



Le Carriérois

JOURNAL D'INFORMATION MUNICIPALE

NO. 46—Février 2014



32^e tournoi Hockey mineur St-Marc

Table des matières :

Pour nous rejoindre	2
Prochaine tombée du journal	2
Mot du maire	3
Résumés de la séance du conseil municipal	4-6
Information municipale	6-7

Vie communautaire	8-12
La Chronique de l'ambulancier	13
Rétrospective des événements	14
Loisirs et culture	15-20

Ville de Saint-Marc-des-Carières

965, boulevard Bona-Dussault
Saint-Marc-des-Carières (Québec)
GoA 4Bo

Téléphone : 418-268-3862
Télécopieur : 418-268-8776
En cas d'urgence seulement
Voirie, travaux publics : 418-268-5535

Courriel : info@villemarc.com
Site internet : www.villemarc.com

Horaire du bureau municipal :
lundi au jeudi de 8h00 à 12h00 et de
13h00 à 17h00 & le vendredi de 9h00 à 12h00

Pour nous rejoindre :

Maryon Leclerc

Directeur général / Greffier-trésorier
dg@villemarc.com

Marlène Gobeil

Secrétaire / Comptabilité / Greffe
info@villemarc.com

Louise Allard

Service à la clientèle & Taxes
taxation@villemarc.com

Ghislain Letellier

Directeur des travaux publics
voirie@villemarc.com

Diane Du Sablon

Inspectrice en urbanisme et aux permis
urbadev@villemarc.com

Sylvain Morissette

Directeur des loisirs et culture
loisirs@villemarc.com

Christine Giguère

Loisirs et culture, journal Le Carriérois
& le site internet municipal
info@loisirs@villemarc.com

Michel Leduc

Service d'incendie
chefpompiers@villemarc.com

Le conseil municipal de Saint-Marc-des-Carières

Guy Denis, Maire

Sylvain Naud
Conseiller au siège #1

Élyse Lachance
Conseillère au siège #2

Carol Denis
Conseiller au siège #3

Jacques Bédard
Conseiller au siège #4

Christian Gravel
Conseiller au siège #5

Marc Boivin
Conseiller au siège #6

Pour rejoindre le maire et les conseillers, vous devez
communiquer au 418-268-3862 ou
par courriel à info@villemarc.com

**Session régulière: le 2e lundi du mois à 20h00
à la salle du conseil municipal**

Horaire pour l'émission des PERMIS DE CONSTRUCTION

Vous devez prendre rendez-vous : 418-268-3862 poste 3

Horaire pour l'émission des PERMIS DE RÉNOVATION/RÉPARATION

Lundi au jeudi de 8h00 à 12h00 et de 13h00 à 17h00 &
Vendredi de 9h00 à 12h00

PRÉVENTION SUICIDE / 1-866-277-3553

**Plaintes et informations du public
310-4141 (sans frais) ou *4141 (cellulaire)**

9-1-1 Ambulance, Feu, Police

8-1-1 Service info-santé

**2-1-1 Info services communautaires
www.211quebecregions.a**

**Bibliothèque : 418-268-3561 poste 3862
Piscine & gymnase : 418-268-3561 poste 3148**

**Le journal le Carriérois
Date de tombée de la prochaine parution : le 7 mars 2014
Parution : 26 mars 2014**

Mot du Maire



Chères citoyennes,
Chers citoyens,

Les jours ont commencé à rallonger, le temps devient plus doux, je ne sais pas si vous êtes comme moi mais quand le printemps approche, j'ai comme un deuxième souffle avec beaucoup d'énergie.

Le 32^e tournoi provincial du hockey mineur s'est tenu au début de février. Bravo aux joueurs, spectateurs et félicitations aux bénévoles!

L'équipe Sénior JRP participe aux séries. Nous leur souhaitons de gagner afin de se rendre en final. Venez les encourager!

Au début du mois, nous avons signé un protocole d'entente avec la Commission scolaire de Portneuf pour la construction du chalet loisir.

Pour ce qui est des projets du côté résidentiel ou industriel, des demandes sont en cours à certains ministères.

L'Approche territoriale intégrée (ATI) vise l'amélioration des conditions de vie des personnes issues des milieux défavorisés dont je suis le représentant pour la MRC de Portneuf. Nous abordons différents sujets dont améliorer les conditions de vie des femmes, des déjeuners dans plusieurs écoles et d'encourager les personnes à continuer de faire du bénévolat.

Pour tout commentaire ou information, vous pouvez me rejoindre au 268-3862, poste 22.

Guy Denis, maire

TAXES MUNICIPALES

Veillez prendre note que les comptes de taxes municipales seront tous expédiés avant le 28 février 2014.

Si vous n'avez pas reçu votre compte avant le 15 mars, **communiquez au bureau municipal le plus rapidement possible au numéro (418) 268-3862, poste 2.** Les échéanciers pour vos paiements sont :

- | | |
|-------------------------------|---------------|
| 1 ^{er} versement : | le 31/03/2014 |
| 2 ^{ième} versement : | le 15/06/2014 |
| 3 ^{ième} versement : | le 28/08/2014 |

Advenant un non paiement après les dates d'exigibilité, un taux d'intérêt de 12% l'an et une pénalité additionnelle de 0.5% par mois complet de retard, seront ajoutés sur toutes les taxes impayées.

Merci de votre attention!

RÉSUMÉ DE LA SÉANCE DU CONSEIL MUNICIPAL

Abrégé du procès-verbal du 13 janvier 2014

- Le Conseil adopte le règlement #240-22-2014 relatif à l'imposition des taxes municipales, tarifs et compensations pour l'année financière 2014.
- Le Conseil adopte le règlement d'emprunt #317-00-2014-E pour la construction du prolongement de la rue du Parc Industriel.
- Un avis est donné qu'il sera présenté pour adoption lors d'une prochaine séance un règlement modifiant le règlement de zonage 312-00-2012 afin d'ajouter à la zone MA-3 la classe d'usages «habitation haute densité» afin de modifier le nombre de logements maximum par bâtiment.
- Le Conseil adopte le projet #1 du règlement 312-07-2014 modifiant le règlement de zonage 312-00-2012 afin d'ajouter à la zone MA-3 la classe d'usages «habitation haute densité» afin de modifier le nombre de logements maximum par bâtiment.
- Un avis est donné qu'il sera présenté pour adoption lors d'une prochaine séance un règlement modifiant le règlement de zonage 312-00-2012 afin de permettre à la zone RB-5 un maximum de 3 logements exclusivement pour un immeuble de 2 logements déjà construit à la date de l'adoption du règlement.
- Le Conseil adopte le projet #1 du règlement 312-08-2014 modifiant le règlement de zonage 312-00-2012 afin de permettre à la zone RB-5 un maximum de 3 logements exclusivement pour un immeuble de 2 logements déjà construit à la date de l'adoption du règlement.
- Le Conseil adopte le règlement 308-02-2013 modifiant le plan d'urbanisme numéro 308-00-2012 visant à assurer la concordance avec le règlement numéro 347 modifiant le schéma d'aménagement et de développement de la MRC de Portneuf concernant l'agrandissement du périmètre d'urbanisation dans le secteur du parc industriel.
- Le Conseil adopte le règlement 312-06-2013 modifiant le règlement de zonage #312-00-2012 visant à assurer la concordance avec le règlement numéro 347 modifiant le schéma d'aménagement et de développement de la MRC de Portneuf concernant l'agrandissement du périmètre d'urbanisation dans le secteur du parc industriel.
- Les membres du Conseil municipal approuvent la liste des dépenses incompressibles prévisionnelles pour 2014, pour un montant de 3 052 940,\$ représentant 76% du budget et autorisent le directeur général / greffier-trésorier à les payer.
- Un avis est donné qu'il sera présenté pour adoption lors d'une prochaine séance un règlement révisé sur le code d'éthique et de déontologie des élus de la ville de Saint-Marc-des-Carières.
- Le Conseil adopte le projet de règlement révisé 305-01-2014 appelé « Code d'éthique et de déontologie des élus de la ville de Saint-Marc-des-Carières ».
- Le conseil décrète que le lot 3 233 958 du cadastre de Portneuf n'est plus affecté à l'utilité publique et accepte de céder à 9044-0702 Québec inc. le lot 3 233 958 du cadastre de Portneuf au prix de VINGT MILLE DOLLARS (20 000 \$), en plus des taxes applicables, le cas échéant.
- Le Conseil autorise le troisième versement à la Chambre de commerce du secteur ouest de Portneuf au montant de 8 935,\$ pour son partenariat et son engagement pour le Groupe d'action en développement durable de l'Ouest pour l'année 2014.
- Le contrat de services professionnels dans le cadre des travaux de prolongement de la rue du Parc Industriel soit octroyé à EMS Infrastructure inc., conformément aux documents d'appels d'offres et à la soumission de cette firme (incluant, notamment, l'ensemble des travaux et étapes de réalisation de ceux-ci contenus aux tableaux que l'on retrouve aux sections 4.1 et 4.2 de sa soumission), pour un montant de 49 094,33 \$, incluant les taxes applicables.

Suite à la page 5

RÉSUMÉ DE LA SÉANCE DU CONSEIL MUNICIPAL

Abrégé du procès-verbal du 13 janvier 2014 (suite)

- Le Conseil demande l'autorisation de poser une structure d'enseigne publicitaire municipale aux emprises du MTQ au coin de la rue Bourque et du boulevard Bona-Dussault.
- Le Conseil appuie la demande à la CPTAQ de Vidéotron pour la construction d'une tour.
- Le Conseil vend les terrains #2 et #3 du plan « projet de morcellement » ayant une superficie totale de 217 450 pi² au prix de 0,30 \$/pi² au montant total de 65 235\$, taxes en sus, servant à la construction d'un motel industriel.
- Le maire et le directeur général/greffier-trésorier sont autorisés à signer pour et au nom de la Ville le protocole d'entre avec la Commission scolaire de Portneuf pour le chalet loisir.
- Le Conseil confirme au MDDEFP qu'elle s'engage à effectuer l'évaluation de la capacité du poste de pompage (étalonnage) après la mise en service et à retourner les fiches du poste de pompage ainsi que du trop plein révisé.
- Le Conseil accepte de payer les factures suivantes, taxes en sus :

BPR infrastructure inc.	600,00 \$
Association sur l'accès et la protection de l'information	199,00 \$
COMBEQ	290,00 \$
Fédération québécoise des municipalités	2 221,76 \$
Union des municipalités du Québec	1 491,75 \$
PG solutions	6 935,00 \$
Gagnon Rochette & associés inc.	55 288,41 \$
Association des directeurs municipaux du Québec	633,00 \$
Le Groupe Lafrenière tracteurs	36 805,79 \$
Le Groupe Lafrenière tracteurs	14 716,80 \$
Sports plus St-Casimir	11 722,00 \$

Abrégé du procès-verbal du 3 février 2014

- Un avis est donné qu'il sera présenté pour adoption lors d'une prochaine séance un règlement modifiant le stationnement pour interdire le stationnement côté nord de la rue St-Joseph.
- Le Conseil autorise WSP Canada inc. à présenter une demande de certificat d'autorisation (article 32 de la LQE) au ministère du Développement durable, de l'Environnement, de la Faune et des Parcs et à présenter tout engagement en lien avec cette demande.
- Le Conseil municipal de la Ville de Saint-Marc-des-Carières ne s'oppose pas à la délivrance de l'autorisation pour le projet de « Développement résidentiel Tondreau ». Il s'engage à entretenir les ouvrages de contrôle de gestion des eaux pluviales et à tenir un registre d'exploitation et d'entretien pour le projet et certifie que le projet ne contrevient à aucun règlement municipal.
- Le Conseil affecte l'excédent des coûts de travaux de la rue St-Joseph aux fonds réservés « réfection entretien de certaines voies publiques ».

Pour plus de détails concernant les procès-verbaux,
veuillez vous rendre sur le site internet :

www.villestmarc.com

Information municipale



AVIS DE PROMULGATION RÈGLEMENT 312-05-2013

965, boul. Bona-Dussault
Saint-Marc-des-Carières GoA 4Bo

Aux contribuables de la susdite municipalité,

Avis public est par les présentes donné par le soussigné Maryon Leclerc, directeur général que le Conseil de cette municipalité a tenu à l'hôtel de ville une séance ordinaire pour le règlement suivant :

Le 9 décembre 2013 adoption du règlement 312-05-2013 modifiant le règlement de zonage # 312-00-2012 concernant les matériaux de revêtement pour les toitures des bâtiments.

Ce règlement est réputé conforme aux objectifs du schéma d'aménagement, du développement et aux dispositions du document complémentaire suite à la délivrance du certificat de conformité émis par la M.R.C. de Portneuf, le 24 janvier 2014.

Toute personne intéressée peut prendre connaissance de ce règlement au bureau municipal, 965, boulevard Bona-Dussault, à Saint-Marc-des-Carières, aux heures de bureau du lundi au jeudi, entre 8h00 et 12h00 et de 13h00 à 17h00 et le vendredi de 9h00 à 12h00.

Maryon Leclerc, dir. gén./greffier trésorier

Calendrier municipal 2014

Il y a quelques jours, tous les résidents et commerces de Saint-Marc-des-Carières ont reçu un calendrier 2014. Ce calendrier a été conçu par « Éditions Média Plus communication ». Le concept de cette entreprise est de vendre des espaces publicitaires aux commerçants de la région pour ainsi payer **tous** les frais reliés à la création du calendrier.

Pour la première année, nous voulions faire un retour en arrière et vous présenter des photos du commencement de nos carrières. Nous remercions le Centre d'archives régional de Portneuf pour nous avoir offert ces magnifiques photos qui soulignent le début de Saint-Marc-des-Carières.

Nous espérons que ce calendrier saura vous satisfaire!



Quand change-t-on l'heure au Québec ce printemps?

Le passage à l'heure avancée (ou heure d'été) au Québec aura lieu dans la nuit de samedi à dimanche, du 8 au 9 mars 2014.

Cela signifie que l'on devra avancer d'une heure.

L'heure d'hiver sera de retour dans la nuit du 1^{er} au 2 novembre prochain.

Information municipale

Terrains résidentiels disponibles à Saint-Marc-des-Carières

La ville dispose de quelques terrains résidentiels à vendre.

Voici les coûts :

- Développement résidentiel rue Matte phases V et VI
 - * 2,99\$/pi² pour les numéros de terrains 11 à 14, 19 à 22 et 36 à 39
 - * 2,49\$/pi² pour les autres numéros de terrains
- Terrains pour maisons mobiles : 2,49\$/pi²

Pour information, vous devez communiquer auprès de Monsieur Guy Denis au 418-268-3862 poste 6.

N.B. les prix peuvent être sujet à changement

Un emploi d'été amusant et valorisant! Moniteur de camp de jour / Été 2014

C'est quoi, le travail de moniteur?

Tu as la responsabilité d'un groupe de jeunes. Tu planifies des activités, tu animes des jeux, tu fais du sport et du bricolage. Tu accompagnes ton groupe lors des sorties. Tu vois à ce que tous s'entendent bien et respectent les règles de conduite. En tout temps, tu dois veiller à leur sécurité.

Plein de bonnes raisons de devenir moniteur!

- Acquérir une expérience de travail reconnue
- Développer ton leadership et ton sens des responsabilités
- Collaborer à un travail d'équipe
- Participer à des activités sportives et socioculturelles
- Rencontrer des nouvelles personnes

Ça t'intéresse?

Voici ce qu'il te faut :

- Être âgé(e) de 16 ans et plus;
- Répondre aux critères de sélection
- Avoir suivi un stage de formation de niveau 1 comme moniteur(trice) de camp de jour ou dans le cas contraire, être disponible pour le suivre. Ce cours, d'une durée d'une fin de semaine au mois de mai, est obligatoire et important de le suivre au complet.

Durée de l'emploi : 7 semaines

Conditions salariales : salaire minimum pour la 1^{ère} année, augmentation les années suivantes de 0,75\$ par année subséquente.

Envoie ton curriculum vitae **avant le vendredi 28 mars 2014** à la ville de Saint-Marc-des-Carières, à l'attention du Directeur des loisirs et de la culture, au 1650, boul. Bona-Dussault, Saint-Marc-des-Carières GoA 4Bo ou par courriel : loisirs@villestmarc.com

Vie communautaire

LE CERCLE DES FERMÈRES DE SAINT-MARC-DES-CARRIÈRES



Portez du vert
Fête des Irlandais

Réunion : mardi 4 mars 2014 à 19h00 au sous-sol de l'Hôtel de ville

Cuisine : Salade printanière

Tricot : gilet d'enfant à motif

Tissage : napperon tête à tête

Fantaisie : carte brodée avec insertion sur tissu

Lucie Hardy, communications 418-268-1282



À mettre à votre agenda :
Souper de l'Artisane
Le mercredi 7 mai 2014

CLUB FADOQ LA SÉRÉNITÉ DE SAINT-MARC-DES-CARRIÈRES

Bingo et danse avec Mario Paquet

Centre communautaire de

Saint-Marc-des-Carières à 19h00

- **Vendredi 28 février 2014**
- **Jeudi le 6 mars 2014**
- **Jeudi le 13 mars 2014**
- **Vendredi 28 mars 2014**



Souper de l'Amitié

Jeudi 20 mars 2014

Pour information ou
pour vous procurer vos cartes,
veuillez communiquer au
418-268-8460 ou 418-268-5228

CLUB DE PÉTANQUE DES CARRIÈRES ST-MARC

321, rue St-Jean, Saint-Marc-des-Carières

Ligue locale : Tous les lundis et mardis à 19h00

Ligue régionale : Tous les vendredis / Inscriptions de 11h30 à 12h30 / Tournois à partir de 12h30

Pour information : 418-268-3696 / 418-268-3690

Le club de pétanque vous souhaite la bienvenue!!!

CONFÉRENCES DU CARREFOUR F.M. PORTNEUF

POUR INFORMATION OU RÉSERVATION : 418 337-3704 ou 1-888-337-3704



«Le Stress un Ami qui vous veut du bien !

Le comprendre et le transformer à son avantage !»

Aimeriez-vous être capable de mettre la switch à off, arrêter les hamsters de tourner dans votre tête, dormir au lieu de régler vos problèmes ?

Venez apprendre à vivre les aventures de votre vie avec calme et sérénité! Invitée : Sylvie Boisvert

Mercredi, le 26 février 2014, à 19h00

Au 174, av. St-Jacques, Donnacona

«10 trucs pour prendre soin de sa santé mentale»

Invitée : Monique Boneiski
Mercredi, le 26 mars 2014, à 19h00

Dans nos locaux
Au 165, rue St-Ignace, à St-Raymond

Emplois disponibles dans Portneuf www.portneuf.com

*Tu cherches un emploi?
Tu songes à un retour aux études?
Viens nous parler de tes projets!*



CARREFOUR
JEUNESSE · EMPLOI
PORTNEUF

295, rue Gauthier
Saint-Marc-des-Carières
418 268-3502
Lundi au jeudi de 8 h 30 à 12 h
et de 13 h à 16 h 30

Pour les jeunes de 16 à 35 ans qui veulent passer à l'action.

Diminuez vos frais d'essence!

Avec le Covoiturage

Offrez les places disponibles dans votre véhicule



Contactez-NOUS !

**418 337-3686
1-877-329-3686**

Corporation de transport régional de Portneuf

Vie communautaire



ÉCONOLOGIS

Votre logement est froid ?
Votre facture d'énergie est élevée ?
Un service gratuit est à votre portée !
Le programme Éconologis

Québec, le 21 janvier 2014 - L'organisme Vivre en Ville offre aux ménages à revenu modeste un service entièrement gratuit en efficacité énergétique. Financé par le Ministère des Ressources naturelles du Québec, le programme Éconologis permet aux ménages qui paient le chauffage de leur logis (logement ou maison) d'obtenir des services à domicile qui permettront de réduire les pertes d'énergie et la facture d'énergie.

C'est simple ! Les conseillers de Vivre en Ville vont à votre domicile, ils dressent un bilan énergétique personnalisé de votre logis et ils sensibilisent tous les occupants sur les meilleures pratiques à adopter pour mieux consommer l'énergie. Ils transmettent plusieurs conseils sur le chauffage, l'eau chaude et sur les appareils ménagers. Les intervenants procèdent également au calfeutrage des fenêtres, à la pose de coupe-froid pour les portes, à l'installation d'un seuil de porte, à la pose de clapet pour la sècheuse, à l'installation de pomme de douche à débit réduit, à l'ajout d'aérateurs aux robinets ainsi que l'isolation et à l'ajustement du chauffe-eau. Les interventions, adaptées aux besoins particuliers de chaque ménage, sont d'une durée moyenne de 90 minutes et permettent des économies.

Thermostats électroniques

En plus des conseils personnalisés et l'installation des produits de base permettant d'économiser l'énergie, Vivre en Ville offre aux ménages admissibles la possibilité de s'inscrire à un deuxième volet consistant à obtenir gratuitement des thermostats électroniques accrédités par le Ministère des Ressources naturelles du Québec. Les thermostats électroniques offerts sont de très haute précision. Ils entraîneront à coup sûr, des économies d'énergie et c'est pourquoi Hydro-Québec soutient financièrement la totalité des frais liés à leur installation.

Ce programme est offert de **septembre à mars** seulement. Ne perdez pas de temps, renseignez-vous dès aujourd'hui sur le programme Éconologis. (418) 523-5595 ou www.econologis.ca



1 866 266-0008

Soyez pile à l'heure, vérifiez vos avertisseurs de fumée

Votre service de sécurité incendie, en collaboration avec le ministère de la Sécurité publique, vous invite à profiter du changement d'heure le dimanche 9 mars pour vérifier votre avertisseur de fumée et, au besoin, remplacer la pile. Rappelez-vous qu'un avertisseur de fumée qui fonctionne en tout temps peut sauver des vies.

Pour **vérifier votre avertisseur de fumée**, il suffit d'appuyer quelques secondes sur le bouton d'essai pour que le signal se fasse entendre. Un avertisseur en bon état émet un signal immédiatement après le déclenchement du bouton d'essai.

Testez aussi sa capacité à détecter la fumée en éteignant, par exemple, une chandelle près de l'avertisseur. Si votre appareil est relié à une centrale, vérifiez auprès de la compagnie si elle a bien reçu le signal.

Points importants à retenir :

- Si votre avertisseur émet des signaux sonores intermittents, c'est que la pile est trop faible et qu'elle doit être changée. N'installez jamais de pile rechargeable.
- Installez un avertisseur de fumée par étage, y compris au sous-sol et, idéalement, dans chaque chambre à coucher, en vous assurant qu'aucun obstacle ne bloque la circulation de la fumée.
- Remplacez votre avertisseur de fumée tous les 10 ans ou avant, s'il est endommagé ou défectueux. Fiez-vous à la date indiquée sur le boîtier. En l'absence d'indication, ne prenez aucun risque, remplacez-le.
- Si vous êtes locataire, votre propriétaire doit vous fournir un avertisseur de fumée. On vous recommande de vérifier régulièrement son bon fonctionnement et de changer la pile, au besoin.

Pour plus de renseignements sur l'avertisseur de fumée et la prévention des incendies, communiquez avec votre service municipal de sécurité incendie ou visitez le site www.securitepublique.gouv.qc.ca.

Source : Ministère de la Sécurité publique

Vie communautaire



Une Accorderie est un regroupement de membres appelés «**AccordeurEs**». Dans un esprit de partage et de solidarité, ils s'aident eux-mêmes en aidant les autres par des échanges de services et/ou d'activités avec comme monnaie leur temps au lieu de l'argent.

Nous sommes déjà 52 membres. Janvier et février sont les mois où l'on débute les choix d'offres et de demandes. Dans le bottin, plus de 160 services offerts et 19 demandes spéciales.

Surveillez nos activités sur le site accorderie.ca/portneuf et sur [Facebook privé](#).

Voici comment vous inscrire : Par téléphone, au 418-326-1284; ou en allant sur le site accorderie.ca/portneuf

Pour utiliser votre statut de membre, lors de la première rencontre, vous devez souscrire une part sociale de 10\$ (remboursable en cas de départ). À l'adhésion, chaque AccordeurE se voit remettre 15 heures dans son compte/temps et l'accès à son Espace membre.

Contactez : Christine Tanguay, coordonnatrice. 418-326-1284 – portneuf@accorderie.ca

Au profit du projet de réaménagement
du parc-école de l'école Sainte-Marie
de St-Marc-des-Carières.

SOUPER ST-HUBERT

Vendredi 28 février 2014
17 h 30 à 18 h

Souper St-Hubert pour emporter – 20\$ pour 2 personnes
Réservez votre souper!

Deux quarts de poulet (poitrine et
cuisse), riz pilaf, salades de chou,
sauce et pains.

Livraison dans la grande salle de l'école primaire
le vendredi 28 février de 17 h 30 à 18 h.

Pour informations : 418 268-3355



Trop d'attente à l'urgence...

« Vous avez besoin de consulter un professionnel de la santé, **maintenant?** »

Dr Robin Bélanger, Chiropraticien

- * Prise de rendez-vous rapide
- * Soins personnalisés
- * Soins de qualité, on prend le temps de discuter avec vous de votre état de santé
- * Traitements sans médication
- * Améliore plusieurs de vos problèmes de santé, de la tête aux pieds, bien au-delà d'un simple problème de dos

Saint-Marc-des-Carières

1339, boul. Bona-Dussault, tél. : **418-268-3375**

Vie communautaire



COLLATION-SANTÉ-PORTNEUF

Résultat de la levée de fonds : À l'école le ventre plein Projet Collation-Santé-Portneuf

Le Projet Collation-Santé-Portneuf est très heureux de vous annoncer que l'aide des citoyens portneuvois lors de la levée de fonds des tirelires «À l'école, le ventre plein!» a permis d'amasser 1877.80\$! Pour l'année scolaire 2013-2014 plus de 30 000 collations seront distribuées pour des enfants des 14 écoles primaires de la Commission scolaire de Portneuf.

Merci à tous ceux qui ont donné, ainsi qu'aux 44 commerçants de la région sensibles à la cause. Nous travaillons très fort pour trouver des partenaires financiers et ainsi permettre au service de collations de se poursuivre dans les années à venir.

Merci de votre générosité pour les enfants de la région !

Pour informations supplémentaires ; Mélanie Martineau-Roy 418-285-3847 poste 227, projetcsp@outlook.com

OPÉRATION CURRICULUM

Accès Travail Portneuf et le Carrefour jeunesse-emploi de Portneuf s'associent de nouveau pour la réalisation de l'activité « Opération Curriculum », qui aura lieu du 3 au 6 mars à Saint-Marc-des-Carrières.

Offerte dans le cadre de la quatorzième édition du Salon Contact Emploi Portneuf, l'activité « Opération Curriculum » permettra aux chercheurs d'emploi de faire vérifier ou rédiger leur curriculum vitae gratuitement, en prévision du Salon Contact Emploi qui aura lieu les 21 et 22 mars 2014, à l'École secondaire Donnacona.

Les personnes intéressées à faire vérifier ou rédiger leur curriculum vitae peuvent contacter Jocelyne ou Francine au 418-329-2511 ou au 1-800-897-9910.

Pour renseignements :

Claire Fleury, Directrice adjointe Carrefour jeunesse-emploi Portneuf au 418-329-1357

Le Salon Contact Emploi Portneuf est un rendez-vous à ne pas manquer!

La 14e édition de ce salon se tiendra les 21 et 22 mars 2014, dans les gymnases de l'École secondaire à Donnacona.

Quarante entreprises seront présentes afin de présenter les 300 emplois qu'elles ont à offrir!

**CONTACT
EMPLOI
Portneuf**

2014

21-22 MARS



Desjardins
Caisse de l'Ouest de Portneuf

Siège social

Saint-Marc-des-Carrières 418 268-3521 1 800 550-3521

Deschambault

418 268-3521

Saint-Alban

418 268-3521

Grondines

418 268-8444

Saint-Casimir

418 268-2265

Lac-aux-Sables

418 336-2020

Saint-Ubalde

418 277-2104

Notre-Dame-de-Montauban

Centre de services automatisés

Gardiennage de chien

Vous prévoyez des vacances et vous cherchez un endroit de confiance pour votre chien.



Martine Fournier

1 418-208-4623

Après 18 h

**St-Marc-des-Carrières
Places disponibles**



Vie communautaire

Bibliothèque municipale de Saint-Marc-des-Carières

École secondaire Saint-Marc-des-Carières
1600 boul. Bona-Dussault Saint-Marc-des-Carières
GoA 4Bo Tél. 418-268-3561 poste 3862



Horaire : Le samedi de 10h00 à 11h30, le mardi de 18h30 à 20h30 & le mercredi de 12h00 à 13h00

Coût annuel: 5\$ individuel - 10\$ familial pour les résidents de Saint-Marc-des-Carières
7\$ individuel - 14\$ familial pour les non-résidents de Saint-Marc-des-Carières

AVIS IMPORTANT :

Les livres, vous le savez, sont de plus en plus dispendieux. Alors, nous voulons les conserver propres le plus longtemps possible. Pour cette raison, le comité d'administration de la bibliothèque municipale a décidé que dorénavant tous les usagers devront se munir de sacs pour remettre ou emprunter des livres. Nous sommes certains que vous comprenez la situation et que nous comptons sur votre grande collaboration. Merci!

N'oubliez pas l'heure du conte le 15 mars à 9h00 à la bibliothèque.

*Un petit mot qui en dit long :
MERCI!*

C'est grâce à vous, mes chères clientes, si j'ai la chance de faire ce merveilleux métier dans cette superbe boutique.

Sachez que vous m'êtes précieuses. Mon équipe et moi continuerons à nous dépasser pour faire de chacune de vos visites, un moment privilégié et relaxant.

À vous toutes, fidèles, nouvelles, occasionnelles... bienvenue chez nous, dans notre monde, celui de la mode.



Josée Langlois



boutique
point de
vue
prêt-à-porter féminin
0 à 20 ans
style - mode - originalité

1339, boul. Bona-Dussault,
Saint-Marc-des-Carières
418 268-5831
www.boutiquepointdevue.ca



9e ÉDITION DE LA JOURNÉE DE LA FEMME DANS PORTNEUF

La 9e Journée de la femme dans Portneuf sera célébrée avec un Salon de la femme, un cocktail dînatoire et un spectacle d'humour le 6 mars aux Réceptions Jacques-Cartier situé au 23 Route 138 à Cap-Santé.

L'accès au Salon est gratuit où une quinzaine d'organismes présenteront leurs services et il en coûtera 20\$ pour le cocktail et le spectacle.

Le cocktail dînatoire sera présenté à partir de 17h30 au même endroit. Un spectacle d'humour de Marie-Élise Joosten, de Saint-Raymond, aura lieu durant la soirée. Mme Joosten traitera de l'évolution des femmes au cours des 100 dernières années.

Vous pouvez vous procurer vos billets en vous adressant à l'Hôtel de ville de Saint-Marc-des-Carières ou en communiquant au Carrefour jeunesse-emploi de Portneuf à l'adresse de courriel : cfportneuf@hotmail.com.

 **BÉDARD
GUILBAULT INC.**
Société de comptables professionnels agréés

www.bedardguilbault.qc.ca

1885, boulevard Bona-Dussault
Saint-Marc-des-Carières

Tél : 418 268-3334 Fax : 418 268-3359



LES ENTREPRISES
ELECTROBLAIS LTEE
Frédrik Tremblay
président

Cell. : 418 808-9335

Bureau : 418 286-8037

ftremblay@electroblais.ca

1334 Boul. Bona-Dussault, St-Marc-des-Carières, Qc. G0A 4B0

Chronique de l'ambulancier

La manœuvre de Heimlich

La méthode ou manœuvre de Heimlich est un geste de premiers secours permettant la libération des voies aériennes chez l'adulte et l'enfant de plus d'un an. Elle a été inventée par Henry J. Heimlich en 1974 et sert en cas d'obstruction totale des voies aériennes par un corps étranger.

Les compressions abdominales

Le but de cette manœuvre est de comprimer l'air contenu dans les poumons de la victime et d'expulser le corps étranger hors des voies aériennes par un effet de « J ». Suivant l'importance et la position du corps étranger, plusieurs pressions successives peuvent être nécessaires pour l'expulser.

Méthodes à suivre :

- Toujours encourager les gens à tousser si c'est le cas.
- Faire le 911
- Se placer derrière la victime, contre son dos, (en fléchissant les genoux pour être à sa hauteur si la victime est assise), passer les bras sous les siens de part et d'autre de la partie supérieure de son abdomen. (*jamais chez la femme enceinte*)
- Mettre le poing sur la partie supérieure de l'abdomen, au creux de l'estomac, au-dessus du nombril et en dessous du sternum ; le poing doit être horizontal, le dos de la main tourné vers le haut.
- Placer l'autre main sur la première, les avant-bras n'appuyant pas sur les côtes.
- Tirer franchement en exerçant une pression vers l'arrière et vers le haut.
- Le corps étranger devrait se débloquer et sortir de la bouche de la victime.
- Si le corps étranger n'est pas délogé, répéter cette manœuvre jusqu'à la perte de conscience. Par contre en générale cette méthode fonctionne après 3 fois environ.
- Cette méthode peut être utilisée à partir de l'âge de 1 an selon les recommandations de la Fondation des maladies du cœur.



Exception femme enceinte et personne obèse

Femme enceinte et personne obèse

- Si l'on ne peut pas appuyer sur le ventre (par exemple sur une femme enceinte ou une personne obèse), alors on se met dans la même position que pour la méthode de Heimlich (derrière la victime, dos de la victime plaqué sur le torse du secouriste), mais on place les mains dans la même position sur le milieu du sternum et on applique des compressions thoraciques.

Important :

Lorsque la personne est désobstruée, elle doit consulter un médecin au besoin si des douleurs abdominales sont présentes ou si la victime ne se sent pas bien.

Martin Caron

Technicien ambulancier/paramédic
Instructeur FMCQ

Rétrospective des événements

Fête des neiges

Vu la température exécrable du mois de janvier et pour des raisons de sécurité, les organisateurs ont pris la décision d'annuler l'événement qui devait avoir lieu les 17 et 18 janvier dernier. Avec toute la pluie tombée, la patinoire extérieure s'est vite détériorée. À plusieurs endroits, la glace avait décollé de la bande pour ainsi créer une fissure suffisante pour qu'une lame de patin puisse y entrer.

Avec toutes les activités déjà organisées dans la région de Portneuf, l'événement n'aura pas lieu cette année mais remis à l'an prochain.

Par contre, nous vous invitons à profiter de la patinoire extérieure, l'anneau de glace et la glissade qui se retrouvent tous près de l'aréna.

Super bowl

Pour une deuxième année, le 2 février dernier avait lieu la présentation du 48e Super bowl sur écran géant au centre communautaire et culturel. Plus d'une vingtaine de personnes étaient réunies et malgré une partie peut enlevante, la soirée fut très agréable. Suite au pool organisé, casquettes et chandails à l'effigie des équipes fut remis aux gagnants. L'événement sera de retour l'an prochain.

Les Grands Explorateurs - Trésors de Birmanie

Le 8 février dernier, les Trésors de Birmanie étaient racontés par Lynda Paquette et Martin Parent au centre communautaire et culturel. Géologues de profession et couple de globe-trotteurs, ils ont visité plus de quarante pays sur cinq continents. La Birmanie, ce pays mystérieux est pourtant parvenu à les fasciner et bouleverser dès leur première visite, si bien qu'ils ont eu l'idée d'y consacrer un film.

Nous avons eu le privilège de visiter avec eux : les montagnes de l'État Shan, le célèbre lac Inle, le fleuve Ayeyarwady, voir les pèlerins du rocher d'or et bien d'autres endroits magnifiques de ce pays.

Pour ceux qui auraient manqué cet événement, vous pourrez vous reprendre le **11 avril prochain** où les Grands Explorateurs nous présenteront cette fois-ci le **Costa Rica –Grandeur nature**. Une belle façon de voyager...

Tournoi Hockey mineur St-Marc

Du 31 janvier au 9 février dernier, avait lieu le 32e tournoi Hockey mineur St-Marc. 41 équipes (Novice, Pee-wee et Bantam) provenant des quatre coins du Québec ont participé à ce tournoi.

Les équipes se sont disputées les finales mais une seule équipe par catégorie peut être championne.

Dans la première semaine, la classe B était en action. Voici les gagnants :

Novice B : Gouverneurs Ste-Foy/Sillery

Pee-wee B: Titans Princeville

Bantam B : Ducs Trois-Rivières Ouest

Dans la deuxième semaine, la classe A se disputait les honneurs :

Novice A : Diablos Donnacona/Pont-Rouge

Pee-wee A : Chevaliers Val-Bélair/ValCartier

Bantam A : Royaux CRSA

Nous remercions tous les organisateurs et les bénévoles de ce tournoi qui ont donné encore cette année plusieurs heures pour ainsi faire de cet événement une réussite année après année.

À l'an prochain!

LOISIRS & CULTURE

Centre récréatif Chantal-Petitcherc

Sylvain Morissette,
Directeur des loisirs & de la culture
1650, boulevard Bona-Dussault
Saint-Marc-des-Carrières (Québec) GoA 4Bo
Tél. 418-268-3862 Poste 33

Centre communautaire et culturel

Mme Paulette Perreault,
Responsable des réservations
1770, boulevard Bona-Dussault
Saint-Marc-des-Carrières (Québec) GoA 4Bo
Tél. 418-268-3958

Sentier de ski de fond

Sentier de ski de fond qui relie
Saint-Marc-des-Carrières à Saint-Alban
Départ : Dans le stationnement de l'aréna
(près de la bâtisse de l'expo agricole)
Horaire : Dès que la neige nous le permet,
les sentiers sont tracés une fois/semaine.

*C'est activités vous sont offertes gratuitement et ce,
aussi longtemps que la température sera assez froide pour maintenir l'entretien des glaces*

Patinoire extérieure, anneaux de glace et glissade

Ouvertes du mois de décembre au mois de mars,
selon la température.
Dimanche au jeudi de 8h00 à 22h00
Vendredi et samedi de 8h00 à 23h00

HOCHEY LIBRE POUR ADULTE

L'équipement obligatoire : casque, visière et protège-cou
L'activité s'adresse au groupe d'âge suivant : 18 ans et plus
Horaire : Mardi de 13h30 à 15h00
Mercredi de 13h30 à 15h00
Coût : 2\$/fois ou carte de membre 25\$/saison

PATINAGE LIBRE POUR ADULTE

L'activité s'adresse au groupe d'âge suivant : 18 ans et plus
Horaire : Mardi de 9h00 à 10h30
Jeudi de 13h30 à 15h00
Coût : 2\$/fois ou carte de membre 25\$/saison

BAIN LIBRE

Horaire : Mercredi de 20h00 à 22h00 : pour adulte
Vendredi de 19h00 à 21h00 : pour tous
Samedi de 19h00 à 21h00 : pour tous
Dimanche de 14h00 à 16h00 : pour tous
Coût : 17 et moins : 2\$ / 18 et plus : 4 \$
Carte de membre : Familiale (20 fois) : 45\$
Adulte (10 fois) : 30 \$ / Enfant (10 fois) : 15\$

GARDIENS AVERTIS

Horaire : Vendredi (Saint) le 18 avril 2014
de 8h30 à 16h30
Coût : 57\$ (être âgé d'au moins 11 ans)
Lieu : Centre communautaire et culturel
Responsable de l'activité : Formation prévention secours

L'heure du conte

Une fois par mois, un conte pour enfant sera raconté avec de l'animation à la bibliothèque de
St-Marc-des-Carrières.

L'activité est gratuite et s'adresse aux enfants de 3 à 5 ans accompagnés d'un parent.

Jour : samedi de 9h00 à 9h45 Date à venir : 15 mars, 19 avril, 24 mai et le 14 juin.



LA SEMAINE DE RELÂCHE À L'ARÉNA

Lundi 3 mars	10h00 à 11h30 Patin libre 13h30 à 15h00 Hockey libre	Vendredi 7 mars	10h00 à 11h30 Patin libre 13h30 à 15h00 Hockey libre
Mercredi 5 mars	10h00 à 11h30 Patin libre 13h30 à 15h00 Hockey libre		

C'est gratuit, bienvenue à tous!



Association de soccer les Celtics

Courriel : celtics.portneuf@gmail.com

Site internet : <http://www.celticsdelouest.org>



DESCRIPTION

Suite au succès de l'été dernier, c'est avec un immense plaisir que le club de soccer les Celtics de l'ouest de Portneuf vous revient cette année. Petite nouveauté cette année si les inscriptions le permettent, il y a possibilité de faire des équipes uniquement de garçons et de filles à partir de U8.

Catégorie	Année de naissance	Coût
U4, U5 et U6	2008-2009-2010	60,00\$
U7 et U8	2006-2007	80,00\$
U9 et U10	2004-2005	110,00\$
U11 et U12	2002-2003	120,00\$
U13, U14 et U15	1999-2000-2001	140,00\$
U16, U17 et U18	1996-1997-1998	150,00\$
Sénior	1995 et moins	160,00\$

INSCRIPTIONS :

Les inscriptions auront lieu

**VENDREDI 28 FEVRIER de 18h30 à 21h00 et SAMEDI 1^{er} MARS de 9h à 16h
au CENTRE COMUNAUTAIRE DE SAINT-MARC-DES-CARRIÈRES**

Les rabais :

1^{er} enfant = 100% du coût

2^e enfant = 15\$ de rabais

3^e enfant = 20\$ de rabais

Pour ceux et celles qui désirent devenir arbitre ou entraîneur, envoyez un courriel à celtics.portneuf@gmail.com.

Bienvenue à tous et au nom de tous les membres de l'Association des Celtics nous vous souhaitons une bonne saison de soccer.

BASEBALL MINEUR

Inscriptions : du 24 au 28 février 2014 de 8h30 à 17h00

Au Centre récréatif Chantal-Petitclerc ou par la poste

	<u>Année naissance</u>	<u>Coût</u>
Rally Cap	2007-2008-2009	50\$
Atome	2005-2006	110\$
Moustique	2003-2004	110\$
Pee-wee	2001-2002	110\$
Bantam	1999-2000	110\$

- 1^{er} enfant 100% du coût de l'inscription

- 2^e enfant 75% du coût de l'inscription

- 3^e enfant 50% du coût de l'inscription

Cette politique de prix est applicable pour les résidents de Saint-Marc-des-Carières seulement



Le programme Rally Cap se pratiquera à Saint-Marc-des-Carières et se veut un programme d'initiation au baseball.

Le programme Rallye Cap est le programme officiel d'initiation aux habiletés motrices de baseball Canada. Ce programme a été conçu spécifiquement pour les jeunes joueurs de baseball et vise à augmenter l'intérêt envers le baseball en bas âge.

Les joueurs participent à une combinaison d'événements structurés pratique/partie, progressant au travers six niveaux d'habiletés, pour lesquels ils recevront une casquette de couleur spécifique.

Objectifs du Rallye Cap?

1. Créer un environnement plaisant pour les enfants autant que pour les adultes.
2. Enseigner les habiletés au baseball, les règles et les stratégies aux joueurs.
3. Être un modèle et enseigner le bon esprit sportif.
4. Promouvoir l'augmentation de l'estime de soi chez les jeunes athlètes.



Pour les autres catégories, la moitié des parties se joueront à Saint-Marc-des-Carières et les autres parties seront jouées sur les terrains de Donnacona, Pont-Rouge, St-Augustin-de-Desmaures, Cap-Rouge, l'Ancienne-Lorette, Val-Bélair et Sainte-Foy.

Toutes les parties jouées seront avec des officiels et règlements de Baseball Québec. Les parties sont d'une durée d'environ 1h30.

Bienvenue à tous et à toutes!



Pour informations ou
inscription :

Stéphanie Marineau

418-277-9034

stephanie@lacampagneanimee.com

www.lacampagneanimee.com

la campagne **ANIMÉE** **Le tour du monde de Karibou**
Activités motrices pour les enfants de 1 à 4 ans

Le tour du monde de Karibou est un programme d'activités motrices « parent-enfant » de 1 à 4 ans. Avec Karibou, les enfants vont évoluer sur des parcours, apprendre par des ateliers et relever des défis qui leur permettront d'apprivoiser graduellement le monde du sport et de l'activité physique.

SECTEUR DESCHAMBAULT/GRONDINES	SECTEUR SAINT-MARC-DES-CARRIERES
Dates (samedi) : 15 mars au 17 mai 2014	Dates (dimanche) : 16 mars au 18 mai 2014
Lieu : centre J.A. Côté secteur Deschambault	Lieu : centre communautaire et culturel (Boul. Bona Dussault) St-Marc-des-Carrières
Heure : entre 9h et 12h, selon l'âge	Heure : entre 9h et 12h, selon l'âge
Durée : 10 semaines	Durée : 10 semaines
Coût : 60\$	Coût : 60\$

Grand spécial! 10 cours pour 60\$

Pour informations ou inscription :
Stéphanie Marineau
418-277-9034
stephanie@lacampagneanimee.com
www.lacampagneanimee.com

www.letourdumondekaribou.com

Les marmitons du souper (Volet SECONDAIRE, 13-17 ans)

Votre adolescent apprendra les méthodes culinaires de base en préparant le souper pour toute la famille en compagnie d'une passionnée de cuisine. Une belle façon de s'initier à la cuisine, de découvrir de nouvelles saveurs ainsi que de développer leur confiance en soi et leur autonomie. Repas pour 4 personnes, apprentissage et plaisir inclus !

Dates: 10 mars au 21 avril 2014

Jour : Lundi - Heure : 15h40 à 17h30 environ

Durée : 7 semaines Coût: 140\$

Lieu : Centre communautaire (boul. Bona-Dussault)

INSCRIPTION EN LIGNE !

Visitez notre site WEB

WWW.LACAMPAGNEANIMEE.COM

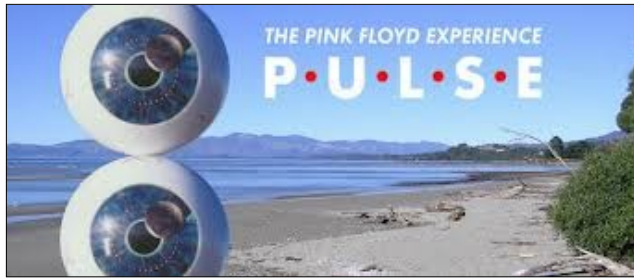
La programmation de ces événements vous sera dévoilée prochainement!



Le samedi 7 juin 2014



Les 18, 19 et 20 juillet 2014



Projection du spectacle **PINK FLOYD P.U.L.S.E**

LE SAMEDI 8 MARS 2014 À 21H00

CENTRE COMMUNAUTAIRE ET CULTUREL
SAINT-MARC-DES-CARRIÈRES

COÛT : 3,00\$

SERVICE DE BAR SUR PLACE

SON AMPLIFIÉ & ÉCRAN GÉANT DE 9' x 12'

Pour information ou réservation : 418-268-3862 poste 33
ou info Loisirs@villestmarc.com

LES GRANDS EXPLORATEURS

À l'affiche au Centre communautaire et culturel
de Saint-Marc-des-Carières

Billets en vente au Centre récréatif Chantal-Petitclerc

418-268-3862 poste 33 ou 34

et à la Boutique Point de vue

Le Costa Rica - Grandeur nature



Raconté par Richard-Olivier Jeanson

11 avril 2014 à 19h30

15\$



Si vous avez l'âme exploratrice, vous ne pourrez qu'être séduit à l'idée de vous évader
dans ce paradis d'Amérique centrale.

Pharmacie Eric Hamelin et Geneviève Coulombe

Affiliée à



Saint-Marc-des Carrières



L'ENVIRON...MIENT'!!!

SPECTACLE D'HUMOUR AVEC:

BILLY TELLIER



2^E ÉDITION

MAXIM MARTIN



STÉPHAN FALLU



Samedi 29 mars 2014 à 20h00

**Centre communautaire de Saint-Marc-des-Carières
1770 boulevard Bona Dussault, Saint-Marc-des-Carières**

Vente et réservation:

Centre récréatif Chantal Petitclerc, Saint-Marc-des-Carières, 418-268-3862 poste 34

Boutique Point de vue, 1339, boul. Bona Dussault, Saint-Marc-des-Carières, 418-268-5831

Taverne Tessier, 365 Tessier Est, Saint-Casimir, 418-286-3133

Chez Tonio, 393 boul. Chabot, Saint-Ubalde, 418-339-2422

Admission générale : 45\$



Desjardins

Caisse de l'Ouest de Portneuf



**Saint-Marc-
des-Carières**

De service, de nature

**Les Productions
SPIN'ART**