



SOMMAIRE

Mot de la présidente	
Annulation.....	1
Activités événements	
.....	2
Marches de groupe	
Marches saisonnières	
Amis cyclistes.....	3
Programmation.....	4
Cap-Rouge.....	9
Bienvenue	
Voyage à vélo 2020	
Anniversaires.....	10
Formulaire.....	11

Responsable de la production :
Lucie Roy

Cueillette des articles et révision
Lorraine Veillette
Marjolaine Talbot

Mise en page :
Thérèse Simard

Collaborations spéciales :
Lucie Roy
Agathe Préfontaine
Suzanne Richard
Carole Bruyère
Nicole Lavoie
Lucie Lambert
Réjeanne Paré
Michel Pellerin

Mot de la présidente

Jusqu'à présent, nous avons été plutôt chanceux de bénéficier d'une belle température. Ajoutez à cela le travail remarquable de nos bénévoles, vous aurez comme moi passé un bel été (qui ne se terminera pas avant le 21 septembre).

Notre fête du 30^e anniversaire a ouvert le bal en juin, suivi de notre marche au mont Wright puis du voyage de Kamouraska. Notre sortie dans la Beauce nous a tout simplement donné l'envie d'y retourner.

Nous sommes finalement allés voir les Œuvres d'art de la rivière Saint-Charles, même si des hurluberlus en ont dérobé trois en juillet. Notre sortie du mont Ham a été remise à une date ultérieure et remplacée par une marche au parc national des Grands-Jardins dans Charlevoix. L'épluchette de blé d'inde s'est déroulée plus au sec qu'en 2017, ce qui n'était pas difficile à battre.

À cette occasion, nous en avons profité pour honorer d'une manière plus particulière, cinq (5) personnes qui se dévouent pour le club depuis 10, 15, et même 20 ans, plus souvent qu'autrement dans l'ombre : Cécile Arbour, Denise Gignac, Denise Martel, Marjolaine Talbot et Lorraine Veillette.

Consultez le bulletin pour connaître toutes nos activités de septembre et octobre. Ces deux mois vous réservent encore plein de nouveautés et de sorties choux-choux : le voyage à Saint-Donat, la station touristique Duchesnay, la sortie magique NekBarre, la Grande plée Bleue, la forêt Ancienne, le vélo de Saint-Henri à Sainte-Claire, la réserve nationale de Cap-Tourmente, la Randonnée aux milles couleurs, la P'tite misère à Granby, le mont Otis, la vallée de la Jacques-Cartier.

En participant, vous serez à même de constater les efforts déployés par l'équipe de programmation pour varier les sorties et leurs difficultés. Nous accordons une attention particulière aux participants désireux de marcher dix (10) kilomètres à une allure plus posée tout en conservant nos groupes habituels (10 km sportifs, 5 km contemplatifs).

Nous espérons que vous serez des nôtres à chacune de nos sorties, car marcher, c'est bon « Pour le plaisir, la bonne forme physique et l'amitié ».

Lucie Roy, présidente

Pour le plaisir, la bonne forme physique et l'Amitié!

13500, rue du Glorieux, Québec G2A 3V2 Tél. : 418 622-6527

Courriel : volksnordsud@gmail.com Site : <http://volkssport-nordsud.qc.ca/>

► RAPPEL ANNULATION D'UNE ACTIVITÉ

En cas de mauvais temps, si une activité doit être annulée et retirée de l'horaire, veuillez consulter le site du club <http://volkssport-nordsud.qc.ca> aussi sur Facebook. Si vous n'avez pas accès à l'internet, vous pouvez toujours rejoindre un des responsables inscrits au calendrier ou Lucie Roy au 418 622-6527.

ACTIVITÉS ÉVÉNEMENTS

<p>Samedi, dimanche, lundi 31 août, 1, 2 septembre Voyage de marche (\$) Paysages enchanteurs « Saint-Donat » Marche guidée 10 h</p>	<p>Dimanche 8 septembre Station touristique Duchesnay Sainte-Catherine-de-la- Jacques-Cartier Marche guidée 10 h</p>	<p>Vendredi 13 septembre Journée magique NekBarre (\$) Marche guidée + Dîner au resto Huron-Wendat 10 h</p>
<p>Dimanche 15 septembre La Grande plée Bleue Lévis / Pintendre Marche guidée 13 h 30 h</p>	<p>Dimanche 22 septembre Parc régional des Grandes Couléés Secteur de la Forêt Ancienne / Plessisville Marche guidée 10 h</p>	<p>Samedi 28 septembre Vélo - Bellechasse Saint-Henri / Saint- Anselme / Sainte-Claire Vélo 10 h</p>
<p>Dimanche 29 septembre Réserve nationale de Cap- Tourmente (\$) « Les oies blanches » Marche guidée 10 h</p>	<p>Samedi 5 octobre Ville de Québec (\$) Randonnée aux mille couleurs Sentier linéaire de la rivière Saint-Charles Marche guidée</p>	<p>Samedi 12 octobre La P'tite misère (\$) Région de Granby Marche guidée 10 h</p>
<p>Dimanche 13 octobre La P'tite misère (\$) Région de Granby Marche guidée 10 h</p>	<p>Lundi 14 octobre La P'tite misère (\$) Région de Granby Marche guidée 10 h</p>	<p>Dimanche 20 octobre Mont Otis Notre-Dame-de- Montauban Marche guidée 10 h</p>
<p>Dimanche 27 octobre Vallée de la Jacques-Cartier (\$) Stoneham Marche guidée 10 h</p>	<p>Mardi 29 octobre Assemblée générale annuelle et élections 19 h 30</p>	<p>Samedi 2 novembre Parc de l'Escarpement Québec / Les Rivières Marche guidée 13 h</p>

MARCHES DE GROUPE HEBDOMADAIRES DES MOIS DE SEPTEMBRE ET D'OCTOBRE

JOUR	HEURE	ENDROIT	LIEU DE DÉPART
Lundi	13 h	Loretteville	Colisée de Loretteville, 86, boul. des Étudiants
Lundi	18 h 45	Saint-Émile	Dépanneur Couche-Tard, St-Émile, 1435, de la Faune
Lundi	19 h	Val-Bélair	Restaurant Patates Plus, 1111, boul. Pie-XI
*Mercredi	18 h 30	Loretteville	Voir marches saisonnières (Reprise en octobre)
Jeudi	19 h	Val-Bélair	Restaurant Patates Plus, 1111, boul. Pie- XI

MARCHES SAISONNIÈRES DE SEPTEMBRE 2019

DATE	ENDROIT	POINT DE DÉPART
04 septembre	Saint-Émile	Dépanneur Couche-Tard, St-Émile, 1435, de la Faune G3E 1L3
11 septembre	Cap-Rouge	Stationnement municipal, entre les 1419 et 1427 de la rue Provencher, G1Y 1R9
18 septembre	Québec Haute-Ville	Collège Mérici, 755, Grande-Allée Ouest G1S 1C1
25 septembre	Val-Bélair	Resto Patates Plus, 1111, boulevard Pie-XI G3K 2S8

*Le départ de ces marches est à 18 h 30. Pour information : **Paul-Henri 418 843-5793**



Amis (es) cyclistes

Le 26 septembre sera notre dernière sortie pour le vélo du jeudi. Si toutefois, dame nature nous empêchait de rouler, la randonnée sera reportée au jeudi le 3 octobre.

Départ à 9 h 30 du Colisée de Loretteville pour Saint-Raymond.

Possibilité de joindre le groupe à Valcartier vers 10 h ou à Duchesnay vers 11 h.

Le souper « fin de saison »

Eh oui!... FINI de rouler à la queue leu-leu et voici une belle occasion d'être confortablement installé côte à côte autour d'une bonne table et trinquer pour le plaisir et l'amitié qu'on développe à chaque saison.



Le rendez-vous sera au restaurant Casa Grecque, 10460, boulevard de l'Ormière, vendredi le 4 octobre à 18 h. (Apportez votre boisson).

Pour la réservation, avisez-nous de votre présence avant le 28 septembre prochain.

Agathe et Suzanne



DATE

PROGRAMMATION

**Les 31 août,
1 et 2 septembre**



Voyage de marche à Saint-Donat

Par Carole Bruyère

Le voyage à Saint-Donat comprend plusieurs jours consécutifs de marche en montagne. Lors de nos randonnées, vous aurez une vue exceptionnelle sur de nombreux lacs ce qui caractérise la région de Lanaudière.

Vous pourrez aussi bénéficier de la cure de rajeunissement qu'a subie l'Étoile du nord dans la dernière année.

Un peu avant le grand départ, les participants recevront un message détaillé contenant les dernières informations concernant notre voyage. Conservez ces documents précieusement dans vos bagages.

Pour informations : Réjeanne Paré 418 842-7547, Carole Beaulieu 418 529-7643

Le 8 septembre



Station touristique Duchesnay

Par Carole Bruyère

La station touristique de Duchesnay demeure un endroit bien apprécié des marcheurs. Les sentiers sont relativement faciles et bien balisés. Nous pourrions admirer de beaux points de vue sur le lac Saint-Joseph et le lac Jaune.

Apportez vos bottes de marche, vos bâtons, une petite collation à manger le long du parcours. Votre lunch peut demeurer dans la voiture, car nous mangerons dans le pavillon Horizon. Ce sont deux trajets de 5 km et le départ est à 10 h.

Pour s'y rendre : Calculez 30, 35 minutes de Loretteville.

Lors de l'exploration, des travaux routiers sur la route 369 nous ont obligés à passer de l'autre côté de la rivière à Shannon.

Prenez Henri IV, passez devant la Base militaire, au barrage routier juste après le EKO.

⊗ **Si la route est toujours fermée :**

- Tournez à droite sur Gosford, traversez le pont de Shannon
- Gauche rue Dublin et roulez jusqu'à Sainte-Catherine
- Droite sur Fossambault, montez la côte,
- Gauche Duchesnay jusqu'à la station touristique.

Pour information : Carole Bruyère au 418 843-6916 ou Dominique Lapointe au 418 951-6151

Le 13 septembre

Rencontre Hurons-Wendat

Par Carole Bruyère

NE PAS TENIR COMPTE DU TEXTE PRÉCÉDENT, CAR IL Y A EU DES AJUSTEMENTS.

L'activité au village huron se tient le VENDREDI 13 septembre.

Le départ de la marche se fait à 10 h du Colisée de Loretteville. Après la marche, nous nous rendons à l'Hôtel des Premières Nations. Nous aurons un moment pour nous détendre, visiter les alentours, admirer la magnifique terrasse arrière, découvrir la boutique de souvenirs située juste à côté ainsi que le grand hall d'entrée.

- Le dîner à l'Hôtel des Premières Nations sera servi à 12 h, suivi de la visite guidée à 13 h 15.

Le forfait « Sagesse » inclut :

- Le dîner 3 services au restaurant La Traite et la visite commentée de l'exposition permanente *Territoire-Mémoires-Savoirs*, de l'exposition temporaire *Achiouta'a raconte les Hurons-Wendat du Saint-Laurent* et la maison longue nationale Ekionkiesta' accompagnée d'un guide.

La durée de cette visite est de 1 h 15.

Le coût est de 50 \$ / personne_ : pour la visite avec guide, le dîner 3 services, taxes, pourboire et crédit IVV inclus.

MENU EN VIGUEUR AU RESTAURANT LA TRAITE

Faites votre choix parmi les 3 choix offerts. Bien vouloir nous indiquer si vous avez des allergies ou des restrictions alimentaires.

Remettez votre choix de menu avec votre paiement au plus tard le 5 septembre 2019 à : Carole Bruyère 418 843-6916.

 **COUPON-RÉPONSE ANNEXÉ À LA FIN DU BULLETIN**

Le 15 septembre




La Grande plée Bleue, Pintendre

Par Nicole Lavoie

La Grande plée Bleue, vieille de 9 000 ans, est l'un des plus vastes milieux humides protégés de l'est du pays. C'est sauvage, c'est immense : 10 fois la grandeur des Plaines d'Abraham. La Grande plée Bleue se distingue des autres tourbières du Québec par sa promenade sur pilotis longue de 725 mètres. Venez vous laisser surprendre par sa grande richesse comme plusieurs chercheurs internationaux l'ont déjà fait avant vous. Deux guides de la réserve écologique nous accompagneront sur le sentier.

Coût de l'activité : 5 \$ incluant le crédit IVV.

Attention, contrairement à ce qui avait été annoncé dans le calendrier, l'inscription se fera à compter de 13 h et le départ de la marche se fera à 13 h 30.

 **Comment s'y rendre:** Sur la 20 Est, direction Lévis, prenez la 325 Sud Saint-Henri, Lac Etchemin. Roulez environ 4 km sur la route Président-Kennedy; après le Jean Coutu et le Marché Carrier, aux lumières, prenez le chemin Ville-Marie à gauche. Le chalet d'accueil (8,2 km) est situé au 1170. Du pont Pierre-Laporte calculez 30 minutes pour vous y rendre. Pour plus d'information, contactez Nicole Lavoie au 418 523-2717.

Le 22 septembre



Parc régional des Grandes Couléés, secteur de la forêt Ancienne

Par Lucie Roy

Le site recèle un potentiel énorme pour l'observation d'oiseaux, de champignons en plus de contenir des espèces forestières remarquables. On n'y offre pas moins de 10 km de **sentiers faciles** en milieu forestier avec la possibilité d'y découvrir la mystérieuse et farouche rivière Noire. Les amateurs de pêche voudront peut-être s'y attarder. 5 et 10 kilomètres de marche.

Nous vous attendons à 9 h 30 au stationnement pour l'inscription avec votre lunch et votre eau.



Comment s'y rendre : Autoroute 20 en direction de Montréal, sortie n° 253 à Villeroy; suivre la 265 Sud sur 13 km, jusqu'à la route du Plé à Lourdes. La route est à gauche, le stationnement est au bout. Trajet d'environ 1 h 12 min., 99 km. Frais de 2 \$ pour la marche.

Le 28 septembre



CYCLOROUTE DE BELLECHASSE.

Par Lucie Lambert

En ce début d'automne, nous vous invitons à venir rouler sur une piste cyclable entièrement asphaltée, facile et bucolique. Les parcours suggérés sont linéaires. L'agriculture et la forêt bordent la voie et les couleurs automnales risquent d'être là pour nous émerveiller.

Le point de départ est à Saint-Henri; le trajet le plus court rebrousse chemin quelque part entre Saint-Anselme et Sainte-Claire pour parcourir ± 40 km; un autre groupe se rendra au parc Eugène-Prévost à Sainte-Claire ± 50 km et ceux qui voudront rouler un peu plus iront jusqu'à Saint-Malachie : ± 70 km.



Comment s'y rendre : Depuis le pont Pierre-Laporte, suivre l'autoroute 20 E, direction Lévis/Rivière-du-Loup (± 11 km), prendre la sortie 325 pour rejoindre la 173 S (± 12 km); au rond-point, prendre la 3^e sortie vers route Campagna/Québec 277 S. puis tournez à gauche rue de la Gare.

Le rendez-vous est au stationnement situé au **129, rue de la Gare à Saint-Henri**; GOR 3E0, nous vous attendons à 9 h 30 pour l'inscription. Le départ est à 10 heures.

Pour plus d'informations : Lucie Lambert 418-828-0083

Le 29 septembre



Les Oies blanches, Réserve nationale de faune du Cap-Tourmente

Par Lucie Roy

Ce site est surtout reconnu pour le spectacle de ses grandes envolées d'oies en période de migration au printemps et à l'automne. Mais il est avant tout un endroit exceptionnel à la jonction de milieux naturels variés. Joignez-vous aux milliers d'observateurs d'oiseaux et de passionnés de la nature sauvage pour vous émerveiller et marcher avec nous 5 et 10 kilomètres offerts. Équipement recommandé : lunch, collation, bottes, bâtons, sourire.

Nous vous attendons à 9 h 30 au chalet d'interprétation, 570, chemin du Cap-Tourmente Saint-Joachim (Québec) GOA 3X0. Avisez à la barrière que vous êtes

avec le Club. Prix de groupe de 4 \$ par personne (si plus de 10 pers.) plus 2 \$ pour la marche.

Le 5 octobre

Reporté au lendemain en cas de pluie intense.

L'information sera donnée dans les médias.

RANDONNÉE AUX MILLE COULEURS

Sentier linéaire de la rivière Saint-Charles

Par Carole Bruyère

La Société de la rivière Saint-Charles invite la population de Québec à venir marcher dans le sentier du parc linéaire pour y admirer ses « mille couleurs ».

Attention : *Pour participer à l'activité, vous devez vous inscrire au www.societerivierestcharles.qc.ca.* Le coût de l'inscription est de 10 \$ et comprend le service de navette qui vous conduira au point de départ de votre marche.

Pour les membres qui désirent être guides communiquez avec Lucie Roy 418 622-6527 roy.lucie53@gmail.com ou avec Carole Bruyère **418 843-6916** acarolebruyere@outlook.com. Il n'y a pas de frais d'inscription pour les guides et nous répartissons les guides selon les besoins de l'organisation.

Point de rencontre : Le Pavillon de Services au 7200, av. Chauveau.

Arrivée : 30 minutes avant le départ de votre navette.

Dîner : Apportez votre lunch ou possibilité de restauration sur place.

Navette: Pour ceux qui feront la Grande traversée ou « La Saint-Charles racontée », la navette vous ramènera au parc Chauveau à la fin de votre marche.

Randonnées pédestres		Distances	Navettes
La grande traversée	de parc d'Iberville	32 km	8 h 00
L'Urbaine	de Parc d'Iberville	17 km	8 h 00
La Saint-Charles racontée	de Maison O'Neil	8 km	8 h 00
Les Méandres	de lac Saint-Charles	15 km	8 h 45
Marche canine Globalvet	de parc Chauveau	3 km	8 h 45
Duburger-Les Saules	de parc Duburger	11 km	9 h 45
La Château d'eau	de boul. de la Colline	8 km	9 h 45
Marche nordique	de boul. de la Colline	8 km	9 h 45
La Kabir-Kouba	De l'Hôtel Musée	4 km	10 h 30
De l'Estacade	de barrage Saint-Jacques	3,5 km	10 h 30

Les 12, 13 et 14 octobre



La P'tite Misère

Par Réjeanne Paré

Au début de juillet, nous vous avons transmis par courriel les informations concernant la P'tite Misère ainsi que la fiche personnelle à compléter et à retourner.

Venez relever ce défi : 50 km en trois jours. Vous aurez l'occasion d'admirer de magnifiques panoramas parés des couleurs automnales et des œuvres d'art

faisant partie du parcours Artria à Granby. Les sourires et la bonne humeur seront aussi du rendez-vous.

Des informations additionnelles seront transmises aux personnes inscrites au début d'octobre.

Responsables : Carole Beaulieu 418 529-7643, Lucie Roy 418 622-6527, Aline Roy 418 353-8125, Réjeanne Paré 418 842-7547


Le 20 octobre



Le Mont Otis, Notre-Dame-de-Montauban

Par Nicole Lavoie

Un magnifique sentier longeant la rivière Batiscan où se succèdent chutes et cascades. Une passerelle nous mène à la plus spectaculaire, connue sous le nom de la chute du « 5 \$ », car on a longtemps cru que c'est elle qui illustre les billets de 5 \$ créés en 1954. Bottes de marche et bâtons sont conseillés. N'oubliez pas votre diner que nous dégusterons au bord de la chute ou au sommet du Mont Otis.

 **Comment s'y rendre :** Prenez l'autoroute 40 jusqu'à la sortie 254, Saint-Marc-des-Carières (69 km). Empruntez la 363 Nord, à l'annonce de Notre-Dame-de-Montauban, prenez sur votre droite, 367 Sud (31 km). Dans le village, après l'église, tournez à gauche sur la rue du Pont. Tournez à droite après le pont et allez au stationnement du parc des Chutes. Prévoyez une heure 45 minutes pour vous y rendre. *Les distances ont été calculées à partir de Henri IV/Sortie Charest Ouest.*

Le 27 octobre



Vallée de la Jacques Cartier

Par Michel Pellerin

Une petite virée dans la vallée de la Jacques-Cartier, ça vous tente?

Venez vous joindre à nous le 27 octobre. Les couleurs de l'automne auront un peu disparu, mais il en restera encore.

Nous verrons la nature se préparer pour l'hiver, peut-être apercevrons-nous un ours, un faon ou un renard.

Empruntez la route 175 nord, direction Saguenay, prenez la sortie 182 et tournez à gauche sur le boulevard Talbot, qui devient le chemin du parc National. À la guérite, identifiez-vous comme membre Volkssport. Poursuivez votre route jusqu'au Centre de Découverte.

Les frais suivants seront exigés: accès aux sentiers 7,75 \$ pour 15 personnes et plus sinon 8,75 \$ plus l'évènement 2 \$. Apportez votre petite monnaie.

Nous vous attendons à 9 h 30 pour l'inscription avec vos bottes, vos bâtons et votre lunch.

Pour renseignements : Michel Pellerin 418-843-9791

Le 29 octobre



RÉUNION ANNUELLE, ÉLECTIONS ET VOYAGE DE VÉLO 2020

Par Lucie Roy

MARDI LE 29 OCTOBRE 2019 À 19 h 30 heures

**CENTRE COMMUNAUTAIRE MICHEL-LABADIE
SALLES SS103-104**

3705, avenue Chauveau,
Québec, QC G2C 1A3

Le conseil d'administration du Club Volkssport Nord-Sud est formé de neuf (9) membres :

- Président-e, vice-président-e exécutif-ve, vice-président-e, secrétaire, trésorier-e, directeur-trice de la programmation, directeur-trice des communications, directeur-trice du registrariat, directeur-trice du matériel. Ces membres sont élus pour une période de deux ans et leur mandat peut être renouvelable.
- Des élections doivent être organisées annuellement pour déterminer les personnes qui auront comme tâche de veiller au bon fonctionnement du Club, de s'assurer que les objectifs soient atteints et que les règlements soient respectés. Quatre (4) postes sont en élections cette année.
- Un poste au niveau du C. A. demande de la disponibilité, de l'esprit d'équipe et un bon sens des responsabilités. Selon le poste occupé, il faut compter environ cinq heures de travail par semaine pour accomplir les tâches reliées à chacun de ces postes.
- Tel que mentionné dans nos règlements, tout membre en règle intéressé à un poste au Conseil d'administration doit préférablement poser sa candidature dans les dix **(10) jours** précédant l'assemblée.

Nous vous attendons en grand nombre, votre participation constitue le moteur de notre organisation et est essentielle à la bonne marche de nos activités.

À la suite de notre assemblée générale, madame Agathe Préfontaine nous donnera les renseignements sur notre **voyage de vélo 2020** : en effet, nous devons faire nos réservations de chambres avant le 9 janvier 2020.

Le 2 novembre



Parc de l'Escarpement

Par Réjeanne Paré

Faisant partie du secteur Neufchâtel-Est/Lebourgneuf, le parc de l'Escarpement est un superbe boisé situé à proximité des Galeries de la Capitale. Pour le découvrir ou le redécouvrir, vous pouvez vous joindre à nous pour faire un 6 ou un 10 km. Les bâtons et bottes de marche ne sont pas requis, mais votre bonne humeur l'est.

Pour ceux qui aiment les oiseaux, pensez aux petites graines, car plusieurs aimeront manger dans vos mains.

Point de rencontre : Stationnement du **WALMART** (près du boisé), 1700, boul. Lebourgneuf, où nous vous attendons à compter de **12 h 30** pour l'inscription et le départ se fera à 13 h.

Pour informations supplémentaires, Réjeanne Paré 418 842-7547

BOÎTE DE CAP-ROUGE

La marche de Cap-Rouge est réactivée. La boîte est en place au Dépanneur Pétro-Canada, 1114, boulevard de la Chaudière, Québec, G1Y 3V8. Nous vous demandons de vous stationner en face à la Caisse Populaire.



Bienvenue aux nouveaux membres

Carole Berthiaume, Francine Latulippe

→ Voyage de vélo, 11-12-13 août 2020

Le parcours des rivières.

Par Agathe Préfontaine

Exceptionnellement, cette année l'inscription pour le voyage de vélo 2020 se fera lors de **l'assemblée générale du 29 octobre prochain** afin de faciliter les réservations d'hébergement du groupe dans cette région. Nous irons rouler dans la région de Nicolet les 11, 12, 13 août 2020. Les circuits sélectionnés sont sur

des routes secondaires avec de beaux points de vue sur les rivières.

Les frais d'inscription sont de 50 \$, payables lors de l'assemblée générale. Apportez votre chéquier et plus de détails vous seront donnés lors de celle-ci.

Équipe responsable : Agathe Préfontaine 418 861-9026, Joanne Blanchard 418 833-4940, Martine Joly 581 300-3381, Lucie Lambert 418 828-0083.

ANNIVERSAIRES SEPTEMBRE – OCTOBRE 2019

NOM	DATE	NOM	DATE
Lambert Lucie	01 septembre	Lavoie Nicole	01 octobre
Barrette Madeleine	02 septembre	Ruel Marie-Thérèse	01 octobre
Beaumont Danielle	06 septembre	Tremblay Clémence	03 octobre
Demers Diane	07 septembre	Crosnier Jeanne-Mance	04 octobre
Béland Jocelyne	09 septembre	Lacoste Carmen	05 octobre
Larivière Michelle	09 septembre	Joly Martine	08 octobre
Malenfant Serge	11 septembre	Genest Linda	09 octobre
Préfontaine Agathe	11 septembre	Perron Pierre	09 octobre
Audet Jean-Yves	14 septembre	Barrette Nathalie	14 octobre
Goulet Dyane	14 septembre	Cordeau Françoise	15 octobre
Racine Marjolaine	15 septembre	Barabé Lise	17 octobre
Beaulieu Mercedes, MH	17 septembre	Charland Yvon	21 octobre
Laliberté Jacqueline	18 septembre	Côté François	21 octobre
Laplante France	19 septembre	Hains Louis	22 octobre
Bélanger Sylvie	21 septembre	Tanguay Hélène	30 octobre
Bouchard Agathe	23 septembre		
Rémillard Raymonde	24 septembre		
Breton Anne-Marie	25 septembre		
Cyr Solange	28 septembre		
Fortin Céline	28 septembre		
Lavoie Rosa	29 septembre		



<http://www.cybercartes.com/aperçu/29781/cc/anniversaire-pour-tous>

UN PEU D'HISTOIRE POUR LES QUATRE DERNIERS MOIS DE L'ANNÉE

Vous vous rappelez Numa Pompilio, le second roi de Rome (715-672 avant Jésus Christ) qui adapta le calendrier romain à l'année solaire en lui ajoutant deux mois, janvier et février. C'est ainsi que septembre (7), octobre (8), novembre (9) et décembre (10) sont depuis les 9^e, 10^e, 11^e et 12^e mois de l'année!!!

COUPON RÉPONSE

RENCONTRE HURONS WENDAKE 13 SEPTEMBRE 2019

MENU SPÉCIAL 3 SERVICES

Potage Huron-Wendat du moment



- Bavette de bœuf Wendat marinée à la mélasse, caviar d'aubergine, poêlée des trois sœurs, courgettes marinées, glace de veau aigre-douce

OU

- Aiglefin, purée de légumes racines, pommes de terre ratte confites, sauce vierge au maïs, légumes de saison

OU

- Gnocchis* à la faisselle de la fromagerie de l'Île d'Orléans, sauce crème pesto aux herbes de notre jardin, tomates de couleurs, graines de citrouille et oignons frits

*Option végétarienne disponible



Inspiration du chef

Allergies oui non

Tiawenhk, entiio' chia' önenh!
(Merci, bonne journée et à bientôt!)

Le coût est de 50 \$ / personne_ : pour la visite avec guide, le dîner 3 services, taxes, pourboire et crédit IVV inclus.

NOM : _____

NOMBRE DE PERSONNES : _____

Remettez votre choix de menu avec votre paiement au plus tard le 5 septembre 2019 à : Carole Bruyère, 11547, rue Ravel, Québec, Qc, G2B 5L7 tél. : 418 843-6916.
