA CLASSE D'USAGE C-2, 3.² SUR LE LOT 6 326 012 SITUÉ EN ZONE RÉSIDENTIELLE HB-20 CONTRAIREMENT À CE QUI EST AUTORISÉ À LA GRILLE DES SPÉCIFICATIONS DU RÈGLEMENT NUMÉRO 981-25 ET EN VERTU DU RÈGLEMENT NUMÉRO 792-16³.

- Lors d'une séance du conseil municipal tenue le 9 juin 2026, le conseil municipal de la Ville de Sainte-Brigitte-de-Laval a adopté le projet de résolution numéro PPR 200-06-2026 en vertu du règlement numéro 792-16⁴.
- Ce projet de résolution concerne le lot 6 326 012 (voir plan en annexe) et vise à autoriser un usage dérogatoire pour cet immeuble, situé en zone résidentielle (zone HB-20), soit de permettre un commerce dit léger et un commerce intermédiaire – atelier d'entrepreneur générale et spécialisée.
- Ce projet est conforme aux objectifs du plan d'urbanisme de la Ville de Sainte-Brigitte-de-Laval.
- Ce projet de résolution contient des dispositions susceptibles d'approbation référendaire par les personnes habiles à voter ayant le droit d'être inscrites sur la liste référendaire de la Ville puisque le PPCMOI vise l'ajout d'usages non autorisés actuellement dans la zone HB-20.
- Une assemblée publique de consultation aura lieu le 18 août 2026, à 18h30, à la salle des miroirs du bâtiment de services du parc des Saphirs, situé au 175, rue Kildare, Sainte-Brigitte-de-Laval (Québec) G0A 3K0.
- Lors de cette assemblée publique de consultation, le maire ou un autre membre du conseil sera présent et le contenu de ce projet de résolution ainsi que les conséquences de son adoption sera expliquer et les personnes et organismes qui désirent s'exprimer seront entendus.
- Ce projet de résolution peut être consulté au bureau municipal, soit au 414, avenue Sainte-Brigitte, du lundi au jeudi, de 8h à 12h et de 13h à 16h30 et le vendredi, de 8h à 12h.

Donné à Sainte-Brigitte-de-Laval, ce 21^e jour de juillet 2026.

La greffière,
Me Catherine Roy¹ Diminutif de commerce léger² Diminutif de commerce intermédiaire – atelier d'entrepreneur générale et spécialisée³ Règlement 792-16 concernant les projets particuliers de construction, de modification ou d'occupation d'un immeuble (PPCMOI)⁴ Ibid.

Loisirs, sports, culture et vie communautaire

Programmation de loisirs « automne 2026 »

Période d'inscription : 18 au 31 août 2026

En attendant, préparez votre compte « Voilà » pour être prêts à procéder à vos inscriptions :

sbdl.net/programmation-et-inscriptions/

OSER
pour
VRAI

MARIE-JOSÉE HÉLIE
MONTMORENCY

Pour les parents qui angoissent à chaque facture, **pour les jeunes** qui rêvent de devenir propriétaires et **pour les aînés** qui attendent trop longtemps avant de recevoir les soins auxquels ils ont droit.

Centre Anima Luna

Une approche globale de la santé



Marie-Ève Thomassin, la propriétaire de la Bulle boutique s'intéresse depuis qu'elle est toute jeune au développement de la personne et à la santé holistique.

Elle a donc décidé au cours des dernières années de se donner des outils pour être capable d'intervenir dans ce domaine.

Elle a suivi plusieurs formations à l'Institut de formation GSN. L'Institut est reconnu par plusieurs associations dont l'Association des naturothérapeutes du Québec et il offre des programmes et des formations en santé au naturel.

Marie-Ève a été éducatrice pendant 15 ans avant de faire l'ouverture de la Bulle boutique et d'avoir son atelier de couture. On pourrait dire en quelque sorte que la création du Centre Anima Luna est une suite logique à son rôle d'éducatrice et à sa passion pour le fonctionnement de l'être humain.

Le bagage qu'elle a accumulé au cours des années et lors de l'ensemble de ses formations lui permet d'intervenir en utilisant plusieurs types d'approches et ce, toujours dans le but d'avoir une vision globale du bien-être humain.

Son rôle n'est pas de poser un diagnostic, de traiter une maladie ni de remplacer les professionnels de la santé, tels que les médecins, psychologues ou psychothérapeutes. Les personnes qui consultent sont toujours invitées à poursuivre le suivi médical ou psychologique approprié.

Les services offerts par le Centre Anima Luna constituent une approche complémentaire de mieux-être et s'inscrivent dans une démarche de responsabilisation où la personne demeure au cœur de son propre cheminement.

L'objectif de son accompagnement est d'offrir un espace d'écoute, de réflexion et d'exploration afin d'aider les personnes à mieux comprendre leurs émotions, leurs réactions, leurs besoins et leurs ressources. En développant une meilleure conscience d'elles-mêmes, elles peuvent mettre en place des changements concrets qui favorisent un mieux-être durable.

Voici les différents outils qu'elle utilise ou peut utiliser pour accompagner les personnes qui la consultent.

- La naturothérapie pour aider les aspects relatifs à l'hygiène de vie, à l'anatomie, à la nutrition, aux techniques naturelles afin de faciliter le sommeil, l'exercice, le bien-être, etc.
- La santé intégrative pour placer la personne qui consulte au centre de ses soins afin de la traiter dans son entièreté : physique, psychologique, sociale et environnementale.
- La thérapie en relation d'aide qui axe l'aide au niveau du développement personnel en offrant un accompagnement et un soutien lors de difficultés ou de problèmes vécus dans la vie.
- L'hypnose psychogénéalogie qui permet de libérer des blocages émotionnels et répétitions de schémas familiaux en aidant l'inconscient à identifier, nettoyer et reprogrammer les mémoires transmises par vos ancêtres.
- Le guide énergétique spirituel pour aider à libérer énergiquement les émotions coincées en assurant une présence bienveillante dans le but d'élever la conscience et d'aider à surmonter les obstacles.
- L'Human Desing pour aider à comprendre la personnalité d'un individu à partir de sa date de naissance afin de mieux se connaître et de comprendre certains fonctionnements de la personne.
- L'alignement thérapeutique pour amener une cohérence entre les pensées, les émotions, les comportements afin que le tout soit en accord avec les valeurs profondes de la personne. Dépendamment des besoins de la personne, Marie-Ève puise dans cet éventail de connaissances une ou plusieurs techniques appropriées pour répondre aux besoins particuliers énoncés.

Le Centre Anima Luna est en opération depuis avril 2026. Un local a été construit spécifiquement pour donner les soins dans l'espace de la Bulle boutique. Vous pouvez consulter sa page Facebook (Centre Anima Luna) pour en savoir davantage.

Promotion spéciale

Le coût d'une consultation est de 95 \$ et des reçus sont émis pour les assurances ou les impôts. Si vous cliquez sur le lien qui conduit au sondage sur sa page Facebook, vous pourrez bénéficier d'un rabais de 50% sur la première consultation.

Les autres intervenantes

D'autres intervenantes donnent des soins dans le local aménagé à la Bulle boutique. Il s'agit de :

Odette Morneau qui est thérapeute en relation d'aide et plus spécifiquement en sonothérapie, une pratique qui utilise les fréquences et les vibrations d'instruments (bols tibétains, gongs, diapasons, bols de cristal) pour aider à réduire le stress, à libérer les tensions et favoriser le lâcher-prise.

Elle est aussi guide Shinrin Yoku (bain de forêt), professeure de Yoga Kundalini et de méditation. Conteuse professionnelle et artiste multidisciplinaire, elle offre des ateliers de création textile et de collage.

Brigitte Côté est patricienne en soins énergétiques Anschma. Elle travaille avec les pierres et communique avec les anges.

Possibilité de louer le local de soins

Vous avez des connaissances et des compétences et aimeriez offrir des consultations, mais vous n'avez pas de local approprié, il est possible de louer celui construit à la Bulle boutique. Il suffit de communiquer avec Marie-Ève Thomassin au numéro 418 825-3335 ou en se rendant à la Bulle boutique.

Doris Tessier

POLICIERS ET CITOYENS

Témoin ou victime d'une infraction? Suivez l'Agente virtuelle Jess et identifiez la bonne démarche à suivre.

Cet outil est fourni à titre informatif. Pour toute situation d'urgence, composez le 911.

Questionnez l'Agente virtuelle Jess maintenant.

Rentrée scolaire et Accès-Loisirs

Bulletin de la Conférence Sainte-Brigitte-de-Laval de la Société de Saint-Vincent de Paul

Rentrée scolaire

La Saint-Vincent de Paul de Sainte-Brigitte-de-Laval peut venir en aide financièrement aux familles dans le besoin pour l'achat d'articles scolaires et de vêtements ou pour l'inscription de leurs enfants à des activités parascolaires. Le but de cette aide est d'encourager les jeunes à poursuivre leurs études en leur permettant de vivre une expérience positive à l'école, de développer leur confiance en eux et de les aider à se réaliser personnellement, socialement et culturellement.



Illustration source Pixabay © Haider Mahmoodj

Afin de pouvoir soutenir le plus de familles possible, nous invitons les bénéficiaires à faire leurs achats dans les commerces à faible coût. Pour les vêtements, nous donnons des bons d'achat à la Friperie.

Pour être admissible

Votre revenu brut familial doit être inférieur à 60 000 \$ pour une famille avec deux enfants. Si vous avez plus de deux enfants, vous pouvez ajouter 10 000 \$ par enfant à ce revenu, que vous soyez en couple ou parent seul.

Pour manifester votre intérêt

Communiquez avec nous par courriel à st-vincent@ccapcable.com ou laissez un message vocal au 418 825-4244.

NOUVEAU!!! Accès-Loisirs

La Ville de Sainte-Brigitte-de-Laval a récemment mis en place le programme Accès-Loisirs sur son territoire. La Saint-Vincent de Paul s'y est jointe à titre de collaboratrice pour lancer le programme.

Qu'est-ce donc que le programme Accès-Loisirs?

Ce programme vise à rendre accessibles sans frais des activités de loisirs sportif, culturel et de plein air aux personnes de 0 à 99 ans à faible revenu.

Comment ça fonctionne?

Plusieurs organismes offrant ces types d'activités sur notre territoire sont invités à offrir gratuitement des places à titre de partenaires du programme. Les personnes éligibles doivent se présenter aux points de service et aux dates indiqués plus bas pour prendre connaissance sur place des activités offertes et s'y inscrire.

Date d'inscription et point de service :

- 9 septembre 2026, de 14 h à 18 h, au Bâtiment des Saphirs (175, rue Kildare)
- 10 septembre 2026, de 10h à 12h, au Bâtiment des Saphirs (175, rue Kildare)

Une équipe de la Société de Saint-Vincent de Paul de Sainte-Brigitte-de-Laval sera sur place pour vous accueillir, faire votre analyse financière et attester de votre éligibilité. Vous devrez avoir en main votre plus récent avis de cotisation.

Pour être admissible

L'admissibilité au programme s'établit en fonction des seuils de faible revenu familial avant impôt établis par Statistiques Canada.

- Personne seule : 31 906 \$
- 2 personnes : 39 721 \$
- 3 personnes : 48 832 \$
- 4 personnes : 59 288 \$
- 5 personnes : 67 244 \$
- 6 personnes : 75 839 \$
- 7 personnes ou plus : 84 436 \$

Pour plus d'information sur le programme Accès-Loisirs

Consultez la section Accès-Loisirs sur le site Web de la Ville de Sainte-Brigitte-de-Laval :

<https://sbdll.net/programmations-saisonnières-et-inscriptions/>

dans l'onglet *Activités* ou contactez le Service des loisirs, des sports, de la culture et vie communautaire de la Ville à :

loisirs@sbdll.net ou au 418 825-2515, poste 262.

Boîte vocale : interruption de service

Nous avons récemment dû changer de fournisseur pour notre service de boîte vocale au 418 825-4244. Ce changement a occasionné une rupture de service depuis le 6 juillet. Nous serons à nouveau en mesure de prendre vos messages dès le 5 août. Nous sommes désolés de cette interruption bien involontaire.

Bonne fin d'été et bonne rentrée scolaire!

L'équipe de la Conférence Sainte-Brigitte-de-Laval de la Société de Saint-Vincent de Paul

418 825-4244

st-vincent@ccapcable.com

AQUA INGENIUM
418 849-4916
info@aquaingenium.com
1400, av. de la Rivière-Jaune
Québec, Québec G2N 1S1

Installation septique Laboratoire d'analyse des matériaux Gestion des eaux Étude géotechnique

www.aquaingenium.com

mg ébénisterie / design
ébénisteriemg.ca 418.825.1093

POURVOIRIE
du Lac Laflamme

Pourvoirie chasse & pêche
581 568-0140 laclaflamme.com
Monts-Valin Droits exclusifs

92 km² 35 lacs Plans américain & européen



L'archéologie, bien loin des films d'aventure

Diane Clavet

L'archéologie est un métier largement représenté dans le cinéma démontrant des protagonistes aventuriers et explorateurs à sang froid qui sont embarqués dans des missions pour retrouver des artefacts depuis longtemps perdus et les récupérer des mains des méchants.

En réalité, comme vous pouvez vous en douter, le vrai métier d'archéologue, ce n'est pas vraiment cela. L'archéologie, contrairement à l'image populaire que l'on s'en fait, n'est pas de trouver de mystérieux objets disparus ou de déterrer les os de dinosaures : ce dernier est le rôle du paléontologue. L'archéologie se rapproche davantage de l'histoire et de l'anthropologie puisqu'elle s'intéresse aux sociétés humaines du passé.

Une science pour comprendre les sociétés du passé

En effet, c'est bel et bien une science humaine puisque son but est d'étudier les objets laissés par les sociétés du passé pour comprendre qui ils étaient vraiment, comment ils vivaient, comment ils s'organisaient et mangeaient, etc.



Par exemple, des études sont réalisées dans les dépotoirs préhistoriques contenant des restes alimentaires, soit des os d'animaux. Avec ces analyses, il est possible de comprendre les méthodes d'élevage utilisées, la quantité de viande (calories) consommée par personne et donc d'estimer un nombre minimal d'individus dans un même groupe, ainsi que d'observer les techniques de boucherie et les parties de l'animal qui ont été utilisées.

Toutes ces données serviront à voir et à comprendre les conditions dans lesquelles vivaient les différentes sociétés à leur époque, ainsi que le climat régional ou encore les difficultés liées à l'alimentation.

Une discipline aux multiples spécialités

Mais encore, l'archéologie ce n'est en rien que cela. Non, c'est un domaine multidisciplinaire qui travaille avec des technologies et méthodes empruntées aux autres sciences comme la dendrochronologie (datation des arbres), la géographie ou la pédologie (formation des sols).

Ainsi, un archéologue n'est pas seulement qu'un archéologue : il doit se spécialiser dans un domaine, ou deux, précis. Les spécialisations les plus courantes sont la céramique, l'environnement, les métaux et alliages, les insectes, les ossements, les outils de pierre, etc. Toutes ces expertises font partie de l'archéologie tant que l'objectif final de ces études est de comprendre l'humain derrière les objets.

Une histoire qui remonte bien avant la colonisation européenne

L'archéologie au Québec est très prospère, plus qu'on ne pourrait l'imaginer. L'Histoire du Québec et du Canada ne commence pas seulement à la découverte de l'Amérique par Christophe Colomb en 1492. Elle débute bien avant, à la fin de la dernière ère glaciaire, lorsque le recul des glaciers a libéré un corridor terrestre au détroit de Bering.

Cela a permis le déplacement de populations de l'ouest de l'Asie vers l'Amérique il y a environ 12 000 à 13 000 ans, comme l'ont démontré les découvertes réalisées dans la région de Mégantic. En effet, sur le site de Cliche-Rancourt, les archéologues ont mis au jour des pointes à cannelure associées à la tradition Clovis estimées à 12 400 et 11 800 ans avant aujourd'hui précisément.

Et Sainte-Brigitte-de-Laval dans tout ça?

Ainsi, avant l'arrivée des premiers Irlandais à Sainte-Brigitte-de-Laval vers 1830 et la fondation de la paroisse en 1863, il est fort probable que le territoire ait été une zone de passage ou d'occupation bien antérieure et que certaines traces, ayant résisté au temps, soient encore présentes aujourd'hui. Il est vrai qu'en 2004, des archéologues de l'université du Québec à Chicoutimi ont identifié un site préhistorique dans la Réserve faunique des Laurentides. Les fouilles de 2006 qui ont suivi ont permis de conclure que le site fut brièvement occupé par un groupe en déplacement ce qui coïncide avec l'usage de la rivière Montmorency comme voie de déplacement vers les terres situées en hauteur du lac Jacques-Cartier. Il n'est pas improbable que des sites de brève occupation comme celui-ci se trouvent également à Sainte-Brigitte-de-Laval puisqu'une occupation autochtone était présente sur le territoire par les Innus-Montagnais.

Tout cela pour vous rappeler que si vous trouvez des artefacts, des objets anciens ou inhabituels dans votre jardin, n'hésitez pas à en faire part à la Société d'histoire de Sainte-Brigitte-de-Laval. Nous pourrions ainsi les documenter et contribuer à préserver ces précieux témoins de notre Histoire collective.

Lory Ann Amyot

Allen Dawson, président

www.shsbdl.org
Société d'histoire de Sainte-Brigitte-de-Laval

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



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



418 951-3304

ENTREPRENEUR GÉNÉRAL ET SPÉCIALISÉ
Sciage de béton et Excavation

PROJET CLÉ EN MAIN

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

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

À votre service depuis 1989

Résidentiel - commercial - industriel

Courriel: info@sciage-tremblay.ca

www.sciagedebetontremblay.com



Les jeunes du Cercle de Fermières SBDL



La présentation des plus jeunes du Cercle de Fermières de Sainte-Brigitte mérite d'être faite et pour quoi elles ont décidé de se joindre à cette belle équipe.

Commençons par la cadette Cassandra Desrochers. Elle est âgée de 14 ans et est étudiante à la Courville. Elle attendait ses 14 ans pour prendre sa carte de membre car c'est l'âge minimum pour joindre le regroupement selon le règlement des Cercles de Fermières du Québec. Sa mère fait partie de l'équipe et elle désirait suivre ses traces. Elle aimait les pièces que sa mère confectionnait, les trouvait belles et voulait faire les siennes.

Marie-France Pichette a 39 ans. Elle est technicienne en loisir et a deux jeunes enfants. Sa grand-mère tissait et tricotait, mais Marie-France n'a pas eu la chance d'apprendre d'elle ces belles techniques. Elle a connu le Cercle de Fermières lors du Marché de Noël. Elle désirait produire ses propres créations. Elle a donc choisi de devenir Fermières dans le but d'apprendre.

Patricia Paradis a 45 ans. Elle est infirmière et est la mère de Cassandra. Patricia connaissait le Cercle de Fermières grâce au Marché de Noël. Chaque année elle achetait des créations des Fermières et souhaitait secrètement faire partie de la "gang". Quand elle venait à la Friperie, elle voyait cette mystérieuse porte et était curieuse de la franchir. C'est avec son amie Mélanie qu'elles ont osé faire le grand pas. Toutes deux croyaient qu'il fallait être plus âgées pour être membre du Cercle de Fermières.

Mélanie Deroy est à l'aube de la cinquantaine avec ses 49 ans. Les arts textiles l'intriguaient et elle était attirée par les différentes formes que ces arts pouvaient prendre. Elle rêvait d'apprendre et de développer des habiletés dans ce domaine. Patricia et elle discutaient des possibilités de joindre l'équipe et c'est ensemble, comme expliqué précédemment, qu'elles

ont décidé de se lancer dans la grande aventure.

Catherine Beaudry frise également la cinquantaine. Elle est enseignante en culture et citoyenneté québécoise. Pour elle, les arts textiles, ça fait partie du patrimoine québécois. Sa mère était membre du Cercle de Fermières. Elle connaissait donc l'organisation et savait tout ce qu'il était possible de réaliser.

Leur motivation à être Fermière

Plusieurs sources de motivation sont communes à l'ensemble du groupe. L'accueil, l'entraide et le partage entre Fermières viennent en tête de liste. Toutes s'entendent pour dire que dès que l'on arrive au Cercle, nous sommes prises en charge et supportées par les plus expérimentées. Nos jeunes Fermières apprécient l'accès à l'ensemble des métiers, la confiance qui règne au sein du Cercle, la possibilité de venir tisser à toute heure du jour ou de la soirée, la liberté dans l'exécution des créations, le fait que c'est facile de marier les arts textiles avec le travail ou l'école et bien sûr la fierté de réaliser des oeuvres.

Catherine, notre enseignante ajoute qu'elle a la chance d'avoir un petit métier à la maison et qu'elle alterne la correction des copies de ses étudiants avec le tissage pour se détendre. Elle aime voir les différents projets en voie de réalisation au Cercle pour se donner des idées. Elle associe les arts textiles au patrimoine culturel et elle en parle avec ses étudiants.

Mélanie renchérit en mentionnant qu'elle aime tisser, que cet exercice la détend. Elle vient au Cercle le soir, met des "balados" ou des livres audio. Pour elle, tisser c'est un peu comme méditer. Parfois, elle vient au Cercle pour profiter d'un moment de tranquillité et d'autres fois pour socialiser, pour partager avec les autres.

Patricia aime les relations qu'elle a créées au Cercle. Elle a souligné à plusieurs reprises son admiration pour son mentor Jocelyne et que son intégration à l'équipe lui a permis de passer au travers d'une période difficile, qu'elle a trouvé des oreilles attentives, du soutien. Elle ajoute qu'elle a eu la chance d'apprendre une technique provenant des Vikings le tissage de bande (Inkle Loom) avec Line Careau. Finalement, elle mentionne que certaines pièces tissées permettent la récupération de matériel comme des rubans de cassette, des vieux draps, etc. donc ça permet de poser un geste environnementaliste. Cassandra cultive le rêve d'aller en Corée et elle souhaite financer une partie de son voyage en vendant ses pièces. Elle apprend présentement le coréen. La

culture coréenne la séduit. C'est très intéressant de voir une personne aussi jeune avoir un projet qui se démarque et qui prend les moyens pour le réaliser.

Marie-France trouve que les arts textiles lui permettent d'apprendre, mais aussi de développer sa créativité et sa dextérité. Quand elle vient au Cercle, cela lui donne un moment de répit. Finalement, elle voit la réalisation de ses propres créations et le don qu'elle en fait ou qu'elle va faire à ses enfants comme un héritage précieux, comme une preuve d'amour.



Cassandra Desrochers, 14 ans

Leurs souhaits pour le futur

Étant donné qu'elles sont encore sur le marché du travail ou aux études, elles aimeraient avoir plus d'ateliers le soir ou la fin de semaine, un atelier pour la confection de courtepointes et de tapis. Certaines mentionnent qu'elles aiment être aidées et aussi aider les autres car c'est valorisant. Elles souhaitent redonner au suivant et éventuellement donner des formations, devenir responsable de métier, etc.

Cassandra aimerait apprendre à faire des catalogues, des nappes et attirer d'autres jeunes. Elle dit que faire des arts textiles c'est pour tous les âges, que c'est un beau passe-temps qui permet de développer des habiletés. Marie-France aimerait un jour que ses enfants deviennent Fermières incluant son garçon.

La relève

Si on se fie aux témoignages reçus, le Cercle de Fermière a une relève assurée. Nos jeunes passionnées sont toutes désignées pour reprendre en temps et lieu.

Doris Tessier
Cercle de fermières SBDL



Catherine Beaudry, Mélanie Deroy,
Cassandra Desrochers, Patricia Paradis

Pour la santé
de toute votre
famille



Anne-Marie Violette

PHYSIOTHÉRAPEUTE



annemarieviolette.com

581.903.2103



Guide des activités et événements - Automne 2026

Vous l'attendiez avec impatience! Le voici :

Les activités se tiennent au Parc des Saphirs. Certaines activités comportent un coût lequel sera précisé en septembre.

Journée porte ouverte

Nous vous invitons à une journée porte ouverte soulignant le début de nos activités par notre **épluchette de blé d'Inde annuelle** le mardi 25 août, à 11 h 30, au Parc des Saphirs. Nous serons heureux de vous accueillir et d'échanger sur l'offre de loisirs du Club. Prix spécial 5 \$ pour tous (blé d'Inde et hot-dogs). Si vous amenez un/une amie qui adhère...c'est gratuit pour vous et votre ami(e). N'hésitez pas à nous les faire connaître.

L'inscription est obligatoire auprès de :
Clémence Thomassin : 418 805-7137
Vivianne Cloutier : 418 825-4768

1. Vitalité physique

Mise en forme ViActive

Lundi et mercredi, 9 h 30 (dès le 14 sept.)
Sylvie Houde : 418 576-8109

Danse en ligne

Détails à venir

Pickleball – débutant, non compétitif

Dimanche 13 h–15 h (dès le 13 sept.)
Pierre-Yvon Thomassin : 581 443-2959

Pickleball – compétitif

Dimanche 13 h 30–16 h 30 et jeudi 18 h 30–21 h 30
Nelson Christensen : 418 563-9843
Édith Fortin : 418 951-0352

Note : Jusqu'au début octobre, selon la météo, l'activité se tient à l'extérieur.

Grandes marches et grandes randonnées

Mardi, 9 h 30 (dès le 15 sept.)
Michel Fortin : 418 606-8103
Marie Bertrand : 418 825-4083

Ligue de quilles

Vendredi, 9 h, Salon Saint-Pascal dès le 28 août
France Brind'amour : 418 825-3098

2. Rendez-vous gourmands

Brunch du dimanche (Pizza Passion)

3^e dimanche, 11 h (dès le 20 sept.)
Lucie Dion : 418 934-8752
Michel Fortin : 418 606-8103

La Tablee du Club

Dernier mardi, 11 h 30–13 h
Clémence Thomassin : 418 805-7137
Vivianne Cloutier : 418 825-4768

3. Jeux et compagnie

Jeux de cartes

Mardi 13 h–16 h (dès le 15 sept.)
Diane Fortier : 418 825-0042
Denys Thomassin : 418 931-2730

Jeux de société variés ou apportez votre jeu

Mardi 13 h–16 h
Michel Després : 418 849-2089
Lucie Dion : 418 934-8752

Jeux d'adresse

Pétanque intérieure, poches
Mercredi 13 h–16 h (dès le 16 sept.)
Pierre-Yvon Thomassin : 581 443-2959

Super Bingo

Dernier mardi 13 h 30
Céline Marcoux : 418 825-3408

Tournoi de cartes Kaïser dès le 6 oct.

1^{er} mardi du mois, 13 h

4. Apprendre ensemble

1^{re} Conférence : Vieillesse et conduite automobile

Mercredi 21 oct., 13 h 30
Sylvie Houde : 418 576-8109

2^e Conférence : Info ou désinfo?

Mercredi 18 nov., 13 h 30
Sylvie Houde : 418 576-8109

Atelier de peinture

Apportez votre matériel : toiles, pinceaux, peintures acryliques, etc.
Mercredi 13 h 30–15 h (dès le 16 sept.)
Durée : 6 semaines
Doris Roy : 418 825-3923

5. Socialisation festive

5 à 7 années 70–80

Vendredi 6 nov.
Détails à venir

Soirée de Noël

Samedi 5 décembre
Détails à venir

6. Devenir membre du Club FADOQ

Accédez à une programmation variée et des rabais.
Coût de la carte 30 \$/an ou 55 \$/2 ans
Carte Affinité 12 \$ — pour les personnes déjà membres de la FADOQ provinciale qui souhaitent participer aux activités du Club FADOQ Sainte Brigitte-de-Laval.

Information et adhésion
Lucie Dion : 418 934 8752



Pour en connaître davantage

fadoq-sbdl.org/
Facebook.com/FADOQSBDL/

Conseil d'administration 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
Danielle Châteauvert, administratrice	581 985-1394

Comité Soutien :

Édith Fortin - Michel Fortin -
Sylvie Leblanc - Clémence Thomassin

SH MACHINERIE INC.
SÉBASTIEN HUOT
Cell. : 418-264-5454
Fax : 418-825-5133
shmachie@hotmial.com
RÉQ : 5629-7039-01
www.shmachinerie.com

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

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
COURRONS LA CHANCE
DE GAGNER LE
DOUBLE DE VOTRE
ACHAT D'ESSENCE

Accumulez des points
sur vos achats*
en magasin!

Esso
ESSO EXTRA.

Optimum
*certaines conditions s'appliquent



Adofest 2026

Diane Clavet



La Maison des jeunes La Barak est fière d'inviter les jeunes de 10 à 17 ans à la 4^e édition de l'Adofest, qui se tiendra le samedi 19 septembre, de 11 h à 16 h, dans le stationnement du chalet des sports (8, rue de la Patinoire) à Sainte-Brigitte-de-Laval.

Entièrement gratuit et réservé aux jeunes, l'Adofest est un événement conçu spécialement pour eux afin de leur offrir une journée de plaisir, de rencontres et de découvertes, L'Adofest leur permet de socialiser, de sortir de l'isolement, de créer des liens avec d'autres jeunes et de découvrir des ressources jeunesse disponibles pour eux.

Encore cette année, une foule d'activités sont proposées :

- kiosques d'organismes jeunesse
- Queues de Castor
- poutines et bubble tea par Racines Cuisine Nomade
- jeux gonflables
- autos-tamponneuses
- jeu d'évasion
- photobooth
- atelier de graffiti
- maquillage
- et plusieurs autres surprises

L'événement est rendu possible grâce au soutien de nos précieux partenaires:

- TAPJ Beauport-Sainte-Brigitte-de-Laval
- M. Jean-François Simard
- la Ville de Sainte-Brigitte-de-Laval
- Racines Cuisine Nomade

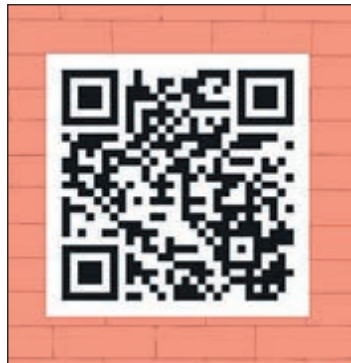
Plusieurs organismes jeunesse seront également présents pour échanger avec les adolescents et leur faire découvrir leurs services, dont :

- GRIS Québec
- Trip Jeunesse
- Aire ouverte
- Le Gîte Jeunesse
- Le Grand Chemin
- la Maison l'Éclaircie
- le Centre de prévention du suicide
- SOS Grossesse.

Venez vivre une journée festive, rassembleuse et entièrement pensée pour vous! Rendez-vous le 19 septembre, de 11 h à 16 h, au 8, rue de la Patinoire.

Pour plus d'informations :

Consultez la programmation de l'Adofest



Claudia Lizotte, coordonnatrice
Maison des jeunes La Barak
418 948-6769
www.Facebook.com/mdj.barak
mdjlabarak@outlook.com

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

Informations pour les sorties et 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.

Sainte-Brigitte-de-Laval

Août 2026

Lundi 10 août, de 13 h 30 à 15 h
Visionnement d'un spectacle d'humour

Lundi 17 août, de 13 h 30 à 15 h
Jeux extérieurs

Mardi 18 août
Cinéma
Coût : 5,00 \$
Adresse : 825, rue Clémenceau
Heures à confirmer

Lundi 24 août, de 13 h 30 à 15 h
Atelier de peinture

Lundi 31 août, de 13 h 30 à 15 h
Dégustation surprise

Merci de votre collaboration !

ATELIER DROUIN
MÉCANIQUE DE VÉLOS
SAINTÉ-BRIGITTE-DE-LAVAL
418-262-6620

MARIE-CLAUDE DESCHÊNES
Courtier immobilier résidentiel
C. 418.559.1930 | B. 418.627.3333
mcdeschenes@viacapitale.com
viacapitalevenu.com
4715, des Replats, bur. 150
Québec, QC G2J 1B8
Via Capitale Sélect
Agence immobilière

Carrosserie Paré

CARROSSERIE PARÉ
2998, chemin Royal, suite 102
Beauport, Québec, G1E 1T3
Tél : 418 664-1456
Fax : 418 664-0310

Genevyève Paré
Propriétaire
www.carrosseriepare.ca

Débosselage et peinture • Redressement de châssis • Réclamation d'assurance • Estimation gratuite



Table de concertation sur les besoins des aînés de Sainte-Brigitte-de-Laval



Lancement - Projet-pilote

« Popote roulante SBDL »

C'est Parti! Depuis le 6 juillet 2026

La « Popote roulante SBDL » - Un succès

- déjà quatre semaines de livraison de repas à cinq aînés
- près de 100 repas chauds livrés
- des sourires à l'accueil des bénévoles



L'origine de ce beau projet?

La démarche initiale, qui a mené à la création de la Table de Concertation sur les Besoins des Aînés de SBDL, était le besoin, déjà identifié par une citoyenne de SBDL et préposée au soutien à domicile, que certains aînés de SBDL puissent avoir accès à un service de livraison de repas chauds par des bénévoles, comme il y en a dans les municipalités voisines depuis fort longtemps.

Qu'est-ce que la Popote roulante SBDL?

- Des repas chauds livrés à des aînés à leur domicile par des bénévoles (du lundi au vendredi), et ce, pour un coût de 10 \$.
- Une présence chaleureuse quotidienne pour l'aîné. Le bénévole est aussi une vigie pour l'aîné et sa famille.

Comment fonctionne la Popote roulante SBDL?

- L'aîné qui a besoin du service ou sa famille, appelle pour s'inscrire (418 931-7116) Déjà deux inscriptions
- Les bénévoles s'inscrivent auprès de La Résidence Le Trèfle d'Or (418 931-7116)
 - Déjà 14 bénévoles se sont inscrits lors de l'annonce en mars dernier
 - Une rencontre aura lieu d'ici quelques semaines avec tous les bénévoles pour les informer et aussi pour compléter la documentation pour la vérification de leurs antécédents judiciaires

La responsable de la popote roulante SBDL

- Rencontre l'aîné pour connaître ses allergies, ses intolérances. Elle est la personne contact avec l'aîné et sa famille
- S'occupe des achats, de la gestion des bénévoles, notamment leurs horaires et leurs remboursements de km.



De la nourriture cuisinée avec amour par nos cuisinières Adriane et Karine de La Résidence Le Trèfle d'Or

Remerciements

La réalisation de ce projet est rendue possible grâce à la collaboration de La Résidence Le Trèfle d'Or pour la préparation des repas et aussi grâce au soutien financier de deux organismes anonymes et du Programme d'aide aux initiatives citoyennes de la Ville de Sainte-Brigitte-de-Laval.

Sondage

« Besoins des Aînés de SBDL » (prolongé jusqu'au 20 août 2026)

De quoi parle ce sondage?

- Hébergement, transport, menus travaux, alimentation, entretien ménager, buanderie, aide à la vie quotidienne, vie sociale, loisirs, problématique d'isolement
- Besoins réels de La Popote à SBDL – Ça roule très bien depuis le 6 juillet 2026
- Il y a encore de la place - Parlez-en autour de vous

Quel est l'objectif de ce sondage?

- Permettre aux membres de la Table de Concertation de faire des démarches auprès de différentes instances et de bénévoles potentiels pour mettre en place les services pertinents.
- Permettre à nos aînés de vivre le plus longtemps possible chez eux dans leur Ville, et ce, en sécurité et bien entourés par leurs familles, leurs amis et par des gens bienveillants
- Ajouter des services de proximité et impliquer des bénévoles dans ces différents services pour y parvenir

À quoi ressemblent les réponses à date?

- Nous avons reçu des réponses très intéressantes avec de bonnes idées
- Par contre, au moment d'écrire ces lignes, ce ne sont que quelque 100 aînés qui ont complété le sondage en ligne ou en format papier.
- 100 personnes, c'est :
 - Intéressant, mais pas suffisant pour établir un portrait global qui sera porteur
 - 5 % des aînés de plus de 50 ans (environ 2 000 personnes)
 - ou 8,2 % des aînés de plus de 60 ans (environ 1 220 personnes)

Quelle est la suite?

- UN DERNIER BLITZ JUSQU'AU 20 AOÛT 2026. La période pour compléter le sondage est prolongée jusqu'au 20 août prochain
- Nous avons réussi à impliquer le personnel du CIUSSS-CN pour contacter les clientèles plus vulnérables
- Mais tout SBDL doit se mobiliser. Parlez-en à votre famille, à vos voisins

Qu'est-ce que je peux faire pour aider?

- Vous avez plus de 50 ans : complétez le sondage et parlez-en et transmettez le formulaire à tous vos amis et à vos voisins
- Vous êtes plus jeunes : parlez-en à vos parents ou à vos grands-parents et aidez-les à le compléter
- Vous êtes un organisme dans le milieu : transférez le formulaire directement à tous vos membres

Où et Comment le compléter?

- Vous avez un cellulaire : vous pouvez compléter le sondage en ligne en utilisant le Code QR suivant :
- Vous avez un ordinateur : vous pouvez le compléter en ligne en utilisant le lien suivant : <https://forms.gle/LCb7dfVd9KAYifgu5>
- Copies papier : disponibles à la mairie, à la bibliothèque (3, rue du Couvent) et à la Résidence Le Trèfle d'Or (25, rue Saint-Émile)

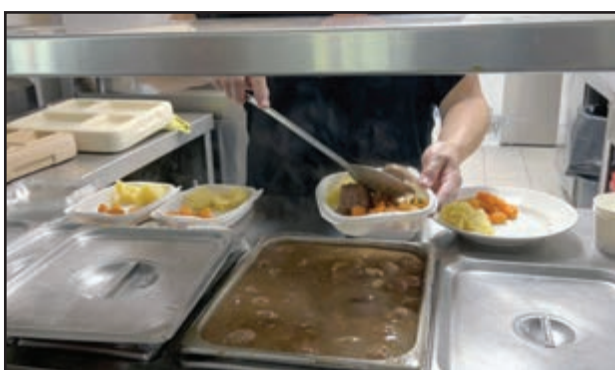


Plus de 20 ans d'expérience

Plomberie
Denis Lajeunesse
Résidentiel et commercial
Service de réparation

Tél : 418 998-3446 Fax: 418 661-9127

1 239, Boul. Raymond, Québec, G1B 1K1



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

La santé, un capital précieux

La santé est sans doute l'un des biens les plus précieux que nous possédons, bien qu'elle soit souvent tenue pour acquise jusqu'au moment où elle vacille.

Elle ne se résume pas à l'absence de maladie, mais constitue un équilibre subtil entre le corps, l'esprit et l'environnement dans lequel nous évoluons.

Être en santé, c'est pouvoir vivre pleinement, ressentir, agir, créer, aimer et affronter les défis du quotidien avec une certaine harmonie intérieure.

Avec l'arrivée du beau temps, on pense plus à se remettre en forme après un long hiver plus ou moins actif pour certains. C'est le temps de sortir d'une certaine léthargie. Mais parfois la santé nous lâche sans crier gare et c'est comme une massue qui nous tombe sur la tête.



Le corps humain est une mécanique fascinante, d'une complexité presque infinie. Chaque cellule, chaque organe, chaque système travaille en collaboration pour maintenir cet équilibre fragile. Pourtant, cette harmonie nécessite de l'attention.

Une alimentation saine, variée et adaptée est l'un des piliers fondamentaux de la santé. Elle nourrit non seulement le corps, mais influence aussi l'humeur, l'énergie et la concentration. Manger n'est pas un simple acte automatique : c'est une manière de prendre soin de soi, de se respecter et de soutenir son organisme dans ses fonctions essentielles.

L'activité physique, quant à elle, joue un rôle tout aussi crucial. Bouger régulièrement permet de renforcer le cœur, les muscles et les os tout en contribuant à la prévention de nombreuses maladies. Mais au-delà des bienfaits physiques, le mouvement libère aussi l'esprit. Il agit comme un exutoire, une façon de relâcher les tensions accumulées, d'éclaircir les pensées et de retrouver un sentiment de vitalité. Il ne s'agit pas nécessairement de performance ou de compétition, mais simplement de rester actif, à son rythme, avec plaisir.

La santé mentale mérite une attention particulière, souvent négligée dans nos sociétés axées sur la productivité. Le stress, l'anxiété et la fatigue émotionnelle peuvent affecter profondément notre bien-être global. Prendre le temps de se reposer, de se recentrer, de respirer et d'écouter ses émotions est essentiel.

Il est important de reconnaître que demander de l'aide n'est pas un signe de faiblesse, mais au contraire une preuve de lucidité et de courage. Le soutien social, les relations humaines et le sentiment d'appartenance sont des éléments clés pour maintenir un bon équilibre psychologique.

Par ailleurs, notre environnement influence grandement notre santé. La qualité de l'air que nous respirons, de l'eau que nous buvons ainsi que les conditions de vie et de travail ont un impact direct sur notre bien-être. Vivre dans un environnement sain, sécuritaire et stimulant favorise non seulement la santé physique, mais aussi l'épanouissement personnel. Cela nous rappelle que la santé n'est pas uniquement une responsabilité individuelle mais aussi collective.

Le repos et le sommeil sont souvent sous-estimés, alors qu'ils sont indispensables. Durant le sommeil, le corps se régénère, le cerveau trie les informations et les émotions, et l'énergie se restaure. Un manque de sommeil peut rapidement déséquilibrer l'ensemble de l'organisme, affectant la concentration, l'humeur



et même le système immunitaire. Prendre soin de son sommeil, c'est investir dans sa santé à long terme.

Il faut aussi reconnaître que la santé évolue au fil du temps. Elle n'est pas figée, mais change selon l'âge, les expériences et les circonstances. Apprendre à écouter son corps, à respecter ses limites et à s'adapter est une forme de sagesse.

La prévention joue ici un rôle essentiel : consulter régulièrement des professionnels de la santé, adopter de bonnes habitudes de vie et être attentif aux signaux du corps permet d'agir avant que les problèmes ne s'aggravent.

Enfin, la santé est intimement liée à notre manière de voir la vie. Une attitude positive, sans tomber dans l'illusion, peut influencer notre bien-être général. Cultiver la gratitude, apprécier les petits moments et maintenir un certain équilibre entre les obligations et les plaisirs contribue à une vie plus saine et plus riche de sens.

En somme, la santé est un état global qui demande attention, respect et engagement. Elle se construit chaque jour, à travers de petits gestes, des choix conscients et une écoute sincère de soi-même. Prendre soin de sa santé, c'est finalement prendre soin de sa vie dans ce qu'elle a de plus essentiel.

Philippe Cuillé



TERRASSEMENT EXCAVATION DÉNEIGEMENT

418 930.6149

terrassmentgmc.com



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

Les chicanes de clôture

Quand les limites de propriété deviennent source de conflits

On entend souvent l'expression « une chicane de clôture » pour parler d'un conflit entre voisins. Mais d'où vient cette expression?

À l'origine, la clôture représente la limite physique entre deux terrains. Lorsqu'il y a un désaccord concernant son emplacement, son entretien, son remplacement ou encore sa propriété, cette simple séparation peut rapidement devenir un point de friction entre voisins. Avec le temps, l'expression « chicane de clôture » s'est étendue à toutes sortes de querelles liées aux limites de propriété.

En immobilier, ces situations peuvent parfois prendre une tournure inattendue et ainsi réserver de mauvaises surprises aux propriétaires.

Une haie qui disparaît avant la prise de possession

Des acheteurs avaient eu un véritable coup de coeur pour une propriété. Parmi les éléments qui les avaient séduits : la cour arrière intime avec piscine, bordée d'une belle haie mature qui créait un écran naturel avec le voisin arrière.

Pour eux, cette intimité faisait partie intégrante de l'attrait de la maison. La promesse d'achat a donc été acceptée et la transaction suivait son cours.

Quelques jours avant la signature de l'acte de vente, les acheteurs sont passés devant leur future demeure afin de revoir les lieux. Quelle ne fut pas leur surprise de constater que la haie avait complètement disparu! Elle avait été coupée à ras le sol. Il ne restait que les troncs.

L'effet d'intimité qu'ils avaient tant apprécié venait de disparaître en quelques heures.

Après vérification, il s'est avéré que la haie n'était pas située sur leur futur terrain, mais bien sur celui du voisin. Ce dernier avait donc procédé à la coupe de la végétation qui lui appartenait.

Une situation difficile à accepter pour des acheteurs qui avaient déjà imaginé leur vie dans cette cour.

Une forêt remplacée par un nouveau quartier

Une autre situation illustre bien l'importance de regarder au-delà des limites immédiates d'une propriété.

Un propriétaire profitait depuis plusieurs années d'une magnifique vue arrière sur un secteur boisé. Cette forêt représentait pour lui un véritable prolongement de son terrain lui offrant tranquillité, nature et intimité.

Puis, un matin, de la machinerie est arrivée. Les arbres ont été abattus. Quelques mois plus tard, une nouvelle rue et un quartier résidentiel ont remplacé la forêt.

Même si le propriétaire n'avait aucun droit de propriété sur ces arbres, il avait perdu un élément qui contribuait grandement à la valeur émotionnelle, esthétique et même à la valeur marchande de sa maison.

Avant d'acheter, il faut regarder ce qui vous appartient et ce qui ne vous appartient pas

Lorsqu'on visite une propriété, on porte naturellement attention à la maison, à la cuisine, aux dimensions des pièces ou encore à l'aménagement extérieur. Toutefois, certains éléments qui influencent notre coup de coeur ne nous appartiennent pas nécessairement.

Une haie, une clôture, une rangée d'arbres ou une vue dégagée peuvent changer du jour au lendemain.

Avant de finaliser une transaction, il est donc pertinent de se poser quelques questions :

- À qui appartient la clôture entre les deux terrains?
- La haie qui procure l'intimité est-elle sur notre terrain ou celui du voisin?
- Les arbres que l'on apprécie sont-ils protégés ou peuvent-ils être coupés?
- Quelles sont les possibilités de développement sur les terrains voisins?
- Le certificat de localisation reflète-t-il bien les limites et les éléments présents?



Illustration source Pixabay

En immobilier, mieux vaut prévenir que guérir

Une propriété ne se résume pas uniquement à quatre murs. L'environnement qui l'entoure joue un rôle important dans notre appréciation d'un lieu.

Une belle vue, une cour intime ou une haie mature peuvent être des éléments qui font toute la différence, mais encore faut-il savoir s'ils font réellement partie de ce que l'on achète.

Comme dans plusieurs situations en immobilier, une bonne question posée au bon moment peut éviter bien des déceptions. Et parfois, elle peut même éviter une future chicane de clôture.

Carole Fortin
Courtier en immobilier

Bon à savoir avant d'acheter

Un certificat de localisation montre les limites du terrain et certains éléments physiques présents, mais il ne garantit pas nécessairement la propriété des clôtures, haies ou arbres. En cas de doute, mieux vaut poser les bonnes questions avant de signer.



Spécialités

- Pierre de toutes grosseurs
- Sable de remplissage
- Sable tamisé
- Terre végétale tamisée



Heures d'ouverture

Du lundi au vendredi, de 7 h à 16 h
Ouvert le samedi (sur demande)

www.sablierevalliere.com

Carrière - Rue de l'Escalade,
Ste-Brigitte-de-Laval (Québec) G0A 3K0

Tout près de chez vous !

VALLIÈRE EXCAVATION ENR.

418 825-2087

info@sablierevalliere.com

TOUT SOUS LE MÊME TOIT



- Transport machinerie lourde
- Test de sol - nivelage - drain
- Mur de pierres
- Terrassement
- Essouchage
- Déneigement

Installation septique et
traitement secondaire avancée
vous est offert



**Appelez-nous
dès maintenant!
418 825-2087**

Conseils de ta physio de famille



Source : <https://www.zeffy.com/fr-CA/ticketing/course-annuelle-sbdl-bouge-2>

SBDL bouge! Une nouvelle initiative citoyenne pour rassembler la communauté autour du plaisir de bouger

Sainte-Brigitte-de-Laval accueillera une toute nouvelle activité rassembleuse : SBDL bouge!, une course annuelle qui invite les citoyens de tous âges à venir courir, marcher ou simplement bouger ensemble dans une ambiance familiale et conviviale.

Prévue le 22 août prochain dès 9 h 30 au Trivent 1, cette première édition se veut avant tout une célébration de l'activité physique, du plaisir de se retrouver et

de créer des liens dans notre communauté. Un circuit balisé et sécurisé en boucle sera parcouru pendant un maximum de 60 minutes. Peu importe le rythme, la distance parcourue ou le nombre de tours complétés, l'objectif est simple : participer, s'amuser et bouger ensemble.

L'événement est pensé pour accueillir toute la famille : enfants, parents, grands-parents, sportifs aguerris ou personnes qui souhaitent simplement relever un nouveau défi. SBDL bouge!, met de l'avant une vision inclusive où chacun peut participer à son niveau.

Au-delà de l'activité physique, cette initiative a une mission communautaire importante. L'ensemble des profits générés sera réinvesti au bénéfice des jeunes de Sainte-Brigitte-de-Laval, notamment par le soutien à des projets scolaires et communautaires destinés à la jeunesse.

« Nous souhaitons créer un moment où les citoyens peuvent se rassembler, bouger et célébrer leur communauté. SBDL bouge!, c'est bien plus qu'une course : c'est une occasion de créer un rendez-vous annuel qui rassemble les familles autour de saines habitudes de vie », souligne l'équipe organisatrice.

Afin d'assurer le succès de cette première édition, l'organisation est également à la recherche de bénévoles pour diverses tâches liées à l'événement, notamment l'accueil des participants, la sécurité du parcours, le

ravitaillement et le soutien logistique. Les personnes intéressées à s'impliquer sont invitées à communiquer avec l'équipe organisatrice via la page Facebook.

Venez participer à cette première édition et contribuer à faire de SBDL bouge! un événement rassembleur pour toute la communauté.

Inscriptions : www.zeffy.com/fr-CA/ticketing/course-annuelle-sbdl-bouge-2



Détails :

www.facebook.com/SBDLbouge

Anne-Marie Violette, physiothérapeute

J'ai lu pour vous

Doris Tessier

La page manquante



Salomé est jeune et impétueuse. Elle aime la vie et choisit d'être chroniqueuse de voyages. Pour ce faire, elle se déplace aux quatre coins du monde.

Elle rencontre Édouard et développe une belle relation d'amitié.

Un jour, alors qu'elle est en compagnie d'Édouard, elle est prise d'un malaise qui va nécessiter son hospitalisation. Pour la maintenir en vie, le personnel médical va la mettre en coma artificiel. Lorsqu'elle se réveille, elle ne se souvient de rien.

Sa réhabilitation va se faire petit à petit et lui demander force et courage. Une chance que ses parents sont là pour la supporter ainsi qu'Édouard et Clarice sa grande amie.

Bien que le sujet ne soit pas particulièrement gai, c'est le désir de la voir s'en sortir qui prend toute la place et qui nous fait garder espoir.

Un livre prenant, qui nous touche profondément et qui nous fait déborder de compassion pour Salomé.

Bonne lecture!

INSTANTS d'ici

Cet été, ce qui se passe **ICI** mérite d'être vu. Découvrez nos capsules en direct et en ligne.

PRÉSENTÉ PAR

CCAP.TV

SUIVEZ-NOUS

YouTube Instagram Facebook Twitter

CALENDRIER MUNICIPAL

Sainte-Brigitte-de-Laval
Une vie au rythme de la nature

 Conservez ce calendrier

	DIMANCHE	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI
AOÛT							1
	2	3 Versement de taxes municipales	4	5	6	7	8
	9	10	11 Séance du conseil municipal	12	13	14 Fin Camp d'été	15
	16	17	18 Début Inscription Loisirs	19	20	21	22
	23	24	25	26	27 Rentrée scolaire Soyez vigilant et ralentissez!	28	29
	30	31 Fin Inscription Loisirs	1	2	3	4	5
SEPTEMBRE	6	7 Congé férié (Mairie et bibliothèque fermées)	8 Séance du conseil municipal	9	10	11	12 Début Activités Loisirs
	13	14	15	16	17	18	19
	20	21	22	23	24	25	26
	27	28	29	30 Collecte des résidus verts (dans le bac brun)			

Table des matières

Une grande amie nous a quittés.....	2
Pourvoirie du Lac Laflamme.....	3
14 ^e édition du Bob Open.....	4-5
Combien gagnent nos élus?.....	6
Rapport du maire.....	7-8-9
Votre Ville vous informe.....	10-22
Entrevue Centre Anima Luna.....	12
Société Saint-Vincent de Paul.....	13
Société d'histoire.....	14
Cercle de Fermières.....	15
Club FADOQ.....	16
Maison des jeunes La Barak.....	17
Centre de jour Feu Vert.....	17
Table de concertation aînés.....	18
La santé un capital précieux.....	19
Chronique immobilière.....	20
Conseils de ta physio.....	21
J'ai lu pour vous.....	21
Informations.....	23

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 Vételé, administratrice	

COLLABORATEURS

Jocelyne Clavet, montage
Marie-Andrée Renaud, montage
Clémence Verret, montage
Sabrina Turgeon Savoie, site Web
Ghislain Nadeau, site Web
Audrey Duchesne, publicité

Calendrier du Lavallois

Tombée	Sortie
2026	
02 septembre	11 septembre
30 septembre	09 octobre
04 novembre	13 novembre
02 décembre	11 décembre



COLLABORATEURS

Québec



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



Wilbrod Robert
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

Wilbrod Robert

418 661-9223 | wilbrodrobert.com

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

Carole Fortin

418 951-8856
Bureau: 418 666-5050
carolefortin.ca

REMAX

Horizon



Vous songez à déménager ?

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

Votre projet me tient à cœur, réalisons-le ensemble !

La combinaison futée!

Internet
100 Mbits/s

Télé
Forfait L'initial
35 chaînes



Gardez le sourire en ne
faisant aucun compromis
sur vos divertissements.

80 \$/mois*

CEAP



418.849.7125

*Certaines conditions s'appliquent