Fierté & appartenance

# LA VIE CHEZ NOUS

HIVER 2018 // Vol. 4 - nº8 // info@laviecheznous.a

Livré à 5 000 adresses et à plus de 10 000 habitants

# Édition des Fêtes

Crédit photo : Sylvie Portelance

Crédit photo : Carole Baillargeon

ESSM, UNE ÉCOLE VIVANTE ! ... p.8

NOËL AU VILLAGE, DESCHAMBAULT-GRONDINES... p.3

# JOYEUSES FÊTES À TOUS !

ACTUALITÉ .... p. 2

AFFAIRES .... p. 4

ÉVASION .... p. 6

CULTURE .... p. 10

Chambre de commerce secteur ouest de Portneuf

**POUR DEVENIR MEMBRE,**
visitez la section *Adhésion* au www.portneufouest.com

**La Chambre de commerce du secteur ouest de Portneuf, c'est environ 150 membres et de nombreux avantages exceptionnels.**

*la CCSOP vous souhaite un beau temps des Fêtes !*

**Consultez en ligne le répertoire complet des membres de la CCSOP qui se trouve à l'adresse suivante : portneufouest.com/chambre-de-commerce/membres**

Buro PLUS DEVIENT Hamster | Monburo.ca

VOTRE **PARTENAIRE** D'AFFAIRES RÉGIONAL
Livraison Service personnalisé
Et plus encore...
353, rue de l'Église, **Saint-Basile** QC G0A 3G0
1 877 929-2772 | commandeportneuf@monburo.ca
418 329-2772
www.monburo.ca
www.facebook.com/MonBuro.ca
PAPETERIE • CARTOUCHES • AMEUBLEMENT DE BUREAU

COOPÉRATIVE FUNÉRAIRE DE LA RIVE-NORD

**NOS BUREAUX**

| | |
|---|---|
| Saint-Marc-des-Carrières: 595, boul. Bona-Dussault | 418 268-3575 |
| Saint-Raymond: 209, rue Saint-Jacques | 418 337-1911 |
| Donnacona: 112, rue de l'Église | 418 285-1200 |
| Télécopieur: | 418 268-3852 / 418 337-1914 |
| Courriel: | info@cooprivenord.com |
| Site Web: | www.cooprivenord.com |

**NOS SALONS**
Deschambault, Donnacona, Grondines, Notre-Dame-de-Montauban, Notre-Dame-de-Portneuf, Saint-Alban, Saint-Marc, Saint-Raymond, Saint-Ubalde

Massothérapie
Christiane Perron
• Massage détente et thérapeutique
• Pressothérapie
• Nerf sciatique, tunnel carpien, douleurs musculaires, femmes enceintes, bébés...
REÇU POUR ASSURANCES • CERTIFICATS-CADEAUX
362, rue Principale, St-Alban
418 284-6698 ou 418 268-3111

LA VIE CHEZ NOUS

Ce journal est une œuvre collective qui permet de tisser des liens entre les habitants des 7 municipalités de l'Ouest de Portneuf. Nous souhaitons aller là où nos savoirs et nos passions rencontrent les vôtres.

Gens de l'Ouest de Portneuf, vous êtes la source de notre inspiration. Nous vous remercions de votre participation et de votre accueil incomparables. Vous faites aussi partie, sans contredit, de l'équipe de *LA VIE CHEZ NOUS.*

**La Vie Chez Nous : le journal en couleur *par et pour* les 10 000 habitants de l'Ouest de Portneuf**

**NOTRE ÉQUIPE**

MARIE-PIERRE **BOULIANNE**
**COORDONATRICE / VENTE**
info@laviecheznous.ca // 418 284-3711

EDITH **JULIEN**
**GRAPHISTE**
graphisme@laviecheznous.ca // 418 284-1090

JEAN-GUY **GAGNÉ**
**CHRONIQUEUR**

JEAN-PIERRE **NAUD**
**REPRÉSENTANT CCSO**
ccsop@portneufouest.com // 418 268-5447

SUZANE **DESAULNIERS**
**CORRECTRICE**
suzane_des@hotmail.com // 418 283-7010

**SUIVEZ-NOUS SUR FACEBOOK**
FACEBOOK.COM/LAVIECHEZNOUS

**Pour nous partager une nouvelle ou réserver un espace publicitaire, contactez-nous :**

- info@laviecheznous.ca
- 418 284-3711
- laviecheznous

**PROCHAIN NUMÉRO**
Surveillez notre page Facebook

Chambre de commerce secteur ouest de Portneuf

**La Chambre de commerce & ses membres**

Par Jean-Pierre Naud

# DIVERSIFIER NOS SOURCES D'ÉNERGIE

En 2013 la chambre de commerce accompagnait la municipalité de Saint-Gilbert dans la conversion du chauffage au mazout importé d'outre mer par du copeau de bois (biomasse) produit localement.

Quatre ans plus tard, Saint-Gilbert est passé du doute à la fierté. Plus de 90% du mazout a été éliminé, l'église est chaude et les retombées économiques sont locales. La production de chaleur avec du bois n'est pas nouvelle, mais seulement la façon de faire a évolué, car le foyer est alimenté en copeaux de façon autonome et en continu par une vis sans fin automatisée. Suite à cette expertise, un atelier pour démystifier les étapes à suivre a été mis sur pied. Des gens de partout au Québec : ingénieurs, maires, responsables de bâtiments institutionnels et même des groupes scolaires viennent à Saint-Gilbert pour en savoir plus sur cette façon de produire de la chaleur.

Cette réalisation a maintenant des répercussions: Pro-métal de Deschambault, impliqué dans le projet de Saint-Gilbert et Saatotuli, une entreprise finlandaise mettent en commun leur savoir-faire afin de produire des systèmes de chauffage commercial à la biomasse pour l'Amérique du Nord.

Toujours dans le domaine de l'énergie la chambre de commerce a été porteuse du prolongement du réseau de gaz naturel dans l'ouest de Portneuf vers Saint-Marc-des-Carrières, un projet de $ 9,2 millions. Le gaz naturel permet l'accès à un combustible plus propre dans nos industries et de plus, une réduction des couts d'énergie rendra nos entreprises plus concurrentielles. D'autres projets en relation avec l'énergie sont en développement à la chambre de commerce. À suivre.

# RETOUR DANS LE TEMPS ET PORTRAIT D'UNE RÉUSSITE.

## Comment faire pour annuler les pertes d'emplois dues aux fuites commerciales vers les grands centres ?

Voilà une question qui était d'actualité il y a déjà 20 ans. Une partie de la solution, exprimée par les organisations locales incluant la chambre de commerce, était de développer une offre touristique de qualité et de devenir une destination reconnue. Le projet, développer les gorges de la rivière Sainte-Anne ainsi que le secteur du lac Long et Montauban considérés comme des secteurs reconnus pour leurs très forts potentiels depuis des lunes.

Maintenant, ce territoire porte le nom de Parc Naturel Régional de Portneuf et voici quelques chiffres :

70 km de sentiers pédestres, 8 chalets locatifs, 2 refuges, 14 prêts-à-camper, 130 espaces de camping, 40 embarcations locatives. La croissance en 2017 était de 24 %, en 2018, de 24%, 50 000 utilisateurs visiteurs et 23 employés durant la saison forte.

Provenance des clients: 25% Portneuf, 35% Québec et la province, 40 % Montréal et l'international.

***Impressionnant !***

## NOUVEAUX ADMINISTRATEURS A LA CHAMBRE DE COMMERCE DE L'OUEST

**Audrey Pellerin,**
***Animation DivertDance***
**&**
**André Labbé,**
***À Chacun sa bière.***

# VICTOIRE DE FRANÇOIS LEGAULT ET DE LA CAQ, L'IMPACT SUR VOS FINANCES.

Par Jean-Guy Gagné

Dans son édition du 2 octobre, le quotidien numérique La Presse (ils étaient prêts pas à peu près...) mentionne que ce nouveau gouvernement aura un impact important principalement sur vos finances personnelles. Ça, bien entendu s'ils tiennent leurs promesses! Notre poète national, Félix Leclerc, chantait : «*la veille des élections, il t'appelait mon fiston, le lendemain il avait oublié ton nom...*»

Le parti de François Legault a fait des promesses pour 2,7 milliards dont une bonne partie est destinée aux familles. Donc les familles ayant un revenu supérieur à 51 300 $ et dont les enfants fréquentent une garderie n'auront plus à débourser jusqu'à 18,90 $ par jour. Dorénavant, toutes les familles paieront 8,05 $ par jour.

Il y aurait bonification du programme de soutien aux enfants. La nouvelle allocation famille consistera en un versement de 1 200 $ pour un ménage ayant deux enfants et de 2 400 $ pour ceux qui en ont trois. À noter que les familles gagnant plus de 107 000 $ annuellement n'y auront pas droit.

La taxe scolaire sera modifiée pour être uniforme partout au Québec, ce qui représenterait un investissement de 700 millions de dollars.

CAQ

Enfin, le crédit d'impôt pour aidants naturels sera doublé pour atteindre 2 500 $ par an. Quant à eux, les enfants de moins de 18 ans auront droit à une couverture de 250 $ pour deux ans s'ils ont besoin de lunettes.

**Croisons-nous les doigts !**

Source : lesaffaires.com

FONDS de développement économique LAPRADE PORTNEUF INC.

Nous croyons qu'il est essentiel pour le développement de votre entreprise d'avoir un financement adéquat.
Vous êtes limité par votre institution financière?
Un organisme de chez vous, par des gens de chez vous.

FINANCEMENT DES ENTREPRISES
418 268-5551

# LE PASSAGE D'UNE VEDETTE QUÉBÉCOISE AU VIEUX BARDEAU

**C'est auprès de plus d'une centaine de fans que JÉRÔME COUTURE fit son entrée sur la scène du Vieux Bardeau à Deschambault-Grondines samedi le 6 octobre dernier.**

Un spectacle enivrant à la hauteur des attentes de son public. Nous avons surtout connu Jérôme grâce à son passage à l'émission télévisée *La Voix* mais c'est avec une authenticité et un charme incroyable qu'il nous a livré une soirée mémorable. « *Nous allons être obligés de revenir l'an prochain!* », s'est-il exclamé en fin de spectacle alors que la foule lui demandait un rappel. C'est donc dans une ambiance plutôt intime et chaleureuse de la magnifique salle de spectacle du Vieux Bardeau que la soirée s'est terminée par une séance d'autographes et de photographies avec le chanteur.

**Pour surveiller la venue des prochains groupes et chanteurs d'exception, consultez Facebook de l'Hôtel Au Vieux Bardeau ou par téléphone 418 286-3812.**

# UN SUCCÈS POUR LE SALON DES ARTISANS DE NOËL DE SAINT-CASIMIR

**Le 3 et le 4 novembre dernier a eu lieu à l'hôtel de ville, le 19e salon des artisans de Noël de Saint-Casimir. Cette 19e édition fut encore un succès. Une très belle qualité d'artisans diversifiés et un achalandage digne des meilleurs salons.**

Le cercle des fermières de Saint-Casimir a fait un très bon travail ainsi que les cuisinières au service de repas. Ce salon est l'un des premiers du genre à avoir rassemblé plus de 50 artisans en un même lieu. Par la suite, plusieurs autres salons sont nés dans plusieurs municipalités.

C'est au nom du comité d'embellissement que les 16 premiers salons ont eu lieu depuis 3 ans. Le salon permet au cercle des fermières de faire un peu de profit pour leur groupe.

«*Nous choisissons toujours la première fin de semaine de novembre pour être dans les premiers à avoir lieu. Nous offrons donc la chance aux visiteurs d'acheter leurs cadeaux de Noël à notre salon* », mentionnait Lyse Brochu, organisatrice de l'événement.

L'an prochain, le salon fêtera son 20e anniversaire.

# VENEZ FÊTER NOËL AU VILLAGE DE DESCHAMBAULT-GRONDINES

C'est dimanche le 16 décembre prochain que se déroulera entre 10 h et 16 h le marché de Noël de Deschambault-Grondines. Lors de cet évènement festif, les étals des producteurs du secteur agroalimentaire seront regroupés au cœur du village de Deschambault. Les bénévoles du Club Lions de Deschambault-Grondines procéderont à leur vente annuelle de pâtisseries au Vieux Presbytère de Deschambault, alors que 17 artisans ou auteurs de la région présenteront leur production récente au Moulin de La Chevrotière.

Autres commerces locaux participants au cœur du village de Deschambault: Julie Vachon Chocolaterie, La p'tite Brûlerie, La Sucrière, Magasin général Paré, Souris Des Champs.

Le Moulin de la Chevrotière est situé au 109, rue de Chavigny à Deschambault.

## Nomination et meilleure des chances

**Pascal Rochette, Directeur maintenance est maintenant au poste de Directeur de l'Aluminerie de Deschambault**

Pascal succède à Jean-Yves Carrier, précédemment Directeur de l'Aluminerie de Deschambault.

RBQ : 1622-3968-18
4129-260314
LES ENTREPRISES ELECTROBLAIS LTÉE
ENTREPRENEUR ÉLECTRICIEN
RÉSIDENTIEL - COMMERCIAL
INDUSTRIEL - AGRICOLE
1334, boul. Bona-Dussault, St-Marc-des-Carrières
418 286-8037

CHAMPAGNE ET MATTE
ARPENTEURS/GÉOMÈTRES
arpentagemc.com
295, rue Gauthier
Saint-Marc-des-Carrières
Tél.: 418 268-5669
SANS FRAIS : 1 844 344-5669
info@arpentagemc.com
Un service professionnel à la hauteur de vos attentes !

Les Entreprises AM Massicotte Électrique inc.
Entrepreneur électricien
• Résidentiel • Commercial • Industriel • Agricole
Alexandre Massicotte, *Maître électricien et propriétaire*
• Service de nacelle
• Entrée électique
• Changement d'entrée
• Rénovation
• Émondage
St-Casimir • Tél. : 418 216-2058 • Cell. : 418 283-2661
a.massicotteelectrique@hotmail.com
www.amassicotteelectrique.com
Corporation des maîtres électriciens du Québec
RBQ : 5671-7432-01

Résidentiel • Commercial • Industriel
PLOMBERIE O. DURIVAGE INC.
418 284-2408
CMMTQ
RBQ 5677-9432-01
Prop. Olivier Durivage
Deschambault
podurivage@hotmail.com

# L'IMMIGRATION OUI C'EST POSSIBLE MAIS...

Par
Marie-Laure
Eude-Le Dorze

Les entreprises de la région de l'ouest de Portneuf font face au problème crucial de la pénurie de main-d'œuvre. Pour pallier ce problème, une des solutions est de se tourner vers le recrutement d'une main-d'œuvre immigrante. Seulement, il ne suffit pas de le dire, il faut avoir la capacité de le faire.

Les questions à se poser portent sur la capacité à intégrer socialement et professionnellement les nouveaux arrivants : est-ce que le conjoint ou la conjointe a la possibilité de travailler dans la région ? A-t-on les infrastructures adéquates pour attirer et accueillir une famille ? Comment peut-on impliquer nos citoyens dans l'accueil des nouveaux arrivants ? Est-ce que le nouvel arrivant a déjà une expérience de vie en milieu rural dans son pays initial ? Il est important de ne pas négliger cette familiarité.

Certains nouveaux arrivants ont tendance à choisir l'entreprise qui a répondu favorablement à leur candidature plutôt que choisir le lieu dans lequel ils aimeraient s'établir. Il faut les deux, car un immigrant qui provient d'une ville aura généralement un sérieux problème à s'intégrer dans un milieu rural. Après avoir réfléchi et trouvé les réponses à ces questions, il est nécessaire de procéder à la planification de l'accueil et de l'intégration du nouvel arrivant. La planification doit tenir compte de plusieurs facteurs pour un accueil et une intégration réussis. Cela commence par faire appel aux bonnes ressources, c'est-à-dire des professionnels qui possèdent une expertise reconnue en gestion de la diversité culturelle. Trop souvent nous commettons l'erreur de penser qu'une personne issue de l'immigration est automatiquement spécialiste en immigration de par son vécu d'immigré. Est-ce que le fait de parler français fait de nous un bon prof de français ? L'intervenant se doit d'avoir une vision globale de la culture nationale et organisationnelle, et de posséder une expertise et des références vérifiables.

Quand on parle de bonnes ressources, on fait également référence aux firmes qui ont pour mission de recruter à l'étranger. Quelles sont leurs références ? Quelles sont leurs connaissances du pays d'où proviennent les immigrants ? La toute première question que l'on doit se poser avant de faire appel à une main-d'œuvre étrangère : veut-on aller chercher des bras ou plutôt des individus qui deviendront des citoyens à part entière ?

La rétention passe avant tout par un projet collectif où l'accueil et l'intégration sont pris en charge par les citoyens et les acteurs sociaux économiques avec un regard de l'immigrant comme un individu et en se positionnant comme son égal tout en restant intègre avec soi-même. L'accueil doit être basé avant tout sur une relation authentique, incluant le partage d'une culture commune et une ouverture à l'autre sans pour autant s'oublier soi.

Marie-Laure Eude-Le Dorze est consultante et a une expertise pointue dans la gestion de la diversité, l'approche par compétence et la gestion de la relève.

Les FINANCES

# LA BOURSE POUR LES NULS

**À la demande générale, je débute aujourd'hui une nouvelle chronique financière. J'ai cherché un titre original mais pourquoi tenter de réinventer la roue ?**

Par
Jean-Guy
Gagné

Tout le monde a entendu parler des marchés boursiers, mais peu sont ceux qui savent vraiment leurs fonctionnements. Sur nos ordinateurs ou nos tablettes il est facile de taper «Bourse», mais des termes comme TSX, indices boursiers, obligations ou actions peuvent sembler plus complexes. Je tenterai de démystifier et surtout de vulgariser ces sujets.

Chaque parution aura un sujet particulier. Débutons aujourd'hui avec quelques définitions.

Les marchés boursiers sont des marchés sur lesquels sont négociés des instruments financiers : actions, devises, obligations, etc. Ces marchés, comme tout autre marché, sont dominés par la loi de l'offre et de la demande : si un titre est très recherché, son prix monte, car il y a de nombreux acheteurs. Si le titre baisse, cela signifie qu'il y a plus de vendeurs sur les marchés que d'acheteurs.

Ces marchés permettent aux entreprises de financer leurs activités en vendant des parts de leur capital sous forme d'actions. D'autre part, ils donnent l'occasion aux investisseurs de participer au capital d'une société et également de percevoir un dividende advenant que l'entreprise fasse assez de bénéfices pour en verser.

Il y a beaucoup plus de marchés boursiers qu'on peut l'imaginer : le marché classique des actions, mais aussi les marchés pour les matières premières, comme le pétrole et l'or, les marchés des indices, comme le TSX canadien et le S&P 500 américain, le marché des devises pour le dollar ou l'euro, les marchés des produits dérivés, etc.

Les participants aux marchés boursiers : ces marchés permettent aux particuliers d'investir, dans l'espoir de faire des gains sur la hausse des titres qu'ils achètent. Hormis les particuliers, les acteurs les plus importants sont les fonds d'investissement (fonds mutuels), les assureurs, les grandes institutions étatiques (Caisse de dépôt et placement du Québec) ainsi que les régimes de retraite publics et privés. Sur les marchés on peut distinguer deux types d'acteurs : les acheteurs sont des personnes ou des entités qui achètent des titres. Tous achètent dans l'espoir de les vendre à un prix plus élevé, faisant ainsi un profit.

Au même moment, un vendeur est une personne ou une entité qui vend un titre, car il ou elle pense que le titre va connaître une baisse ou qu'il ou elle considère avoir assez fait de gain et désire encaisser son profit.

À la prochaine parution, je m'attarderai au fonctionnement des marchés boursiers.

Depuis plus de 50 ans
BÉDARD GUILBAULT INC.
Société de comptables professionnels agréés
1885, boulevard Bona-Dussault, Saint-Marc-des-Carrières
418 268-3334 | www.bedardguilbault.qc.ca

VOUS AVEZ BESOIN...
...d'orientation ou de réorientation de carrière ?
...d'un bilan de compétences ?
...de valider un choix de formation ?
...de briser l'isolement ?
...d'un accompagnement en emploi ?
...de soutien dans votre démarche de recherche d'emploi ?
Nous offrons des services professionnels pour que vous puissiez prendre les choses en main, réfléchir pour mieux repartir, améliorer votre qualité de vie et vous préparer à travailler.
Venez nous rencontrer !
Services d'aide à l'emploi
L'APE SERVICES D'AIDE À L'EMPLOI PEUT VOUS AIDER
Québec
DONNACONA - APE SERVICES D'AIDE À L'EMPLOI
portneuf@ape.qc.ca | www.ape.qc.ca | 418 285-0285

## 16 NOUVELLES PLACES DISPONIBLES

# À LA GARDERIE L'ENVOL DE ST-MARC-DES-CARRIÈRES

Par
Marie-Pierre
Boulianne

Un bon matin, Kim Gagné se promenait à Saint-Marc-des-Carrières. Passant près de l'église, elle aperçut une bâtisse commerciale à vendre. Elle eut la vision *« j'achète et j'en fais une garderie »*. Après des études de marché, une analyse du milieu et toutes les rénovations nécessaires, le projet put voir le jour en septembre 2017. Depuis ce temps, la garderie ne fait qu'agrandir et innover. La garderie était à sa pleine capacité (30 places), mais vient d'être approuvée pour une capacité de 46 places, et ce, tous âges confondus. La garderie, qui est privée, est au coût de 38 $ par jour, mais avec le retour anticipé gouvernemental, cela ne coûte pas plus cher qu'une garderie publique. La garderie a des groupes de 18 mois et moins, 18 à 36 mois, 36 à 48 mois et 4 à 5 ans. Elle possède aussi son cuisinier sur place. Ce qui est bien avec cette garderie, c'est que ce n'est pas juste une garderie : Kim Gagné, propriétaire, et Sonia Trépanier, directrice générale, ont à cœur d'accommoder et d'aider les parents dans le besoin. C'est ce qui a motivé l'intégration d'un service de garde adapté aux parents qui travaillent de soir et de fin de semaine.

La garderie possède un service identique à celui de jour, mais de soir et de fin de semaine. *« Ceux qui travaillent sur des heures non conventionnelles doivent se débrouiller et avoir recours aux grands-parents pour garder ou tout autre recours un peu par-ci, par-là ! Nous devons offrir un service pour ces gens »* lance Kim Gagné. Le service coûte 40 $ par jour. On peut même appeler la veille ou le matin pour un dépannage. Par contre, il faut s'inscrire à l'avance. Ceci n'est qu'un exemple de ce que cette garderie offre. Elle se veut aussi une ressource et une aide pour les parents. Sonia Trépanier, directrice générale de la garderie, a laissé le milieu du CPE pour venir travailler à la garderie l'Envol. Elle détient 18 ans d'expérience en CPE. Elle demeure dans l'ouest de Portneuf et connait les enjeux de la campagne. *« Si des parents viennent me voir, inscrits ou non à la garderie, je ferai de mon mieux pour les diriger vers les bons programmes ou les bonnes ressources disponibles. Avec notre expérience, nous détenons beaucoup d'outils et de contacts. Pourquoi ne pas en faire profiter les parents dans le besoin »*, mentionne Sonia Trépanier.

Que ce soit pour la recherche de financement pour les frais de garderie, les demandes au niveau des employés internationaux ayant des enfants, etc., la garderie supporte les parents dans toutes les démarches nécessaires. Ce qui est important aussi de mentionner c'est que le service pour les poupons est adapté pour chacun d'eux. La garderie sait que chaque poupon est différent et a des besoins différents. Il y a donc une routine personnalisée pour chaque poupon. Ils ont une flexibilité pour les sécuriser. Si certains s'endorment juste dans les bras, tout le temps nécessaire sera donné et ce sera fait.

En conclusion, ce que j'ai pu voir à cette garderie, ce sont des gens passionnés, qui ont à cœur le bien-être des enfants, et qui ont à cœur l'entraide. S'ils peuvent apporter quelque chose à qui que ce soit, croyez-moi ils le feront, allez les rencontrer et visitez la garderie, ça vaut vraiment la peine !

**Nos horaires sont maintenant plus FLEXIBLES!**

Garderie
L'ENVOL
Saint-Marc-des-Carrières

- Pouponnière / prématernelle (0-5 ans)
- Éducatrices expérimentées et diplômées
- Heures prolongées (6 h 30 à 18 h 30)
- Lieux vastes et sécuritaires
- Programme éducatif/sorties et activités thématiques
- Repas équilibrés
- Possibilité de remboursement d'impôt anticipé

**Réservez vite !**
**Places limitées !**

Horaire de jour
Horaire de soir
Fin de semaine
Service de dépannage

INFORMEZ-VOUS!
581.994.4395

1078, avenue Principale
Saint-Marc-des-Carrières
(Québec) G0A 4B0

Crédit photo : Denis Baribault

# UN NOUVEAU CAFÉ CULTUREL A PIGNON SUR RUE À SAINT-CASIMIR

**Le Café RINGO, un nom choisi pour faire sourire, contribue ainsi à l'essor de la région Portneuvoise, un lieu où l'offre artistique et musicale de qualité jouit d'une réputation maintenant indéniable.**

L'établissement prend place au 175, rue Tessier Est. Le Café RINGO est fondé par Jane Ehrhardt, Simon Paradis et Aaron Bass, trois expatriés de la Ville de Québec, bien ancrés dans le milieu de la musique et des arts visuels.

Attirés par le bouillonnement et le renouveau ayant cours à Saint-Casimir, les trois co-fondateurs puisent dans leur expérience dans le milieu pour redonner un coup de pouce à l'offre culturelle de la région. Au menu, cafés de toutes sortes, bagels, muffins, galettes, beiges, etc. Les heures d'ouverture sont du jeudi au dimanche de 8 h à 17 h.

Pour connaître la programmation complète, voir notre section événement du journal ou visitez la page Facebook du café Ringo.

Céline Mercier
Physiothérapeute
RÉÉDUCATION
PELVI-PÉRINÉALE
28 ans d'expérience

Pertes d'urine à l'effort
Post accouchement
Post prostatectomie
Descente de vessie
et autres
Douleur
lors des relations sexuelles

418 326.3271
celinemercier222@gmail.com
265, boul. Dussaut
St-Marc-des-Carrières G0A 4B0

# LE TRIO DERY ARRIVE EN VILLE !

**DERYtelecom a récemment lancé le service Internet haute vitesse 30/10, la télévision numérique et la téléphonie dans plusieurs municipalités de l'Ouest portneuvois. L'entreprise mise sur l'excellence de son service à la clientèle. La preuve : vos appels sont répondus rapidement, efficacement et pris en charge au Québec par des gens d'ici.**

Voilà bientôt 65 ans, l'entreprise débutait ses activités dans un petit local de Saint-Raymond. Depuis, l'entreprise est devenue le 3e câblodistributeur en importance au Québec. Pas étonnant puisqu'elle a comme objectif d'offrir le meilleur rapport qualité-prix et des services tels qu'on en retrouve dans les grands centres.

Concrètement, ce que DERY offre, c'est un service adapté à vos besoins, sans poudre aux yeux. Vous pouvez donc obtenir un trio performant de 300 Go de données par mois, 1000 minutes d'interurbains au Québec et plus de 100 chaînes télé à la base incluant votre télé locale CJSR.

Obtenez un forfait à votre image et à votre goût au 1.866.544.3358, option 2. Informez-vous sur le Trio généreux à 89,90$ par mois pendant 24 mois! Pour toute question technique, le service de soutien téléphonique est disponible en tout temps, 24 heures sur 24.

DERY est fermement engagée à assurer le dynamisme des communautés et appuie les initiatives du milieu. C'est pourquoi elle a remporté plusieurs prix pour sa contribution au développement économique régional.

Suivez-les sur Facebook et au derytele.com

Plus généreux avec vous!

Trio à partir de
89,90$*
/mois pendant 24 mois
Installation gratuite

Plus de 100 chaînes télé
Internet 30 avec 300 Go de données par mois
1000 minutes d'interurbains au Québec et 3 options

Maintenant disponible à Saint-Ubalde, Saint-Casimir, Saint-Thuribe et Deschambault

Abonnez-vous au 1.866.544.3358

*Offre applicable à l'abonnement à un forfait Trio 30/10. Le tarif régulier mensuel s'applique au 25e mois. Des frais additionnels de 2,50$ par Go supplémentaire utilisé seront facturés chaque mois, jusqu'à concurrence de 30$/mois. Le service de téléphonie ne permet pas l'utilisation d'autres services interurbains que ceux de DERYtelecom. Frais d'activation, TPS, TVQ et frais 911 en sus. Là où la technologie le permet. D'autres conditions s'appliquent.

DERY telecom

# BOUQUETS & BOUQUINS OUVRIRA SOUS PEU À SAINT-UBALDE

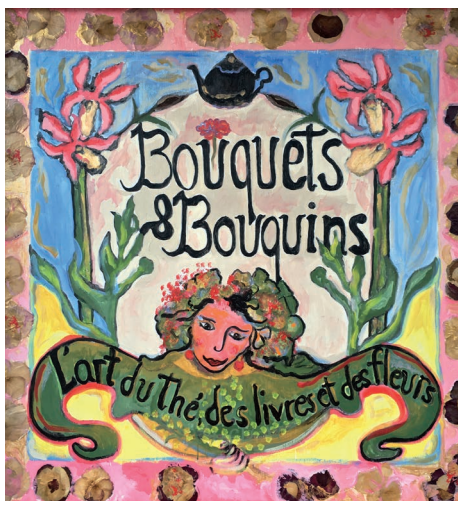
Mélanie-Rose Cantin prévoit ouvrir son commerce au début de janvier au 405, rue Saint-Paul, à Saint-Ubalde.

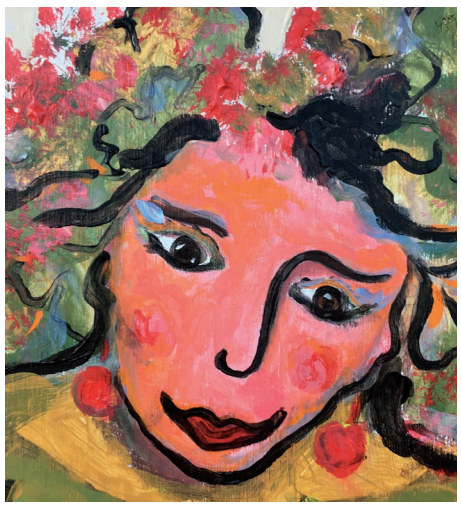
En premier lieu, la boutique se spécialisera dans la vente de bouquets et d'arrangements pour urne funéraire. Mélanie-Rose possède une formation en arrangements floraux et elle veut en faire profiter son petit coin de pays. Un service de livraison sera aussi offert sur tout le territoire de l'ouest de Portneuf ainsi que Notre-Dame-de-Montauban, Lac-aux-Sables, Saint-Adelphe, Sainte-Thècle, Saint-Tite, Portneuf, et Sainte-Anne-de-la-Pérade. En deuxième lieu, Mélanie offrira un service de thé sur place.

Elle possède aussi une formation de l'école de Thé de Camellia Sinensis. Elle veut donc offrir le thé en bonne et due forme. Quoi de mieux que de lire un bon livre en dégustant un bon thé, la boutique détient un inventaire important de livres récupérés qu'il sera possible de lire sur place ou d'acheter. Romans, livres pour enfants, en passant par le mieux-être, il y en aura pour tous les goûts. Le café sera aussi offert. Mélanie-Rose aimerait que son commerce devienne un lieu de rencontre pour les parents. Des livres et des jouets pour enfant seront disponibles. On pourra donc y relaxer tranquille pendant que les enfants jouent et s'amusent de leur côté. Les heures d'ouverture seront du mercredi au vendredi de 10 h à 17 h 30, le samedi de 12 h à 17 h, et les dimanches, lundi, mardi sur rendez-vous.

En bref, Bouquets et Bouquins c'est : l'art du thé, des livres et des fleurs, un salon de thé convivial, une bouquinerie, et un service complet d'art floral. Lors de la journée d'ouverture officielle, soit le 6 janvier 2019 dès 13 h, Mélanie-Rose vous servira des galettes des Rois et offrira des cadeaux pour les enfants, une dégustation de thé gratuite, ainsi que des bouquets apéro à 10 $.

Un spécial pour la Saint-Valentin : en boutique, il y aura les roses de la ferme Rosaprima. Il s'agit d'une ferme de très grande qualité dont les fleurs ont été primées et sont d'une grande beauté. Les personnes qui commanderont un bouquet de plus de 50 $ auront la livraison gratuite sur les territoires de Mékinac, des Chenaux et de l'ouest de Portneuf, s'ils commandent leur bouquet avant le 1er février 2019.



# QUAND LE SUICIDE GAGNE LES CAMPAGNES !

Cette année France Bleu Vaucluse a réalisé un dossier sur le suicide des agriculteurs en France et le constat est alarmant! C'est la catégorie socioprofessionnelle la plus à risque. La surmortalité par suicide chez les agriculteurs est 20 à 30 % supérieure à la moyenne de la population, de déclarer France Bleu. En 2016, le nombre de passage à l'acte a été multiplié par trois.

France Bleu précisait alors en février dernier : *« Le phénomène n'est pas nouveau : depuis les années 1960, plusieurs analyses sociologiques indiquent que les agriculteurs se suicident davantage que les autres catégories socioprofessionnelles. Le suicide est la deuxième cause de décès pour cette population, après le cancer. Depuis quelques années, le secteur agricole connaît des crises permanentes (chute du prix du lait, grippe aviaire, aléas climatiques, baisse des revenus, dégradation des conditions de vie et de travail...) et la détresse morale a gagné les campagnes ».*

Il est constaté qu'en 2016, en France, le nombre d'appels à l'aide a plus que doublé sur le numéro vert Agri-Écoute de prévention du suicide mis en place en 2014 par la Mutualité sociale agricole. Les appels sont passés à 2,664 contre 1,219 en 2015. Et le nombre de passage à l'acte a été multiplié par trois : un agriculteur se suicide tous les deux jours en France.

Plus de huit cas de suicides sur dix concernent des hommes et les deux tiers des agriculteurs morts par suicide sont âgés de 45 à 65 ans selon les dernières études. L'endettement est considéré comme l'une des principales causes liées à ces suicides. La production laitière et l'élevage bovin sont les secteurs les plus touchés, avec une surmortalité par suicide de 52 % chez les hommes.

**Et le suicide dans le monde agricole au Québec ?**

En septembre 2017, Laurent Lessard alors ministre de l'Agriculture déclarait au HuffingtonPost : *« Pour les agriculteurs, comme pour tout autre groupe de population, la santé mentale et le suicide sont des problématiques complexes. On ne peut associer une hausse ou une baisse du taux de suicide à une seule explication. Les efforts de prévention et d'intervention en matière de santé mentale et de suicide doivent tenir compte du contexte dans lequel évoluent les agriculteurs ».*

Il rappelait aussi que certaines initiatives ont été mises en place depuis quelques années pour briser cet isolement. *« À titre d'exemple, l'Union des producteurs agricoles a formé, en partenariat avec l'Association québécoise de prévention du suicide, en un an 600 sentinelles pour repérer les signes de détresse psychologique chez les agriculteurs ».*

Source : La vie agricole/http://lavieagricole.ca/5100/

**Certains agriculteurs confiaient à l'automne 2017 au HuffPost Québec que la décision du gouvernement fédéral d'importer 16 000 tonnes de fromages fins d'Europe sous l'Accord de libre-échange Canada-Union européenne risque d'accroître la pression sur les producteurs d'ici.**

**À l'heure où la gestion de l'offre est aussi mise à mal par nos voisins américains, la tension dans le secteur du lait devrait être encore plus forte au fil des mois et le soutien et l'intervention des gouvernements encore plus cruciale.**

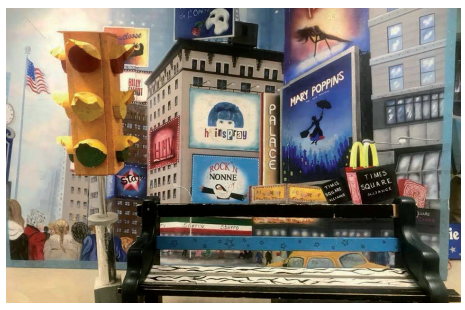
**Pour trouver de l'aide si nécessaire, il existe la ligne 1-866-APPELLE disponible 24h/7 pour tous.**

PRO-Métal plus
Soudage et entretien industriels

## Les écoles chez nous...

# UN AUTOMNE COLORÉ ET DYNAMIQUE À L'ESSM!

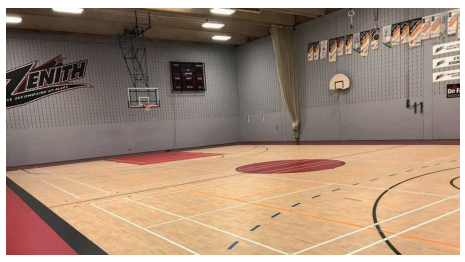
C'est sous le thème *«New York»* que les 403 élèves ont été accueillis à l'école secondaire de Saint-Marc en août dernier. Le comité *«sauveteurs de la rentrée»* a salué les étudiants de première secondaire en proposant des jeux qui aident à briser la glace et des simulations pour aider les jeunes à trouver leurs locaux. Les sauveteurs de la rentrée sont une référence durant toute l'année pour les nouveaux arrivants et particulièrement durant la première semaine où ils ont revêtu un gilet rouge comme les *«sauveteurs/lifeguard»* afin d'être bien repérés!



Le 20 septembre, plus de 100 élèves ont assisté à la 2e édition du *«bal de la rentrée»*. Pour l'occasion, la place publique a subi une transformation: éclairage architectural, espace *«lounge»*, coin ping-pong, dj, bar sans alcool ont permis aux étudiants de célébrer le début des classes.

Le 9 octobre, 75 élèves ont eu la chance de visiter le village *«hanté»* québécois d'antan lors d'une sortie parascolaire. Pas un, mais deux autobus se sont rendus à destination pour une troisième année consécutive. Puis, un comité formé d'étudiants de secondaire 1 à 5 a créé le local *«hanté»* pour souligner la fête de l'Halloween. Le terrifiant *«ascenseur»* aménagé spécialement pour l'occasion transportait les visiteurs jusqu'au local principal. Le local hanté, c'est plus de 15 comédiens déguisés, de l'éclairage DEL, de la brume et neuf scènes thématiques. La visite était gratuite et les visiteurs ont eu droit à une surprise sucrée à la fin du parcours.

La soirée *«portes ouvertes»* de l'ESSM *«tellement vivante»* a eu lieu le jeudi 8 novembre. Plus de 140 visiteurs ont fait la tournée proposée par les membres du personnel accompagnés d'élèves. Les futurs étudiants ont eu la chance de découvrir la vie de notre école : prestation de danse, *«match»* de basket (en prime l'équipe du Zénith remporte la partie — youppi!), pratique de natation, essai des robots *«sphero»*, élèves en création dans les classes d'art, dévoilement de la nouvelle serre, rencontre des enseignants, visite des classes, tirage de 400 $ en prix grâce au SCP et j'en passe! . L'activité est proposée aux 2 ans. Ce sont donc des élèves de 5e et 6e année accompagnés de leurs parents que nous avons reçus lors de cette soirée découverte.




Les équipes sportives du Zénith ont été formées : L'ESSM compte 4 équipes de volleyball, 8 équipes de basketball, 1 groupe de natation et 1 équipe de hockey sans oublier 2 troupes de danse. La nouveauté 2018 : la ligue scolaire des sports électroniques *«esport»*. Afin d'en faire la promotion chez les jeunes, tout en s'assurant qu'ils développent leur passion dans un contexte de bonnes habitudes de vie, la Fédération québécoise des sports électroniques (FQSE) lance officiellement la première saison de sa Ligue Cyber Espoirs (LCE) à l'intérieur même d'écoles secondaires et de cégep.

Une trentaine d'élèves se préparent également en vue du spectacle de variétés de l'école qui sera présenté les 21 et 22 février prochains, le 22 février étant la finale locale de secondaire en spectacle. En décembre, l'Ampli de Québec rencontrera gratuitement les artistes afin de les guider et les aider à peaufiner leur numéro en vue de la finale.

Cours de chant et de photographie sont également offerts cet automne en parascolaire.

Durant toute l'année, la vie étudiante en collaboration avec les conseils des élèves propose les journées costumées et les vendredis animés. En octobre, nous avons fait une journée en Rose pour sensibiliser les jeunes au cancer du sein.

L'année 2018 se terminera avec une journée animée le vendredi 21 décembre : disco, bingo avec plus de 800 $ en prix, défis de classes et confrontation prof-élève en natation.

**C'est pourquoi nous pouvons dire que l'ESSM est dynamique, vivante, humaine, artistique, sportive et éducative!**

Aliments Portneuf
Buffet Marie-Claude

***Pour les Fêtes, vous RECEVEZ la « GANG » et ÊTES DÉBORDÉ?***
***Vous MANQUEZ de TEMPS?***
***Aliments Portneuf- Buffet Marie-Claude s'occupe de votre repas chaud!***

**SUPER PROMOTION**

***«L'assiette de dinde du temps des Fêtes»***

- Une généreuse portion de **poitrine de dinde** dans une sauce onctueuse
- Servie avec **légumes**, **pomme de terre purée** et **salade de choux**
- Et pour terminer ce repas spécial vous ne pourrez résister au dessert : notre traditionnel et réputé **beigne maison** (2/portion)

**Vaisselle et ustensiles jetables inclus.*

**SEULEMENT**
**10$ / personne**
+ taxes
(min. de 10 personnes)

★ Vous pouvez profiter de notre **SERVICE de LIVRAISON**, tarif selon l'endroit, ou passer à notre **MAGASIN de PORTNEUF, 234 route 138.**

★ **D'AUTRE BUFFETS CHAUDS ET BUFFETS FROIDS SONT DISPONIBLES.**
Consultez notre site **alimentsportneuf.com** ou
téléphonez-nous au **418 286-3121** du lundi au vendredi de 9 h à 17 h
ou laissez vos coordonnées au répondeur et nous vous rappellerons avec plaisir.

**DATE LIMITE POUR COMMANDER :**
> Pour une réception le **24 ou le 25 décembre** : le 7 décembre
> Pour une réception le **31 décembre ou 1er janvier** : 14 décembre
** Pour toute livraison, l'heure pourrait varier légèrement en fonction du volume dans votre secteur.*

***Aliments Portneuf-Buffet Marie-Claude profite de cette offre alléchante pour vous souhaiter de très joyeuses Fêtes 2018, en espérant vous compter parmi sa clientèle!***

SPÉCIALISTE en CÉRAMIQUE & ÉPOXY
RBQ: 5713-4710-01
ÉPOXY & CÉRAMIQUE
Époxy avec flocons
Époxy métallisé
Plancher garage
Balcon
Couleur uni
PAR
Plancher céramique
Douche céramique
Plancher chauffant
Pierre naturelle
RÉSIDENTIEL & COMMERCIAL
K. Beaudoin 418 283-4133
K. Sauvageau 418 284-4414

# TENUES DU TEMPS DES FÊTES

Par Kellyanne Langlois

C'est déjà le temps de penser à votre *« kit »* de Noël ! Même si plusieurs d'entre vous doivent déjà avoir une bonne idée en tête… La tendance du moment est aux ensembles que nous pourrons porter à nouveau. Des ensembles super chics que nous n'aurons pas la chance de remettre souvent deviennent un investissement auquel nous devons penser sérieusement alors que bien souvent, on peut se débrouiller autrement. Donc, basons-nous sur le sport-chic pour acheter notre kit ou nos kits du temps des fêtes.

Il y a toujours cette petite robe classique que nous ressortons chaque année pour l'un de nos soupers. Il y a aussi cette jupe en cuir noir que nous voulons certainement agencer à un nouveau top, bien sûr ! Sans oublier un pantalon classique, et un qui sort de l'ordinaire, tel qu'un pantalon en simili cuir ou avec une certaine brillance, qui donne un look d'enfer lors d'une soirée. Nous ne voulons certainement pas porter le même kit tout le long du temps des fêtes, n'est-ce pas ? Nous, les femmes, adorons avoir du nouveau, alors pourquoi ne pas réutiliser des vêtements de base que nous avons déjà dans notre garde-robe ? Alors, voici quelques astuces pour savoir par où commencer et comment magasiner intelligemment pour vos *« looks »* du temps des fêtes.

Sortez la robe classique que vous avez dans votre garde-robe. Est-elle encore portable ? Normalement, c'est une classique, donc elle devrait faire l'affaire. Je vous suggère ensuite d'aller dénicher un nouvel accessoire pour que votre robe soit comme neuve. Que ce soit un foulard, un veston, une veste ou bien un collier. Achetez quelque chose qui fait nouveau pour donner un look frais, au goût du jour, à votre robe classique. Vous pouvez même l'amener avec vous dans les boutiques, je suis certaine que ce sera très apprécié des conseillères ! Une fois cet achat fait, vous voilà avec un premier kit !

Ensuite, sortez votre jupe et votre pantalon classique chic, ainsi que le jeans que vous aimeriez porter pour le temps des fêtes. Si vous suivez les conseils de stylistes, vous avez normalement tout ça dans votre garde-robe. Permettez-vous d'apporter ces articles avec vous en boutique. Vous pouvez trouver le nombre de chandails, camisoles ou blouses que vous désirez puisque vous pourrez certainement les agencer à vos trois bases ! Quel plaisir ! N'oubliez pas que les accessoires sont souvent laissés de côté, mais ce sont souvent eux qui donnent un renouveau et qui complètent le style.

Plus souvent qu'autrement, l'achat de simples bijoux, foulards ou souliers peut changer la tenue vestimentaire du tout au tout. Si vous ne voulez pas trop dépenser, optez pour ce choix. ;)

**Passez un beau temps des fêtes !**

*Kellyanne, Styliste personnalisée*

# UN GRAND SUCCÈS POUR LA 3e ÉDITION DE LA COURSE DU VIEUX MOULIN

**C'est le 2 septembre dernier que s'est tenue à Deschambault-Grondines, la 3e édition de La Course du Vieux Moulin.**

Cet événement sportif à caractère familial fût couronné de succès sur toute la ligne en accueillant 310 coureurs sur son parcours en bordure du Fleuve, sur les distances de 1, 5 et 10 km. Ce sont joint à eux plus de 150 curieux et spectateurs. Le magnifique parcours en bordure du fleuve Saint-Laurent, l'ambiance festive, la collation d'après-course unique, ainsi que l'animation et les jeux pour les enfants ont su plaire à tous.

Pour cette 3e édition, les coureurs ont bien répondu à l'appel avec une hausse du nombre d'inscriptions de plus de 10%. *« Nous sommes extrêmement satisfaits de voir notre nombre de coureurs augmenter année après année. L'événement qui se déroule dans le secteur Grondines, loin des grands centres, tire très bien son épingle du jeu avec un parcours et une programmation uniques en attirant des participants des quatre coins du Québec »* précisent Mélissa Grondines et Mathieu Gingras, organisateurs de l'événement.

À la course du 1 km jeunesse Desjardins, Félix-Antoine Pérusse et Mathilde Pérusse, tous deux de PontRouge ont terminé bons premiers. Au 5km Fromagerie des Grondines, qui fût la course la plus populaire, ce sont Xavier Duchesneau (St-Charles) ainsi que Catherine Vaillancourt (Québec) qui ont remporté l'or cette année. Du côté du 10 km Enviroval inc., Alain Paradis (Cap-Santé) et Camille St-Pierre (Sherbrooke) sont montés sur la plus haute marche du podium.

La Course du Vieux Moulin a toujours eu comme mission de redistribuer toutes les sommes générées au sein de la communauté afin de promouvoir les saines habitudes de vie auprès de la population. Cette année encore, les organisateurs sont fiers de pouvoir remettre un peu plus de 1000$ à un organisme oeuvrant dans ce domaine. Le choix de l'organisme en question n'étant pas arrêté encore, une annonce sur la page Facebook de l'événement paraîtra sous peu. Au cours des 3 éditions de cet événement, c'est 4600$ qui auront été redistribués dans la communauté.

Les organisateurs sont bien fiers d'annoncer que l'événement sera de retour le 1er septembre 2019 pour une 4e édition. Les inscriptions s'ouvriront dès le début du mois de mars 2019 avec, encore une fois, quelques nouveautés, des concours promotionnels ainsi que des tarifs d'inscription préférentiels et des articles promotionnels pour les participants.


Le Soleil Levain
SUR DESCHAMBAULT
BOULANGERIE ARTISANALE

©Izabel Zimmer

**Une boulangerie artisanale comme vous n'en voyez pas souvent : ambiance chaleureuse, personnel accueillant, odeurs envoûtantes. Le boulanger vous reçoit en déployant son art devant vos yeux. Vous ne pourrez pas tout voir, goûter et sentir en une seule visite, vous devrez revenir.**

**Après plus de quatre années, le personnel et moi-même tenons à remercier nos clients et clientes qui chaque semaine s'approvisionnent à la boulangerie pour ainsi nous donner une raison de continuer notre travail dans l'excellence et l'amour du savoir-faire. Les produits sont de haute qualité, fabriqués avec des ingrédients que votre boulanger a soigneusement choisis pour leurs valeurs nutritionnelles et gustatives.**

- **Pains au levain, farines intégrales, spécial Korazan (Kamut)**
- **Croissants, chocolatines et autres viennoiseries au beurre frais, fabriqués dans les règles de l'art**
- **Diverses pâtisseries et muffins avec ou sans sucres raffinés**
- **Déjeuners : fèves au lard salé, cretons maison, café, confitures maison et rôties à volonté**
- **Lunch : pizzas, croque-monsieurs, salades, sandwichs et soupes maison servis avec nos pains de différentes saveurs**

**Plus qu'une banale visite dans une boulangerie, une expérience que vous voudrez renouveler. Nos pains sont maintenant disponibles au commerce d'aliments naturels *O'Tournesol* de Pont-Rouge, chez *Brin de Folie* à Neuville, chez *Alimentation Marie-Claude* à St-Raymond, au *Métro* St-Marc et à la *Boucherie A. Godin* de Cap-Santé.**

***** Ouverture de la boulangerie du mercredi au dimanche, de 7hrs à 18hrs sans changement d'horaire pour toute l'année.*****

***PRENDRE NOTE DE NOTRE HORAIRE DES FÊTES :**
**24 décembre - OUVERT**
**31 décembre - FERMÉ**

**Au plaisir de vous y rencontrer !**
***Bruno Piché, votre boulanger artisan***

**234, chemin du Roy, Deschambault, G0A 1S0**
**418 286-PAIN (7246)**

# DANS LA SÉRIE LES MÉTIERS DISPARUS : LE BEDEAU

Par Jean-Guy Gagné

À une certaine époque, le bedeau ne faisait pas seulement sonner les cloches de l'église, il était aussi sacristain, cérémoniaire, fossoyeur et homme de ferme. C'est pour toutes ces raisons qu'il était très apprécié des paroissiens.

Ainsi ses tâches les plus importantes étaient lors des messes dominicales. Il ornait l'autel, préparait le vin, sortait de leurs tiroirs les vases sacrés et les vêtements liturgiques, allumait les cierges et par un dernier coup de cloche, invitait les fidèles à entrer à l'église. Pendant l'office, il dirigeait discrètement les enfants de cœur.

C'est lui qui, quotidiennement, sonnait l'Angélus du matin, du midi et du soir. Il se devait d'être ponctuel, car même si nos ancêtres avaient l'habitude de connaître l'heure par la position du soleil, un retard pouvait perturber la vie familiale.

Une anecdote à ce sujet est révélatrice. Un retard de trois quarts d'heure pouvait donner comme résultat que les cuisinières laissaient le souper coller au fond pendant que les estomacs criaient famine, les jeunes filles désespéraient d'attendre leur cavalier, etc. Aux funérailles, c'est le bedeau qui dirigeait à peu près les cérémonies et qui présidait à la descente du cercueil dans la fosse qu'il avait lui-même creusée.

C'est encore le bedeau qui le soir après l'Angélus faisait le tour de l'église avant de fermer les portes après avoir expulsé courtoisement les prétendues dévotes qui s'attardaient à convaincre Dieu et les hommes de leur prétendue supériorité.

Le bedeau d'autrefois répondait aux exigences de son époque.

MAISON A. ARGOD & Cie — CREST 53

COSTUMES DE BEDEAUX OU APPARITEURS

| | | |
|---|---|---|
| HABIT, PANTALON ou CULOTTE et GILET | | |
| drap cheviotte, depuis | 375 | » |
| Le même, qualité supérieure | 600 et 490 | » |
| — en drap sedan noir extra | 650 | » |
| CHAPEAU forme général, galonné soie noir, dep. | 225 | » |
| BAS coton noir ou blanc | 16 | » |
| BAS laine noire ou blanche | 25 | » |

ROBES DE BEDEAUX

| | | |
|---|---|---|
| ESCOT coton sans garniture | 50 | » |

# LANCEMENT DU SAVON OFFICIEL DE LA ROUTE ARTS ET SAVEURS

**Afin de soutenir la mission de la Route des Arts et Saveurs dans la mise en valeur des produits agroalimentaires et la diffusion des artistes et artisans de la MRC de Portneuf, le Conseil d'administration a créé un savon à son image !**

Étagé, le savon est composé d'ingrédients représentant les membres du Conseil d'administration. La base du savon contient de la bière *« Ariane Brown Ale »* de la Microbrasserie *Les Grands Bois* de Saint-Casimir, qui représente son directeur, Maxime Naud-Denis, notre trésorier. La partie centrale permet un léger gommage au sucre d'érable de la Sucrière de Deschambault, représentant l'entreprise de Manon Brazeau, administratrice. Le tout est élaboré avec de l'argile blanche pour un clin d'œil à la céramiste Marie-Claude Girard, secrétaire. Le dessus du savon riche en couleurs réfère à Jeanne Couture, présidente du Conseil d'administration, une travailleuse culturelle aux multiples projets.

Le savon est une création de Marie-Claude Savard, propriétaire de la Saponnière Québécoise à Neuville et vice-présidente du conseil.

Le savon est en vente au coût de 6 $ à :

- La Saponnière Québécoise de Neuville ;
- La Sucrière à Deschambault ;
- La boutique de la Microbrasserie Les Grands Bois, Saint-Casimir ;
- Lors de la vente de pizzas sur feu de bois au profit d'Arts et Saveurs, le 1er septembre au Marché public de Deschambault.

## JE ME SOUVIENS...

Voici une série de petites capsules tirées du volume : Trésor des expressions populaires de Pierre DesRuisseaux, Bibliothèque québécoise paru en 2007. Vous avez l'expression accompagnée d'une courte explication.

ADON. Être d'adon pour faire quelque chose. Connaître la manière, savoir y faire.

CRAQUEPOTTE. Être craquepotte. Être timbré, idiot.

MOTTON. Avoir le motton (dans la gorge). Avoir le cœur gros, la gorge serrée.

PICHOU. Laid comme un pichou. Être très laid.

# LE TEMPS QUI NOUS EST IMPARTI

Par Andrée Baribeau

Chaque matin lorsque j'ouvre les yeux, je cultive toujours ce sentiment profond que j'éprouvais dans mon enfance : celui d'être éternelle. Bien sûr, dans ces temps glorieux de l'âge pur où le corps et l'esprit fusionnent encore harmonieusement, je vivais l'instant présent sans en être vraiment consciente.

Avec l'adolescence, ce sentiment d'invulnérabilité s'est changé malheureusement en témérité et m'a amené à dépasser mes limites ; je négligeais l'importance de la vie et la fragilité de mon corps. Une tristesse inconsciente se camouflait au plus profond de moi, je me sentais étrangère dans ce monde et je ne comprenais pas le but et le pourquoi de ma venue sur cette planète. Très jeune, j'avais failli me noyer à deux occasions et je n'avais ressenti aucune peur, seulement une espèce d'euphorie comparable à un sentiment de délivrance. Donc, j'espérais que la faucheuse me prenne d'assaut et sans bavures. Je défiais la vie. Heureusement, un ange protecteur veillait sur moi, et j'ai traversé toutes mes folies en conservant tous mes morceaux et mes facultés mentales. Bien des gens que vous connaissez n'ont pas eu cette chance.

Bien évidemment, je confondais conscience et intensité de vivre. Avec les années, ma vie intérieure a pris plus d'importance et ma vie extérieure s'est harmonisée avec celle-ci. J'ai donc donné un sens plus profond à ce voyage terrestre en mettant tout en œuvre afin de le réaliser avec sagesse. J'ai changé mes plans. Vivre pleinement en m'abandonnant à cette voix intérieure qui me murmure que nous sommes tous des âmes voyageuses!

La réflexion de *Gandalf Leblanc* dans le film *Le seigneur des anneaux* m'a toujours inspirée ; *malgré les souffrances qui nous affligent et que nous ne pouvons changer, nous possédons le pouvoir de décider de ce que nous ferons du temps qui nous est imparti.*

SALON DE TOILETTAGE D'ANIMAUX

Céline Julien

Tonte
Laver - Brosser
Taille de griffes
Diplômée école de tonte
Chien et chat
de toutes races

Sur rendez-vous :

418 283-3643

83, 2e rang, Deschambault

LES PORTES DE L'ENFER, un centre de ski de fond dans votre région !

**Le temps des bonnes résolutions arrive à grands pas.** C'est prouvé, tout le monde le dit, le ski de fond est excellent pour la santé. Et en plus, ça s'offre si bien en cadeau. Cette année, gâtez vos proches et faites-vous plaisir avec un abonnement de saison aux portes de l'Enfer, le paradis du ski de fond !
À 10 minutes du Village de Saint-Alban, **découvrez votre terrain de jeu : 41 km de sentiers skiables et 17 km de randonnées en raquette.** ***Air pur et bien-être garantis.***

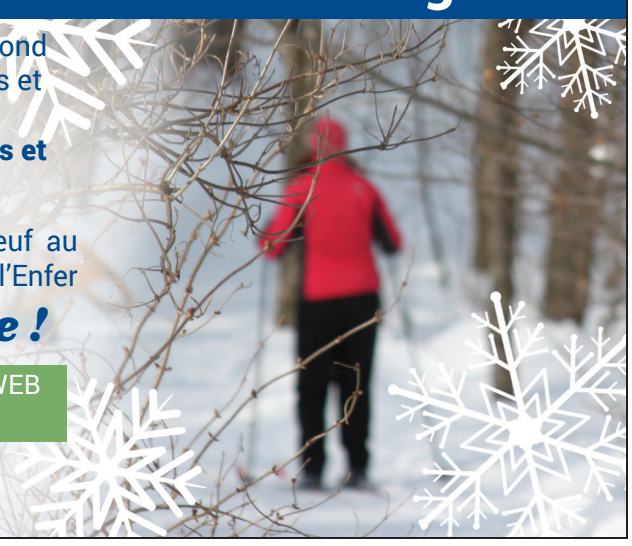
**Possibilité d'acheter des certificats-cadeaux** à nos bureaux du Parc naturel régional de Portneuf au 423, rue Principale à Saint-Alban et vos passes de saison directement au Centre de ski des Portes de l'Enfer au 200, 5ième rang à Saint-Alban également.

Parc naturel régional de Portneuf

***On vous attend sur la piste !***

Pour connaître la tarification, consulter notre SITE WEB au **http://parcportneuf.com/ski-de-fond/.**

INFO : 418 268-6681



### SAMEDI 24 NOVEMBRE

Quoi ? Soirée dansante avec Steph et son Band. 21 h. Où ? Hôtel Au Vieux Bardeau. Détails: page Facebook ou 418 286-3812

Quoi ? Kman and the 45s, Late Night Munchies, The Moscats & Invité. 21 h. Où ? La Taverne, St-Casimir. Infos : Spectacle musical. Pour information ou réservation contactez La Taverne au 418 339-2422

### VENDREDI 30 NOVEMBRE

Quoi ? Karaoké Pyjama : Oseras-tu ? 21 h. Où? Hôtel Au Vieux Bardeau. Détails: page Facebook ou 418 286-3812

Quoi ? Tony La Sauce, DJ M1 (France), DJ Exlax. 21 h. Où ? Chez Rolland, St-Ubalde. Infos: Musique Électro. Détails: page Facebook ou 418 277-2054

### SAMEDI 1er DÉCEMBRE

Quoi ? Mathieu Cyr - «Le chaînon manquant». 19 h Où ? Chez Rolland, St-Ubalde. Infos : Spectacle d'humour. Détails: page Facebook ou 418 277-2054

### DIMANCHE 2 DÉCEMBRE

Quoi ? Ringo TALK : Jeanne Couture : L'histoire des cercles des fermières au Québec, 19 h Où? Café Ringo St-Casimir. 175 rue Tessier Est St-Casimir. Détails : www.caferingo.com

### VENDREDI 7 DÉCEMBRE

Quoi ? Dj Exlax (Colin Dolbec) Où ? Chez Rolland, St-Ubalde. Infos : Musique techno. Détails: page Facebook ou 418 277-2054

Quoi ? Jeff Martin (de The Tea Party), 20 h. Où ? La Taverne, St-Casimir. Infos : Spectacle musical. Détails ou réservation contactez La Taverne au 418 339-2422

### DIMANCHE 9 DÉCEMBRE

Quoi ? Spectacle de Noël avec Denis Perron (buffet servi à l'entracte) 16 h 30. Où? Hôtel Au Vieux Bardeau. Détails: page Facebook ou 418 286-3812

### JEUDI 13 DÉCEMBRE

Quoi ? Gab Paquet (formule duo) 20 h. Où ? Café Ringo St-Casimir. 175 rue Tessier Est St-Casimir. Détails : www.caferingo.com

### SAMEDI 15 DÉCEMBRE

Quoi ? Nadia Royer et sa bel énergie nous fait danser en ligne 21 h. Où ? Hôtel Au Vieux Bardeau. Détails: page Facebook ou 418 286-3812

### DIMANCHE 16 DÉCEMBRE

Quoi ? Projection de film (À confirmer), 19 h. Où ? Café Ringo St-Casimir. 175 rue Tessier Est St-Casimir. Détails : www.caferingo.com

Quoi ? Noël au village de Deschambault-Grondines. 10 h. Où ? Au coeur du village de Deschambault et au Moulin de La Chevrotière

### VENDREDI 21 DÉCEMBRE

Quoi ? Stéphanie Veillette, 21 h 30. Où ? La Taverne, St-Casimir. Infos : Spectacle musical. Détails ou réservation contactez La Taverne au 418 339-2422

### SAMEDI 22 DÉCEMBRE

Quoi ? Carotté à la Taverne, 20 h 30. Où ? La Taverne, St-Casimir. Infos : Spectacle musical. Détails ou réservation contactez La Taverne au 418 339-2422

### VENDREDI 28 DÉCEMBRE

Quoi ? The Moscats, 21 h. Où ? La Taverne, St-Casimir. Infos : Spectacle musical. Pour information ou réservation contactez La Taverne au 418 339-2422

### SAMEDI 29 DÉCEMBRE

Quoi ? Le fameux Karaoké du temps des fêtes, 21 h 30 · Où ? La Taverne, St-Casimir. Détails ou réservation contactez La Taverne au 418 339-2422

### LUNDI 31 DÉCEMBRE

Quoi ? Viens défoncer l'année avec nous ! Buffet en fin de soirée, tirages, prix de présence et beaucoup de surprises. Le «Bardeau Band» & artistes invités nous feront danser. Où ? Hôtel Au Vieux Bardeau. Détails: page Facebook ou 418 286-3812

### DIMANCHE 6 JANVIER

Quoi ? Genevieve Dubois (Titre à venir), 19h. Où ? Café Ringo St-Casimir. 175 rue Tessier Est St-Casimir. Détails : www.caferingo.com

### VENDREDI 18 et SAMEDI 19 JANVIER

Quoi ? Festi-neige. Où? St-Alban. Détails: page Facebook ou 418 268-8026

### VENDREDI 18 JANVIER

Quoi ? Hubert Lenoir, 20 h 30. Où ? Microbrasserie Les Grands Bois. Infos : Spectacle musical. Détails ou réservation voir La Taverne ou contactez La Taverne au 418 339-2422

### SAMEDI 26 JANVIER

Quoi ? Frank & P-O. 21 h. Où ? Chez Rolland, St-Ubalde. Infos : Chansonniers. Détails: page Facebook ou 418 277-2054

### VENDREDI 8 FÉVRIER

Quoi ? Éric Masson Où ? Chez Rolland, St-Ubalde. Infos : Chansonnier. Détails: page Facebook ou 418 277-2054

### TOUS LES VENDREDIS

Quoi ? Soirée «Karaoké Live» accompagné de nos talentueux musiciens à 21 h. Où ? Hôtel Au Vieux Bardeau. Détails: page Facebook ou 418 286-3812

### VENDREDI 15 FÉVRIER

Quoi ? On fête la St-Valentin avec Timeless. 21 h. Où? Hôtel Au Vieux Bardeau. Détails: page Facebook ou 418 286-3812

### SAMEDI 16 FÉVRIER

Quoi ? Les Trois Accords, 20 h. Où ? Microbrasserie Les Grands Bois. Infos : Spectacle musical. Détails ou réservation voir La Taverne ou contactez La Taverne au 418 339-2422

Quoi ? Randonnée des Boubou. Où? St-Alban. Détails: page Facebook ou 418 268-8026

### SAMEDI 23 FÉVRIER

Quoi ? Billy Day (Hommage à Green Day & Billy Talent). Où ? Chez Rolland, St-Ubalde. Infos : Musique Rock/alternatif. Détails: page Facebook ou 418 277-2054

### SAMEDI 23 MARS

Quoi ? Ne manquer pas Les Smatts 21 h. Où ? Hôtel Au Vieux Bardeau. Détails: page Facebook ou 418 286-3812

### SAMEDI 6 AVRIL

Quoi ? Mononc' Serge, Trio Rock. Où ? Chez Rolland, St-Ubalde. Infos : Musique Rock/alternatif. Détails: page Facebook ou 418 277-2054

### VENDREDI 12 AVRIL

Quoi ? Philippe Brach, 21 h. Où ? Microbrasserie Les Grands Bois. Infos : Spectacle musical. Détails ou réservation voir La Taverne ou contactez La Taverne au 418 339-2422

### TOUS LES DIMANCHES

Quoi ? On danse en ligne à 13 h 30. Où ? Hôtel Au Vieux Bardeau. Détails: page Facebook ou 418 286-3812

**Vous avez un événement à publier dans notre section *«Quoi faire chez nous»*, n'hésitez pas à nous contacter.**

# DU NOUVEAU AU BAR CHEZ ROLLAND À SAINT-UBALDE

Pierre Gingras, Gilles Girard, Keven Beaudoin et Martin Gingras

**Depuis le 1er Avril dernier, le bar Chez Rolland situé au 437, rue St-Paul, à Saint-Ubalde, a changé de mains. Les nouveaux propriétaires, Keven Beaudoin, Martin Gingras et Pierre Gingras, n'ont pas tardé à y faire plusieurs changements pour améliorer l'établissement.**

Chez Rolland n'est plus seulement un bar mais est maintenant devenu un Resto-Bar-Spectacles. Le tout a débuté avec plusieurs rénovations dont le revêtement de plancher maintenant en époxy, un rafraichissement de la peinture dans tout le bar, un allongement du comptoir-bar et une surface en époxy sur celui-ci. Puis ont suivi des rénovations pour intégrer une cuisine et offrir le service de restauration. Le bar offre donc maintenant un menu de style *amuse-gueule* tel que des doigts de poulet, des ailes de poulet, des bâtonnets de fromage, des nachos, de la pizza, etc. Il n'est donc plus nécessaire de quitter pour aller manger, on peut profiter du tout sur place.

Ayant personnellement goûté au menu, tout est excellent et les doigts de poulet sont durs à battre. Avec leur nouveau service de restauration, chez Rolland devient le seul endroit à Saint-Ubalde où il est possible de manger après 21 h. La bière en fût est maintenant aussi disponible avec les produits Labatt suivants; *Budweiser, Bud Light, Alexander Keith Rousse* et *Stella Artois*.

Que ce soit pour jouer au billard, au dard ou tout simplement écouter une partie de hockey sur leur écran géant, toutes les occasions semblent valables pour passer faire un tour. Comme si ce n'était pas assez, les nouveaux propriétaires veulent qu'il devienne un endroit de choix au niveau de l'événementiel. Des soirées Karaoké, des soirées DJs, des spectacles d'humoristes, de musique ainsi que des chansonniers, sont maintenant bookés depuis le mois d'octobre. Entre autres, pour les fervents d'humour, Mathieu Cyr sera en rodage pour son nouveau *One Man Show* le 1er décembre ainsi que pour le volet musical, Mononc' Serge performera sur scène le 6 avril prochain.

De tout pour faire plaisir au plus grand nombre possible. La salle peut contenir 178 personnes. Elle peut aussi être louée à un tarif très compétitif pour tout genre d'événements tels des partys de bureau, des funérailles, des partys de Noël, etc. En conclusion, venez boire un verre, manger ou assister à un événement entre amis. Chez Rolland vaut le détour et deviendra assurément une place de choix dans la région de Portneuf!

Pour rester au courant, visitez la page **Visitez** @Chez-Rolland

Le tout nouveau «look» du bar Chez Rolland

# Meilleurs voeux pour les Fêtes

## Mot du Directeur Général

C'est avec plaisir que je prends quelques minutes pour vous souhaiter, au nom des employés, des dirigeants et de la direction générale de la Caisse Desjardins de l'Ouest de Portneuf de très joyeuses fêtes!

Profitez pleinement de ces moments de célébrations et de partage en compagnie des gens que vous aimez. J'ai également une pensée pour ceux et celles qui vivent seuls cette période plus festive ou qui traversent des moments plus difficiles dans leur vie.

En tant que membre de votre coopérative, je saisis également cette occasion pour vous inviter à profiter de la nouvelle année et maximiser votre utilisation de nos services de gestion des avoirs, de financement particuliers et entreprises de Desjardins.

Effectivement, faire l'ensemble de vos affaires avec votre caisse contribue à sa bonne santé financière et permet des retombées importantes offertes au développement du milieu des municipalités de l'ouest de Portneuf. Ces dernières deviennent plus difficiles sans votre apport qui se traduit par votre participation active à l'ensemble des services financiers de votre caisse. Votre caisse constitue un levier économique d'une importance majeure pour l'ouest de Portneuf. C'est ensemble que nous serons en mesure de permettre à notre milieu de maximiser son impact et son rayonnement.

Je profite de cet instant, au nom du personnel et des dirigeants de votre caisse, pour vous souhaiter de merveilleux moments durant la période des fêtes.

**Coopérativement vôtre**

Christian Fournier
**Directeur général**

## Horaire pour la période des Fêtes 2018-2019

| | |
|---|---|
| Le 24 décembre : | Ferme à 13h |
| Les 25 et 26 décembre : | Fermé |
| 27 et 28 décembre : | Horaire habituel |
| Le 31 décembre : | Ferme à 13h |
| Les 1 et 2 janvier 2019 : | Fermé |
| 3 janvier 2019 : | Retour à l'horaire régulier |

*Joyeuses Fêtes!*

**Cette année, la date limite pour cotiser au REER pour l'année d'imposition 2018 est le 1er mars 2019.**

**N'attendez pas à la dernière minutes; contacter dès maintenant votre conseiller.**

### Comment faire vos cotisations REER et CELI?

- Communiquez avec votre conseiller à votre caisse.
- Composez le 1 800 CAISSES.
- Visitez AccèsD Internet
  1. Rendez-vous au desjardins.com, puis sur AccèsD.
  2. Choisissez la sections «Épargne et placements»
  3. Cliquez sur «faire un placement
  4. Choisissez votre produit, le terme, le montant et validez.

**Date limite de cotisation au REER : 1er mars 2019**

Venez nous rencontrer pour obtenir des suggestions sur les meilleures options pour vous.

## Accessible 7 jours sur 7

Prenez rendez-vous, obtenez de l'information et effectuez vos transactions par téléphone avec l'aide de l'un de nos conseillers :

**Tous les jours,**
**de 6 h à minuit, composez**
**le 418 268-3521 ou**
**le 1 800 550-3521**

**Même les jours fériés**

Les services AccèsD par téléphone, Internet et mobile vous offrent d'autres moyens d'avoir accès à vos finances en tout temps.

**Desjardins**
**Caisse de l'Ouest de Portneuf**