

**FLASH SUR**

LE CENTRE-VILLE  
DE LA BAIE

---

**DÉCOUVERTE**

L'ATELIER DE  
COIFFURE ET  
D'ESTHÉTIQUE

---

**RESTAURANT**

ARTIS  
RESTO  
LOUNGE

---

**MODE**

NOUVEAUTÉS  
PRINTEMPS-ÉTÉ

---

**HISTOIRE DE VIE**

PIERRE TREMBLAY,  
DENTUROLOGISTE

---

**CVS**

**CENTRES-VILLES  
SAGUENAY**

PRINTEMPS / ÉTÉ 2011

**CONCOURS**

GAGNEZ L'UNE  
DES 10 CROISIÈRES  
SUR LE FJORD  
AVEC CROISIÈRES  
DU FJORD

---

SPÉCIAL  
SANTÉ/  
BEAUTÉ





Vous conseiller,  
vous orienter,  
Vous accompagner.  
Comme si nous  
étions dans  
vos chaussures.



C H A U S S U R E S  
**RODRIGUE LE BOTTIER**

- Conception et fabrication de corrections orthopédiques
- Orthèses plantaires
- Orthoplastie
- Fabrication de chaussures orthétiques sur mesure
- Ajustement personnalisé avec tout achat

280, rue Racine Est / arr. de Chicoutimi / 418 543.8538 / www.rodriguelebottier.com

## SOMMAIRE

ÉDITORIAL  
De France Potvin / 5

CENTRE VILLE DE LA BAIE  
Entre terre et mer / 7

BOUTIQUE L'EUROPÉENNE  
Grands designers, petits prix / 14

BOUTIQUE MARIE-SOLEIL  
La mode de mère en fille / 17

VÉRONIQUE FORTIER  
Joaillière contemporaine / 22

DERYTELECOM  
Numériquement votre / 25

DÉCOR, MARIAGE ET RECEPTION  
Andrée Duval, marieuse! / 26

DÉCO CADEAUX  
Boutique Araztec et  
Décoration Brassard / 27

TENDANCES  
Printemps / été / 28

ARTIS RESTO LOUNGE  
Table cosmopolite / 34

MUSIQUE AVANT TOUT  
L'Écoute avant tout! / 38

TRAITDEMARC™  
Et s'il devenait votre Marc™? / 41

BILLARD CENTRE-VILLE  
Billard et bien + / 44

CONCOURS  
Gagnez l'une des 10 croisières  
sur le fjord / 46

AGENDA URBAIN  
Pour ne rien manquer! / 49

### PUBLICITÉS

RODRIGUE LE BOTTIER / 2

LES GALERIES DE MODES / 4

GENDRON BICYCLES / 6

CINQUE / 16

MARCEL PARÉ / 24

CHAUSSURES CLAUDE LAVOIE / 33

BOUTIQUE MICHEL SIGNATURE / 40

DÉCORATION BRASSARD / 47

RESTAURANT BOBOVORE / 52

# SPÉCIAL SANTÉ/ BEAUTÉ

DR CHRISTIAN BERGERON, CHIROPRACTICIEN	12	32	INTERMED GROUPE SANTE
DRE MANON VOYER, ORTHODONTISTE	15	35	ÉNERGIE CARDIO
CLINIQUE MON DENTURO	18	39	CENTRE DENTAIRE BOURGEOIS, LAVOIE
CLINIQUE ORTHÈSES DU FJORD	20	43	BEAUTÉ
PROXIM HÉLÈNE & MARTINE GRAVEL	21	45	CLINIQUE LES 4 MAINS
L'ATELIER DE COIFFURE ET D'ESTHÉTIQUE	30	48	VOIR CLINIQUE VISUELLE

Toile de Suzanne Longval



**G**  
Galeries  
de Modes

**K**  
Karactère  
2347, rue Saint-Dominique,  
arr. de Jonquière 418 542.8241

EN EXCLUSIVITÉ  
**BERTIGO**

**DINHBA**  
DESIGN  
**DIESEL**

**Dezigual**  
MÉLISSA  
NEPTON



CODE QR

## MOT DE L'ÉDITRICE

Voilà une belle manière de souligner le printemps grâce à ce cinquième numéro du magazine CVS! En cette saison de renouveau, nous vous proposons une réflexion sur la santé et la beauté. Vous pourrez découvrir au fil de votre lecture les professionnels de la santé qui œuvrent dans nos centres-villes et qui interviennent dans nos vies pour les rendre plus agréables.

De nos jours, il est désormais plus facile et accessible de prendre soin de notre corps. La notion de beauté a évolué et s'intègre désormais à la notion de santé. Il ne s'agit plus simplement du paraître, mais du bien-être. Être en santé, c'est autant être en forme que d'être à l'écoute de son corps pour prévenir des maux de toute sorte. Ainsi, la beauté actuelle et contemporaine adopte une approche globale.

Le magazine s'attarde donc à ce que nos centres-villes vous offrent pour être bien dans votre peau. De plus, comme à chaque numéro, vous pourrez découvrir les dernières tendances de la mode, en apprendre sur un restaurant bien de chez nous, planifier vos sorties grâce à l'Agenda urbain, et bien plus.

Je suis également très heureuse de vous présenter le centre-ville de l'arrondissement de La Baie, dont le visage se transforme d'année en année. Destination foulée par les croisiéristes internationaux et par la population de Saguenay, découvrez ou redécouvrez ses boutiques, ses services et ses attraits!

FRANCE POTVIN

*Propriétaire depuis 2006 du restaurant Tim Hortons de l'arrondissement de La Baie et d'une succursale dans l'arrondissement de Chicoutimi, Mme Potvin est présidente de la Corporation du Centre-ville de La Baie. Elle est également présidente d'honneur de la Fondation Jean-Allard, qui vient en aide aux familles touchées par l'autisme et le TED et à la Maisonnée d'Évelyne. Mme Potvin s'investit notamment dans des causes telles le Hockey Timbits, le Jour des Camps Tim Hortons et plusieurs autres.*



CVS PRINTEMPS / ÉTÉ 2011 CE MAGAZINE EST PRODUIT PAR PROMOTION SAGUENAY  
DIRECTION DE LA PUBLICATION François Hains / DIRECTION ARTISTIQUE ET CONCEPTION Marc Gauthier, Traitdemarc™ / COORDINATION ET CRÉATION Marie-Josée Boudreault / PHOTOGRAPHIE Paul Cimon, Sylvain Tremblay (assistant) / RÉDACTION Marie-Josée Boudreault (W), Yves Ouellet / COLLABORATION Michèle McLean, Isabelle Roberge, Ruth Vandal, Nathalie Gagnon / IMPRESSION Imprimerie Commerciale / Imprimé à 70 000 copies, dont 65 000 distribuées dans les foyers de la Ville de Saguenay, 5 000 dans les commerces des centres-villes de Saguenay  
PROMOTION SAGUENAY 295, Racine Est C.P. 1023, arr. de Chicoutimi, 418 698.3157, www.saguenay.ca, commerce@promotionsaguenay.qc.ca

DERABAIS  
À L'ACHAT  
DE 100,00\$  
ET PLUS

**GENDRON 25\$  
BICYCLES**

Non monnayable - Ne peut être jumelé à aucune autre offre -  
Sur le prix de détail. Sur présentation de ce coupon  
Valable jusqu'au 24 juin 2011

## Comment acheter son nouveau vélo en **3** étapes simples!

**1.** **Déterminez vos besoins :** ballade tranquille, randonnée survoltée ou cyclisme de pointe? Choisissez parmi sept types de vélos qui correspondent à autant d'usages!

**2.** **Trouvez un magasin spécialisé :** l'équipe saura vous conseiller sur le modèle qui répondra à votre morphologie et à vos besoins!

**3.** **Choisissez la bonne taille :** il est impératif que le vélo soit exactement à votre taille. Mais encore plus, il doit également tenir compte de votre flexibilité et de votre niveau sportif. Ainsi, les jambes, le tronc, les bras, etc. feront partie du calcul!

### Résultat?

Un achat dont vous serez satisfait et qui durera des années!



**Gendron  
Bicycles**

387, rue Price Est arr. de Chicoutimi  
418 543.2052



LE CENTRE-VILLE DE L'ARRONDISSEMENT DE

# La Baie ENTRE TERRE ET MER

Être en rendez-vous d'affaires et se retrouver cinq minutes plus tard les pieds dans l'eau le long de la plage, contempler les kitesurfeurs faire des acrobaties tout en faisant des emplettes, voilà le panorama unique du centre-ville de l'arrondissement de La Baie! Réunissant une foule de services et accueillant le port d'escale des croisières internationales, il n'en tient qu'à vous de le découvrir!



CVS 7

LE CENTRE-VILLE DE L'ARRONDISSEMENT DE LA BAIE

# UNE QUALITÉ DE VIE SANS PAREIL

Situé à l'intersection de la rue Bagot et du boulevard de la Grande-Baie Nord, ses rues sympathiques aux coquettes maisons patrimoniales, invitent à la promenade. Une ballade à pied vous mènera sur le parvis de l'église Saint-Alphonse-de-Liguori, la première à être fabriquée en pierre dans la région. Elle est adjacente à la rue de la Fabrique qui accueille, depuis quelques années, la Place du marché et le Marché de Noël, particulièrement charmant avec son ambiance européenne et ses maisonnettes!

Restaurants, auberges et cafés chaleureux se découvrent au fil des rues. La vie culturelle s'y développe sans cesse et des événements à caractère sportif, dont le départ du désormais célèbre Grand défi Pierre Lavoie font le bonheur des curieux.

Si vous continuez votre trajet en direction du fjord, le parc Mars vous permettra de jouir d'un magnifique point de vue. Durant la saison estivale, les eaux du fjord s'animent grâce aux

bateaux de plaisance et les forts vents attirent les véliplanchistes et amateurs de sports aérotactés pour le plus grand bonheur des passants qui assistent à leurs prouesses spectaculaires. Il n'est pas rare d'apercevoir quelques pêcheurs au bout du quai qui tentent de ramener le souper! Si vous tendez l'oreille, vous pourrez peut-être y entendre un violoneux répéter avant que la fête commence lors du Festival des Grandes Veillées, un événement dédié à la musique et à la culture traditionnelles.

À ces activités de plaisance se greffe une vie économique active. Regroupant commerces, organismes communau-

taires, bureaux de professionnels et restaurants, c'est un milieu propice aux affaires qui attire non seulement des gens de l'arrondissement et de la ville de Saguenay mais aussi du Bas-Saguenay. À tout cela s'ajoute l'activité touristique du port d'escale qui reçoit des bateaux de croisière de partout dans le monde durant la saison automnale.



« Quand le bateau arrivait, tous les gens venaient sur le quai et on regardait débarquer les Américains! »

- COLETTE LAVOIE



Le temps d'un après-midi, un trio unique s'est réuni. Géraldine, Colette et Gisèle Lavoie, trois sœurs, ont livré un témoignage truffé d'anecdotes et de rires. Elles ont vécu l'époque des « bateaux blancs » alors qu'elles habitaient le secteur de Bagotville. Pendant plusieurs décennies, l'arrondissement de La Baie recevait quotidiennement des navires comme Le Tadoussac, Le Richelieu et Le St-Lawrence. Voici le récit d'une magnifique rencontre empreinte de bonne humeur et de convivialité!

## DES GENS D'AILLEURS

L'arrivée de ces bateaux créait une activité sans pareil sur le quai. Tous attendaient le moment où les passagers débarquaient, une véritable porte qui s'ouvrait vers le monde extérieur. Goélettes, transocéaniques, bateaux de passagers se succédaient dans les eaux de la baie des Ha! Ha!. Trois navires de la Canada Steamship Lines, le Québec, le Tadoussac et le St. Lawrence font le service régulier entre Montréal, Québec, La Malbaie, Saint-Siméon, Tadoussac et Bagotville, alors que le Richelieu poursuit sa route jusqu'à Chicoutimi.<sup>1</sup>

« La propagande très « antimoderniste » de la CSL, présente la croisière du Richelieu comme la plus intéressante, la plus pittoresque et la plus populaire de son carnet estival puisqu'elle permet de monter le Saguenay jusqu'à Chicoutimi et qu'elle offre un tour complet du Québec soi-disant pastoral. Derrière ce décor idéologique, rappelle avec un à-propos déconcertant l'historien anglophone James Murton, l'idée est d'offrir aux touristes canadiens-

anglais et américains, qui forment l'essentiel de la clientèle, un voyage dans le temps au cœur de la Normandie du Nouveau-Monde ». <sup>1</sup> Ces élégants bateaux qui transportaient essentiellement des passagers côtoyaient les goélettes, qui faisaient la manutention de marchandises, passagers, matières premières, poissons, bestiaux, bref, des bâtiments tout en polyvalence...<sup>1</sup>

Les trois femmes se rappellent de l'effet presque magnétique qu'exerçaient ces navires et ces passagers venus d'ailleurs qui s'exprimaient dans la langue de Shakespeare : « Nous étions émerveillées car les Américains parlaient anglais et à Bagotville, les gens ne le parlaient pas » explique Gisèle Lavoie. « Les professeurs nous apprenaient quelques mots d'anglais, mais comme ils ne connaissaient pas la langue, la prononciation n'était pas la bonne. Ils ne nous disaient pas I have, ils disaient I héve! » s'exclame Gisèle en riant.

Cependant, au fil du temps et des rencontres, l'apprentissage de cette langue seconde s'effectuait tout de même, explique Géraldine : « Quand j'ai commencé à travailler au magasin Roberge, j'avais seize ans. Dans le temps, l'anglais que nous savions était enseigné à l'école et nous étions limités dans nos mots. La navigation commençait dès qu'il y avait du beau temps, en juin. Quand les croisières terminaient à l'automne, on avait pratiqué tout l'été. Au début, on ne comprenait pas, mais à la longue, on finissait par saisir tout ce qu'ils nous demandaient ».

Justement, y avait-il des articles prisés de ces clients si particuliers? « On vendait des fourrures de renards argentés, des martres. Les femmes aimaient beaucoup en porter autour du cou, on se demandait bien pourquoi! Ces voyageurs étaient fortunés. Nous nous préparions car le mercredi, le bateau arrivait et le magasin s'emplissait de monde. C'était notre plus grosse journée : quand on vendait pour 3 000\$ nous étions découragés! Normalement nous avons seulement les clients de La Baie; une paire de bas se vendait 75 sous, il fallait donc en vendre plusieurs pour faire un gros montant » explique Géraldine. « Parmi les autres articles en magasin, on vendait des bas de nylon,



# LA BELLE ÉPOQUE DES BATEAUX BLANCS

surtout dans le temps de la guerre car ils étaient rares. Normalement, nous les gardions pour nos clients, mais nous avons le droit de les vendre aux Américains » confie la dame.

## JEUNESSE ET MODE

« Quand nous avons commencé à faire notre jeunesse, à travailler, à avoir des sous, nous faisons des économies pour aller en bateau, pour faire un petit voyage jusqu'à Tadoussac. Comme il n'y avait pas de salle de danse à La Baie, c'était le seul endroit où l'on pouvait danser, confie Gisèle Lavoie. Et l'on ne pouvait pas entrer dans la salle de danse habillée n'importe comment ». Sa sœur Colette complète : « C'était un rituel que les gens soient bien vêtus pour aller dans ces endroits, de même que nous avions des habits du dimanche pour aller à la messe ». À la hauteur de la statue de Notre-Dame-de-Saguenay à Rivière-Éternité, le bateau s'arrêtait et tous les passagers sortaient sur le pont afin d'entendre l'Ave Maria, pour ensuite reprendre sa route.

« Le but de notre voyage, c'était de danser au son de l'orchestre! » renchérit Gisèle. Évidemment, elles étaient toujours accompagnées d'une tante ou d'un membre de leur famille qui faisait office de chaperon, époque oblige! Les trois femmes étaient également sensibles à ce que portaient les gens qui descendaient des bateaux, des habits qui reflétaient un autre mode de vie, un autre pays.

## « TEN CENT! »

Souvenir particulier s'il en est un, les trois sœurs se rappellent avoir demandé quelques sous aux fortunés étrangers. Gisèle : « On se postait où ils étaient, on tendait nos mains et on disait « Ten cent! » « Je n'arrive pas à me rappeler qui nous avait montré à faire ça! » s'exclame Géraldine en riant!



Les regards se croisent. Toutes partagent ces souvenirs et ces moments, qui ne sont somme toute pas si lointains. Bien que les temps aient changé à une vitesse fulgurante, il restera toujours une constante: même en 2011, ces bateaux captent toujours notre curiosité et attireront leur lot de curieux, comme ils le faisaient jadis, durant la belle époque des bateaux blancs.

<sup>1</sup> Référence : La rédaction de cet article n'aurait été possible sans l'apport inestimable de cet ouvrage duquel nous avons tiré passages et information : BOUCHARD, Russel. Une histoire de la navigation sur le Saguenay, Russel Bouchard, 2009, 417 pages.



LE CENTRE-VILLE DE  
L'ARRONDISSEMENT DE LA BAIE

# TOURISME, DÉVELOPPEMENT ET FUTUR DU CENTRE-VILLE

Ils sont impossibles à manquer, ces véritables hôtels flottants qui, l'espace d'une journée, s'ancrent dans Baie des Ha!Ha! La volonté de transformer le centre-ville en une véritable destination de choix pour les croisiéristes internationaux a permis l'amélioration des infrastructures en place pour en faire un véritable village portuaire qui sera complété sous peu. Les rues, les trottoirs et le mobilier urbain ont subi et subiront beaucoup de transformations pour leur redonner un second souffle et mieux accommoder autant les citoyens que les touristes.

De nouveaux bâtiments seront construits et une rue sera créée. De petits commerces logeront au rez-de-chaussée tandis que des appartements occuperont les deuxièmes et troisièmes niveaux. De facture plus contemporaine, ces futures habitations seront bien intégrées à ce qui est existant grâce à des détails qui rappelleront le passé.

Il fera bon vivre dans ces endroits qui comporteront des cours intérieures et des balcons. La lumière y entrera à profusion. Inspiré des appartements de bord de mer, chacun des bâtiments aura une vue imprenable sur la baie. Un café à la main, vous pourrez arpenter la rue à sens unique, admirer les boutiques pour aboutir au quai d'escale et au fjord et faire un brin de conversation avec les croisiéristes!

LE VILLAGE PORTUAIRE...  
C'EST MAINTENANT!

Une fontaine sera construite dès cette année, dont le design s'inspirera de nos rivières. La place adjacente permettra la tenue de rassemblements et le déploiement de festivités. Tous les éléments seront en place afin de faire du centre-ville un village portuaire unique dans sa facture et un lieu identitaire où il fera bon vivre et travailler.



## SAVIEZ-VOUS QUE?

*Les croisiéristes du Saint-Laurent sont des étrangers provenant majoritairement des Etats-Unis (48%) et de l'Europe (36%)*

*Les souvenirs les plus prisés des voyageurs sont les sculptures, suivi par les souvenirs en tout genre, les bijoux, les produits de la fourrure et les produits du terroir.*

*Ils parlent anglais dans 99% des cas et sont âgés de 55 ans et plus.*

*La plupart des voyageurs voyagent à deux (71%) 92% d'entre eux ont déjà effectué des croisières dans le passé : 8,9 croisières en moyenne.*

*Les croisiéristes choisissent les destinations de par les escales et les excursions offertes.*



*Trois bureaux d'information touristique de Saguenay sont localisés au coeur de nos centres-villes. N'hésitez pas à les fréquenter lorsque vous recevez de la visite. Nos préposés à l'accueil se feront un plaisir de vous suggérer des activités à faire en couple ou en famille.*

CENTRE-VILLE DE CHICOUTIMI  
295, RACINE EST

CENTRE-VILLE DE JONQUIÈRE  
3919, BOUL. HARVEY

CENTRE-VILLE DE LA BAIE  
900, RUE MARS



# LA CHIROPRATIQUE ASSISTÉE PAR ORDINATEUR



pour enfin

*Trouver la cause exacte du problème est la chose la plus importante à faire lorsque l'on veut se débarrasser d'une douleur chronique. La majorité des patients nous consultent pour un problème déjà soigné sans succès par plusieurs autres professionnels de la santé. Notre plus grande source de bonheur est de les voir heureux d'avoir enfin retrouvé leur qualité de vie.*



# GUÉRIR vos douleurs

Si vous souffrez de douleurs au dos, aux articulations, de maux de tête, d'engourdissements, d'étourdissements, de sinusites, de fatigue, de tendinites ou toute autre douleur qui ne se règlent pas avec le temps, la chiropratique assistée par ordinateur est peut-être la solution pour vous. Le Dr Christian Bergeron est l'un des rares chiropraticiens du Québec à utiliser cette toute nouvelle technologie lui permettant de prendre soin de votre colonne vertébrale sans manipulations vertébrales. Et bonne nouvelle pour nous : son cabinet est situé au centre-ville de Chicoutimi!

Dans cette magnifique clinique, on trouve une équipe chaleureuse, qualifiée et professionnelle. Chaque nouveau patient est accueilli à un moment précis de la journée afin que le Dr Bergeron dispose de tout le temps nécessaire pour bien évaluer ce dernier. « Pour guérir un patient complètement, on doit débiter par un examen de qualité. On doit travailler sur tous les fronts, examiner toutes les causes possibles du problème » explique le Dr Bergeron.

Suite à l'examen, le Dr Bergeron fait un rapport complet de la situation au patient. Il lui explique clairement ce qui cause les douleurs et les solutions envisageables. « Souvent, je demande à mes patients d'amener leur conjoint(e) au rapport d'examen. Lorsque l'on comprend enfin pourquoi l'autre souffre, on lui en veut moins de ne pas être aussi attentif à nos besoins et l'on redevient son complice... ».



Le Dr Christian Bergeron est sincèrement dévoué à poser des diagnostics précis, car il comprend ses patients. « Vivre constamment avec des douleurs est tellement épuisant! J'ai moi-même vécu la douleur chronique pendant plusieurs années et je sais à quel point cela influence toutes les sphères de notre vie, notre famille, notre travail ».

C'est pour cette raison qu'une fois ses études universitaires en chiropratique terminées, il a toujours continué d'explorer les nouvelles technologies pouvant l'aider à mieux identifier et corriger la cause des douleurs. Sa clinique, située sur la rue Racine (dans l'ancien édifice de la Maison du Rotin), est équipée d'une salle de radiologie ultramoderne et de la chiropratique assistée par ordinateur, la toute dernière technologie sur le plan des soins de la colonne vertébrale.

Si vous, ou des gens que vous aimez, souhaitez prendre un rendez-vous à la clinique pour un examen précis de la cause de vos douleurs, le personnel de la clinique se fera un plaisir de vous réserver une place le plus tôt possible.

D'ailleurs, si vous souffrez de douleurs, le site Internet du Dr Bergeron [www.actionqualitedevie.ca](http://www.actionqualitedevie.ca) vous permet d'en savoir plus sur la chiropratique assistée par ordinateur. Vous comprendrez alors pourquoi la clinique possède une réputation qui dépasse la région du Saguenay-Lac-Saint-Jean!



LA BOUTIQUE  
L'EUROPÉENNE

# Grands designers, petits prix

Au 363 de la rue Racine dans l'arrondissement de Chicoutimi loge l'originale BOUTIQUE L'EUROPÉENNE. Tel que son nom l'évoque, LA BOUTIQUE L'EUROPÉENNE vous offre des vêtements modelés au style européen, mais... à des prix d'ici, incroyablement bas pour la qualité et l'élégance que l'on y découvre.

LA BOUTIQUE L'EUROPÉENNE, ce sont les dernières tendances de la mode à l'européenne avec ses couleurs enivrantes, ses coupes sensuelles, mais respectueuses qui s'amalgament parfaitement tant aux besoins de vos tenues de travail que pour toutes les occasions spéciales.

Le secret de la satisfaction de la clientèle de LA BOUTIQUE L'EUROPÉENNE, c'est aussi un personnel passionné qui vous accompagne afin de créer votre différence vestimentaire.

Découvrir LA BOUTIQUE L'EUROPÉENNE, c'est s'imprégner du monde de la mode dans toute sa diversité à des prix qui vous surprendront, et ce, dans les tailles de 2 à 16 ans.

LA BOUTIQUE L'EUROPÉENNE... POUR CONSOMMER DIFFÉREMMENT LA BOUTIQUE L'EUROPÉENNE vous offre une formule originale et rentable tant pour vous que pour notre futur. Lorsque vous ma-

gasinez à LA BOUTIQUE L'EUROPÉENNE, apportez les vêtements que vous ne portez plus et nous vous remettrons un crédit pour vos futurs achats.

Vos vêtements seront remis à la boutique LES TRÉSORS ENDORMIS également située sur la rue Racine. Ces vêtements seront de nouveau offerts à ceux qui, comme nous, portent une attention toute spéciale à notre environnement.

LA BOUTIQUE L'EUROPÉENNE, le nom à retenir lorsque l'on recherche originalité et exclusivité tout en étant des consommatrices responsables.



129<sup>99</sup>\$



149<sup>99</sup>\$

CVS 14



89<sup>99</sup>\$



159<sup>99</sup>\$



« Bien utilisés, les nouveaux traitements d'orthodontie Incognito™ et Invisalign™ sont tout aussi performants que les traitements standards » confie la Dre Voyer. Le système Incognito™ est constitué de boîtiers dissimulés derrière vos dents, tandis que le système Invisalign™ est composé de gouttières transparentes, quasi invisibles et amovibles. Vous pouvez continuer vos activités quotidiennes comme si de rien n'était!



DRE MANON VOYER  
ORTHODONTISTE

# L'estime PAR LE SOURIRE



RETROUVER UN SOURIRE QUE L'ON CROYAIT INACCESSIBLE, RETROUVER L'ESTIME DE SOI ET LA SANTÉ, VOILÀ LA MISSION QUOTIDIENNE QUE POURSUIT LA DRE MANON VOYER, ORTHODONTISTE. À SON CABINET DU CENTRE-VILLE DE L'ARRONDISSEMENT DE CHICOUTIMI, ADULTES, ADOLESCENTS ET ENFANTS BÉNÉFICIENT DES MEILLEURS SOINS DISPENSÉS DANS UN ENVIRONNEMENT HUMAIN ET CHALEUREUX!

ORTHODONTIE : UNE SCIENCE... ET UN ART

Spécialité de la dentisterie, l'orthodontie exige une formation de trois ans suite au doctorat en médecine dentaire, avec une année de pratique en dentisterie généraliste au préalable. C'est pourquoi l'orthodontiste est en mesure de fournir un éventail complet de services et de traitements. Au cabinet de la Dre Voyer, vous bénéficiez de l'expertise d'une orthodontiste et n'avez pas besoin d'une ordonnance préalable d'un médecin ou d'un dentiste.

Les avantages de requérir à l'orthodontie sont multiples, comme l'explique la Dre Voyer : « On améliore la santé buccale, car l'orthodontie a un impact sur la mastication et la digestion : les dents font mieux leur travail et il est plus facile des les nettoyer. La durabilité des dents à long terme est également améliorée en plus de la confiance et l'estime de soi rehaussées grâce à sa nouvelle apparence. On l'utilise également pour « préparer le terrain » afin de faciliter et rendre plus harmonieuse la pose d'un implant, d'un pont ou l'utilisation d'une prothèse partielle » continue-t-elle.

D'ailleurs, la combinaison d'expérience, de formation et de souci du détail de Dre Voyer fait en sorte qu'en faisant appel à ses services, vous bénéficiez d'une vision et d'une expertise

exceptionnelles comme nulle part ailleurs. L'équipe d'assistantes et d'hygiénistes certifiées qui gravite autour d'elle est toute dévouée à traiter chaque patient avec respect et l'attention qu'il mérite. En plus d'être formé régulièrement, son personnel est sympathique, chaleureux et sensible à votre condition. Du début à la fin, vous serez bien entouré dans un climat des plus accueillants!

PAS SEULEMENT POUR LES ENFANTS ET ADOLESCENTS

L'aspect des broches ne vous a jamais plu, vous êtes adulte et cherchez une solution confortable et esthétique à votre problème dentaire? N'attendez plus : le cabinet de la Dre Voyer est en mesure de répondre à vos besoins. On y retrouve les mêmes technologies qu'à New York ou Los Angeles. De plus, certains plans privés couvrent les frais d'orthodontie en partie et ce sont également des honoraires déductibles d'impôts.

De plus, « c'est un processus différent que d'entreprendre des traitements orthodontiques une fois adulte, car c'est souvent après une bonne réflexion que les patients viennent me consulter. Je trouve très gratifiant de m'asseoir avec eux, bien cerner leurs besoins et les accompagner dans la démarche. C'est véritablement un art!» s'exclame la Dre Voyer.

CVS 15



Toujours au boulot.  
De 9 à Cinque.

SHAN  
GUESS  
Vizoni  
PARASUCO

MODE MASCULINE  
**CINQUE**

1947, rue Davis / arr. de Jonquière / 418 512.4555  
1200, Avenue Germain-des-prés / Ste-Foy / 418 614.4535  
www.cinque.ca

LA PASSION DE LA MODE EST COMMUNICATIVE. SYLVIE GAUTHIER ET SA FILLE, ÉMILIE, LA PORTENT EN ELLES JUSQUE DANS LEURS GÈNES. SYLVIE A EFFECTIVEMENT TRANSMIS UN HÉRITAGE EXTRAORDINAIRE À CELLE-CI EN LUI COMMUNIQUEANT SON ENGOUEMENT POUR L'UNIVERS DE LA MODE, SON ENTHOUSIASME POUR LE COMMERCE ET SON GRAND RESPECT DE LA CLIENTÈLE.

Il n'y a que les centres-villes de Saguenay pour nous permettre de trouver une boutique comme Marie-Soleil, au Carrefour Racine. Une boutique de vêtements pour dames qui connaît sa clientèle et qui suit l'évolution de ses goûts depuis maintenant 24 ans. Le plus merveilleux, c'est que sa propriétaire Sylvie Gauthier, qui affiche 33 années d'expérience, n'a absolument rien perdu du feu sacré qui l'anime et qui allume son regard. Lorsqu'on parle d'un service personnalisé, on ne saurait trouver meilleur exemple. De plus, Sylvie Gauthier prolonge désormais cette expertise en se tournant vers la jeune génération grâce à l'initiative de sa fille, Émilie, avec qui elle a acquis, en 2009, la Boutique Marie-Josée dans le Carré Davis, à Arvida.

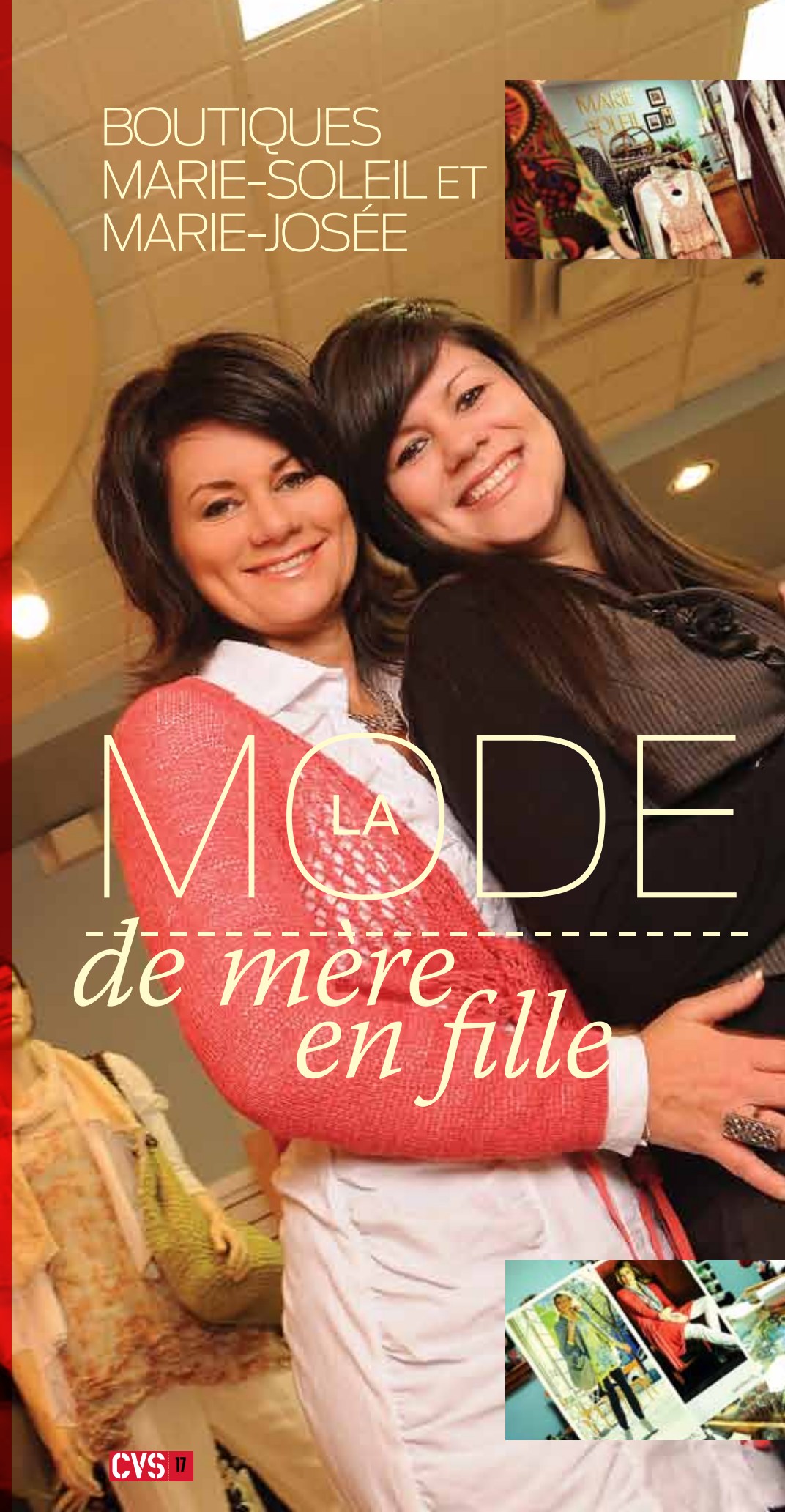
**MODE DU MONDE**  
Avec les boutiques Marie-Soleil et Marie-Josée, les femmes du Saguenay, de la Côte-Nord et du Québec sont directement branchées aux dernières tendances de la mode inspirées des capitales de la haute couture et du prêt-à-porter telles que Paris et New York.

« Nous n'avons rien à envier aux grands centres puisque nous proposons à nos clientes les dernières collections de signatures aussi originales et prestigieuses que Joseph Ribkoff, Sandwich ou Éric Alexandre, à Chicoutimi, en plus de InWear, Part Two ou Mexx pour la jeune professionnelle, à Arvida.

**NOUVEAUTÉS ET ACCESSOIRES**  
La force de la Boutique Marie-Soleil, selon Sylvie Gauthier, réside dans sa faculté d'offrir tous les accessoires qui conviennent au vêtement et à la personnalité de celle qui le portera. « Il existe un agencement différent pour chaque cliente et notre recherche constante de la nouveauté permet de compléter chaque élément de ce tableau que compose une femme élégante et bien dans sa peau. » À cela, Émilie ajoute que la mode est bien plus qu'une façon de paraître. C'est surtout une façon d'être et de révéler sa personnalité : « Nous connaissons bien nos clientes. Il nous arrive, lorsque nous faisons nos achats chez les importateurs, d'imaginer certaines d'entre elles dans des vêtements qu'on nous propose ».

Faire plaisir demeure l'objectif central. Ne jamais forcer la vente. Prendre son temps. Offrir un plan de mise de côté. Préserver le meilleur rapport qualité-prix dans une sélection vestimentaire de moyenne et haut de gamme. Puis, surtout, avoir de nouvelles clientes ainsi que des clientes fidèles qui ressortent des magasins resplendissantes, souriantes et heureuses... C'est Marie-Soleil, à Chicoutimi, et Marie-Josée, à Arvida!

BOUTIQUES  
MARIE-SOLEIL ET  
MARIE-JOSÉE



M O L A D E  
de mère  
en fille



CVS 17



# Pierre Tremblay

## CLINIQUE MON DENTURO

### UN PIONNIER EN IMPLANTOLOGIE

*L'un des premiers à travailler en implantologie au Saguenay, il fait partie d'un groupe de spécialistes qui ont près de vingt ans d'expérience et de réussite dans ce domaine. « J'ai toujours beaucoup de plaisir à travailler en implantologie, explique Pierre, c'est tellement efficace! Ce sont des technologies qui ont été vérifiées et très fiables » dit-il. Les implants sont plus accessibles que vous ne le pensez : une consultation vous permettra de le constater!*

*De plus, pour se tenir à la page dans un domaine qui évolue très rapidement, les trois denturologistes continuent d'apprendre par le biais de formation. Dans le cas des « juniors », comme M. Tremblay aime surnommer Dominic et Valérie, ce dernier trouve primordial de bien les former, et ce, dans un seul but : toujours mieux servir le patient.*

Empathie. C'est le mot qui vient immédiatement en tête lorsque l'on rencontre Pierre Tremblay. Passionné par son travail et par le bien-être de ses patients, ce denturologiste exerce sa profession depuis bientôt 32 ans. Dans son accueillant cabinet de la rue de la Fabrique, la relève s'installe grâce à Dominic Tremblay, son fils, et Valérie Pomerleau, tous deux récemment diplômés en denturologie. Le trio exerce ce métier minutieux qui redonne à la bouche tous ses outils pour bien faire son travail.

Savant mélange de technologie et d'artisanat, ce n'est rien de moins que la perfection qui est visée

tat » déclare-t-il avec fierté.

« La particularité d'être trois denturologistes sous le même toit nous permet d'offrir un maximum de disponibilité et de service. Lorsque quelqu'un vient chez nous pour une réparation ou un ajustement, la première question posée est « Combien de temps cela va-t-il prendre? » expose le denturologiste. « Généralement, nous sommes en mesure de répondre immédiatement à leur demande et la réparation ou la modification se fait dans un délai d'une heure ou deux ».

### UN SERVICE PERSONNALISÉ

Sa clientèle étant majoritairement composée

Cela a un impact sur l'usure des prothèses et on doit en tenir compte » continue M. Tremblay.

### UNE HISTOIRE DE FAMILLE

C'est en voyant son père démarrer sa pratique en solo que Dominic Tremblay a décidé de suivre ses traces une fois adulte. « Il est un véritable puits de savoir. Lorsque nous avons des questionnements, il nous explique et nous épaulé dans notre travail » confie-t-il.

Énergique, le jeune spécialiste bénéficie de l'expertise de son père, pas seulement au point de vue technique : « Étant donné notre jeune âge, le fait



# HUMAIN AVANT TOUT



dans la fabrication d'une prothèse ou d'un implant. « Il faut que ce soit beau, il faut que ce soit parfait : on doit être passionné pour faire ce travail. C'est vraiment de l'artisanat. On voit le produit fini et on constate les changements que ça apporte chez les patients » affirme Pierre Tremblay. « L'écoute est très importante pour bien servir le patient, elle est au centre du travail. Les gens doivent être à l'aise de me parler et d'expliquer les problèmes qu'ils éprouvent pour que je puisse apporter les correctifs nécessaires et fabriquer un sourire unique ».

C'est la volonté de regrouper, de tout faire sous le même toit pour mieux travailler et servir sa clientèle qui a mené à la création de la Clinique Mon Denturo. « Nous avons nos propres laboratoires : il nous est possible de fabriquer, ajuster les modèles et prothèses. Nous avons toujours le contrôle de A à Z : cela nous permet d'arriver au meilleur résultat

de gens âgés de 40 ans et plus, Pierre Tremblay doit parfois se déplacer pour servir ses clients. Certains sont parfois très malades. « Il m'arrive d'aller au chevet de gens en phase terminale, pour procéder à des ajustements afin qu'ils puissent manger correctement. C'est d'ailleurs une chose très importante pour ces patients, de manger, l'une des dernières choses qu'ils feront. Ce sont des moments assez intimes » confie le spécialiste.

En trente ans de pratique, il a d'ailleurs pu observer des tendances au fil du temps. « Aujourd'hui, les gens, même s'ils sont âgés de 80 ou 90 ans, veulent avoir un beau sourire et sont sensibles à l'esthétique. Leur vie sociale est active, ils veulent donc bien paraître. Nous nous devons donc d'être à la hauteur. De plus, les denturologistes ont dû s'adapter au fait que les gens prennent beaucoup plus de médicaments que par le passé.

que Pierre soit près de nous [Dominic et Valérie] nous donne de la crédibilité puisque nous commençons dans le métier » explique-t-il. Valérie Pomerleau quant à elle s'est jointe à l'équipe en 2010, après avoir terminé ses études en juin. « J'ai eu la piqûre pour la denturologie tout de suite en commençant mes études, surtout à cause du contact avec les gens et du travail manuel que cela demande » déclare la jeune professionnelle, très heureuse de s'être jointe à cette famille de professionnels.

Le portrait ne serait pas complet sans le travail indispensable de Doris Boulianne, secrétaire et conjointe de Pierre Tremblay et de Kathy Bolduc, technicienne et chef de laboratoire qui fait partie de l'équipe depuis maintenant quatre ans. À cinq, tous contribuent à cette atmosphère familiale tout en effectuant leur travail avec un grand souci du détail pour donner le meilleur service à leurs clients.



**200 \$ DE RABAIS**  
À L'ACHAT D'UNE  
PROTHÈSE SUR IMPLANT.

**50 \$ DE RABAIS**  
À L'ACHAT D'UNE PROTHÈSE  
CONVENTIONNELLE.

Sur présentation de votre magazine.  
Certaines conditions s'appliquent.  
Valable jusqu'au 30 avril 2012.





SI JACQUES NOËL A CHOISI DE DEVENIR CONSEILLER EN ORTHOPÉDIE, C'EST D'ABORD ET AVANT TOUT PARCE QU'IL AIME LES GENS ET QU'IL POSSÈDE UNE GRANDE ÉCOUTE EMPREINTE D'EMPATHIE.

Lorsqu'on sort de la Clinique Orthèses du Fjord, on arbore généralement un large sourire et on sait que l'on vient de rencontrer de véritables spécialistes en orthopédie qui feront tout pour nous aider au moindre coût. Mais on retient surtout que l'on vient de passer un moment agréable avec des conseillers qui ont pris le temps de nous écouter, qui nous respectent et qui cherchent essentiellement à trouver la meilleure solution à nos problèmes.

L'ORTHOPÉDIE... POURQUOI? Alors, pourquoi va-t-on consulter en clinique d'orthèses? Jacques Noël l'explique simplement, malgré une gamme de services

extrêmement diversifiés. « Les orthèses ont de multiples usages. La plus connue demeure sans doute l'orthèse plantaire, mais on parle également d'orthèses de genoux pour les personnes qui ont subi une opération. À cela s'ajoutent des corsets rigides, des ceintures lombaires ou dorsales, des orthèses de poignet ou des attelles pour soigner les épicondylites ainsi que des bas médicaux de contention. » La Clinique Orthèses du Fjord propose aussi les services d'une podologue experte qui dispense tous les soins de pieds.

DES ÉVALUATIONS ET DES SOLUTIONS Les patients de la clinique sont souvent recommandés par des médecins, mais l'orthésiste Jacques Noël procède également à des évaluations gratuites, entre autres dans le cas d'orthèses plantaires, dont les résultats sont acheminés au médecin.

Lorsque vient l'heure d'envisager les solutions, la clinique offre, selon les besoins, un choix intéressant de chaussures orthopédiques, ou si nécessaire, une chaussure fabriquée sur mesure. « Nous avons aussi notre propre atelier de fabrication pour les orthèses plantaires, du genou et tibiale » ajoute Jacques Noël qui précise que sa clientèle se recrute tant chez les adultes que chez les enfants auxquels on accorde une attention toute spéciale axée sur la prévention. Effectivement, de nombreux problèmes vécus à l'âge adulte auraient pu être évités si décelés en bas âge.

L'EXPÉRIENCE, ÇA COMPTE ! Jacques Noël compte maintenant 15 ans d'expérience dans le domaine. Quinze années durant lesquelles il a mis de l'avant les valeurs qui lui semblent fondamentales : la disponibilité, la qualité du service, la confidentialité, l'écoute, mais, d'abord et avant tout, l'empathie et une approche profondément humaine.

Vous le rencontrerez peut-être en clinique dans les arrondissements de Jonquière et de La Baie et même à Chibougamau puisque son expertise est sollicitée partout, même en milieu industriel! Autrement, vous serez accueilli et conseillé de façon professionnelle et attentionnée au 302, rue St-Vallier à la Clinique Orthèses du Fjord.



« Nous plaçons le service pharmaceutique à l'avant-plan, et notre approche est très personnalisée »



Quand santé et famille vont de pair!

## HÉLÈNE ET MARTINE GRAVEL PHARMACIENNES-PROPRIÉTAIRES AFFILIÉES À PROXIM

Dans le dédale des petites rues du centre-ville de Jonquière existe une pharmacie cinquantenaire qui accompagne ses clients dans les petits et grands moments de leur vie. Hélène et Martine Gravel, sœurs et pharmaciennes-propriétaires de la pharmacie située sur la rue de la Fabrique, ont grandi dans le domaine de la santé et continuent cette tradition de veiller au bien-être des gens de leur quartier.

« Nous plaçons le service pharmaceutique à l'avant-plan, et notre approche est très personnalisée » confie Hélène Gravel. L'agrandissement de leur pharmacie, qui a doublé de taille en 2010, en plus du nouveau décor lumineux et aéré, ajoute au climat à la fois familial et professionnel. Leur pharmacie en est une à dimension humaine, où tous sont accueillis avec sourire, chaleur et écoute. D'ailleurs, c'est tout de suite l'espace réservé aux conseils pharmaceutiques et aux ordonnances qui attire le regard, prouvant bien l'importance du contact avec les clients.

Dans cette atmosphère évolue une équipe tissée serrée : « Certaines de nos employées (l'équipe est majoritairement féminine) sont ici depuis 40 ans. Nos patients qui, enfants, venaient à la pharmacie, sont maintenant adultes et ce sont leurs enfants que nous voyons maintenant » constate Martine Gravel. Ainsi, plusieurs générations se succèdent : grands-parents, parents, enfants.

### UN SUIVI PERSONNALISÉ

Conseils pharmaceutiques, ordonnances, pilulier, suivi d'hypertension font partie des tâches quotidiennes de cette équipe toujours à l'affût des derniers développements dans le domaine. On y effectue également des suivis de thérapie : on surveille les possibilités des effets secondaires des médicaments, l'implantation d'un nouveau plan de traitement par exemple. L'équipe est également en contact avec les médecins. Incapable de vous déplacer? La pharmacie offre un service de livraison rapide, courtois et gratuit.

Encore une fois, la volonté de toujours offrir le meilleur service au client se traduit par une efficacité accrue : « Nous privilégions le service personnalisé. Certains de nos clients viennent ici depuis 35 ans, nous les connaissons bien et pouvons donc suivre de près leur état de santé » déclare Martine Gravel.

Cette pharmacie de quartier vous offre également un service rapide, accessible et très professionnel. L'équipe est composée de cinq pharmaciennes dont deux sont en service les jours de semaine. Elles sont épaulées dans leur travail par sept techniciennes. Toutes sont dévouées à prendre soin de votre bien le plus précieux : votre santé!

LES PHARMACIENS EXERÇANT DANS CETTE PHARMACIE SONT SEULS RESPONSABLES DES SERVICES PHARMACEUTIQUES RENDUS.

### CLINIQUE ORTHÈSES DU FJORD

# Une approche profondément HUMAINE



### QU'EST-CE QU'UN ORTHÉSISTE ?

L'orthésiste évalue la condition biomécanique du patient, conçoit et fabrique des appareils de soutien, c'est-à-dire des orthèses. La fabrication de l'appareillage du patient s'effectue en fonction d'une ordonnance médicale. Privilégiant les contacts avec les patients, les orthésistes, prothésistes et orthésistes du pied s'occupent de l'évaluation du besoin d'appareillage du patient et également des suivis. Source : www.aopq.ca



# Véronique FORTIER

À UNE ÉPOQUE OÙ TOUT EST AUTOMATISÉ, PRODUIT EN SÉRIE DANS UN PAYS INCONNU, DES PETITES MAINS S'AFFAIENT À CRÉER ICI DES PIÈCES UNIQUES, POLISSANT, TAILLANT ET CISELANT LES DÉTAILS DE CE QUI SERA UNE OEUVRE D'ART MINIATURE.

Véronique Fortier, joaillière, poursuit cette tradition avec ses bijoux empreints de simplicité et de sophistication. Dans son atelier et boutique de la rue Racine, elle expose sa collection, effectue de la fabrication de bijoux sur mesure, de la réparation de bijoux, de montres et d'horloges, offre un choix de montres pour hommes et dames, en plus de présenter une quarantaine d'artisans québécois. Portrait d'une passionnée.

« J'ai commencé mon parcours en allant étudier en arts à l'UQAC, mais j'étais à la recherche d'un métier d'art concret. Je suis donc allé étudier la joaillerie au CFP Maurice-Barbeau à Québec durant deux ans, pour ensuite prendre des cours de perfectionnement en traitement de texture à l'École de joaillerie de Québec » explique l'artiste. Sa production est le fruit d'une réflexion artistique qui l'a portée à explorer des formes toutes simples, des ovales entre autres, ce qui confère à ses bijoux une allure épurée et empreinte d'une grande simplicité. « J'aime l'aspect brut des métaux, donc des bijoux. C'est dans cet esprit qu'au cours de la fabrication, je laisse souvent le métal choisir sa couleur par exemple. Je peux ainsi rendre une forme simple très efficace, et lui donner de la pro-

fondeur soit avec une texture, une patine, ou une oxydation naturelle » continue-t-elle. L'argent, l'or, le laiton et le plexiglas font partie des matériaux qu'elle utilise. Cette dernière fait également usage de la feuille d'or, de l'argent pur et affectionne les mélanges d'or et d'argent.

Vive et menue, ses yeux s'illuminent à la vue des collections et du fruit du travail des autres artistes présents dans son commerce. « La mission de la boutique, c'est de faire la promotion des jeunes artistes québécois en bijoux et en accessoires. Certains d'entre eux sont indépendants ou peu connus des cercles habituels et ne font pas nécessairement tous partie de regroupements bien établis » continue-t-elle. Prêt-à-porter, foulards, sacs, manteaux de cuir recyclés, bijoux branchés, un véritable microcosme d'originalité se retrouve dans les présentoirs!

**DES SERVICES SUR MESURE ET UN ATELIER COMPLET**  
Mme Fortier peut également redonner un nouveau look à votre bijou préféré, en plus de vous créer un modèle sur mesure, rien que pour vous. À l'écoute de vos goûts et besoins, vous pourrez arborer cette

pièce unique qui, contrairement à ce que l'on pourrait penser, sera d'un coût comparable à ce qui est disponible sur le marché, sans risquer de croiser un sosie ou une copie!

À cette boutique et ces bijoux s'ajoute également un service de fabrication de bijoux sur mesure,

de réparation de bijoux, de montre et d'horloge, le tout supervisé par une équipe qui compte 37 ans d'expérience. Le tic tac de votre pendule à coucou est désormais vie à ces mécanismes et cadrans qui témoignent de l'ingéniosité et de la précision humaine. Même chose

pour vos chaînes, bijoux et parures : elles brilleront de tous leurs feux et retrouveront leur jeunesse. Plus de raison de les laisser dans les tiroirs!

**UNE OCCASION EN OR!**  
Véronique Fortier fait également l'achat d'or. Venez la rencontrer pour obtenir l'heure juste sur la va-

leur de vos biens. Une formule très intéressante à considérer est celle de l'échange : vous pouvez vous faire fabriquer un bijou avec votre or, et s'il y a un excédent, celui-ci vous permettra de payer une partie de la confection, réduisant ainsi la facture totale. Un troc tout à votre avantage!

# JOAILLIÈRE contemporaine

**MARIE-FRANCE DUVAL**  
Bracelet tissé à la main, fil d'acier inoxydable, 55 \$



**ANNE-LOUISE LAFLAMME**  
Boucles d'oreilles en vinyle récupéré, argent fin, et cabochon de résine, 22 \$



**SONIA IMBEAULT**  
Bracelet argent 925 et perle sculpté à la main, 160 \$

**MÉLANIE FONTAINE**  
«Méversible»  
75 \$



**COCKLUCH**  
Bourse «L'Éternel»  
130 \$

**COCKLUCH**  
Boucles d'oreilles en cuir recyclé, 26 \$



**NOUJICA**  
Boucles d'oreilles de retailles de verre sérigraphiés, 22 \$



**NOUJICA**  
Collier en verre sérigraphie à la main, bois taillé et teint à la main, pièces uniques, 48 \$



**MARIE-ÈVE GAGNON**  
Collier-foulard en soie et acier inoxydable extensible (plusieurs couleurs disponibles), 45 \$



**MARIE-JOSÉE PELLETIER**  
Boucles d'oreilles coupole d'argent 925 et traitement de texture, plumes teintes à la main, 46 \$

**VÉRONIQUE FORTIER**  
Collier long plexi et argent 925, 95 \$.  
Boucles d'oreilles plexi et argent 925, 39 \$  
Bague texture liège argent 925, 115 \$  
Pendentif technique Kumbo, feuille d'or 24 K et argent pur, 95 \$



À ce prix-là, les parents trouvent ça drôle aussi la graduation.

Disponible du plus petit... au plus grand.



BOUTIQUE  
**MARCEL PARÉ**

752, rue Victoria - arr. de La Baie - 418 544.1943

DERYtelecom, qui a pignon sur rue dans l'arrondissement de La Baie, s'inscrit comme un joueur majeur de l'industrie de la câblodistribution. Celle qui a débuté à Saint-Raymond dans la région de Portneuf en 1954 a grandi tant et si bien qu'elle emploie maintenant 130 personnes et est propriétaire de l'entreprise Câble Axion, active au sud et au centre du Québec. Nominée cette année au prestigieux concours d'affaires québécois Les Mercuriades dans la catégorie « Contribution au développement économique régional », ce fleuron entrepreneurial n'a pas fini de surprendre !

#### LES DÉBUTS

Au milieu des années 50, Gilles Déry fait la vente et la réparation de téléviseurs. Pour bonifier son offre, il ajoute la câblodistribution à son service de vente. Ce flair fit de l'homme d'affaires un précurseur et un visionnaire dans son domaine. Son entreprise, nommée à l'époque Vidéo Déry ltée, acquiert en 1963 le réseau de câble de Noël Déry (sans lien de parenté) à La Baie.

# DERYtelecom

## Numériquement vôtre!

S'ensuit une vague d'expansion dans les régions qui consolida l'entreprise au tournant des années 90. Elle s'est traduite par l'achat d'autres câblodistributeurs, qui, malgré la passation des pouvoirs, ont gardé intacts les emplois existants. DERYtelecom s'est d'ailleurs toujours fait un point d'honneur de conserver les services et emplois en place dans ses localités.

L'arrivée d'Internet en 1995 ajoute une autre corde à son arc et DERYtelecom devient le premier fournisseur à offrir le service d'Internet par câble au Saguenay-Lac-Saint-Jean. L'avènement du numérique dans le monde des télécommunications vient par la suite précipiter la croissance de l'entreprise.

ÉLOIGNÉ DES GRANDS CENTRES TOUT EN ÉTANT BIEN BRANCHÉ DERYtelecom dessert maintenant 25 000 clients et présente depuis cinq ans une offre TRIO incluant la télévision numérique, Internet haute vitesse et la téléphonie.

L'entreprise axe son développement en milieu ruraux et propose les mêmes services que l'on retrouve dans les grands centres urbains, et ce, à prix compétitifs. C'est aussi dans cette optique qu'elle fait l'interconnexion de plus petits câblodistributeurs, leur permettant ainsi de survivre dans un marché hautement concurrentiel. Un accès aux technologies de l'information et des



communications contribue activement au maintien et à l'augmentation de la qualité de vie des gens ainsi qu'au dynamisme économique. Grâce à DERYtelecom, les citoyens des petites localités n'ont rien à envier à ceux des grandes villes !

De plus, l'entreprise tire son épingle du jeu par sa volonté constante de réduire les coûts pour offrir ses services aux meilleurs prix. Elle bénéficie d'une culture qui valorise la recherche et le développement et qui tire parti de son capital humain : tous, autant employés que dirigeants, travaillent à sa progression ! Son siège social situé dans l'arrondissement de La Baie est le centre nerveux de tout son réseau. Son but ? Devenir le choix #1 en matière de télécommunications dans les territoires qu'elle dessert. Un véritable David contre les Goliath de ce monde !

Aucun doute, cette entreprise aux valeurs familiales est une source de fierté et s'inscrit pour durer dans le panorama entrepreneurial québécois !

*Julien Côté,  
vice-président technologies  
Rémi Tremblay,  
président-directeur général*



*Convaincue qu'une communauté doit posséder sa propre voix, DERYtelecom soutient la télévision locale TVDL depuis 1992. Desservant la population câblée par l'entreprise, ses téléspectateurs peuvent suivre l'actualité municipale et bénéficier d'information locale sur une base quotidienne.*

ANDRÉE

Duval

PROFESSION...  
marieuse!



Coussin pour alliances  
Lillian Rose  
40 \$

Le personnage de la marieuse a été propulsé vers la notoriété internationale avec le rôle campé par Jennifer Lopez dans la production hollywoodienne *La Marieuse*. Si bien qu'aujourd'hui, on n'envisage plus le mariage sans le recours à une organisatrice professionnelle.

Andrée Duval est marieuse, et cela, depuis fort longtemps. Dès l'enfance, par l'intermédiaire de sa famille, elle a été étroitement associée au monde des réceptions et des mariages.

Cela signifie qu'elle peut prendre en charge tous les menus détails d'un mariage, presque de A à Z, selon les besoins exprimés par les clients. « J'offre le service de planificatrice de réception, ce qui inclut le traiteur, les salles, le gâteau, les fleurs, la décoration, le photo-

graphe, les limousines et même la musique » explique-t-elle.

À cela s'ajoute l'ensemble des accessoires utiles : chaussures, sacs à main, bijoux, livre de signature et tous les petits ou grands éléments du décor qui font la différence. Le concept mis de l'avant par Andrée Duval se définit par la location d'un décor dont le montage est entièrement pris en charge par l'entreprise, ce qui réduit considérablement les frais pour la clientèle.

Décor, Mariage et Réception, situé sur la rue Roussel à Chicoutimi-Nord, coordonne plus de 60 mariages par année et dispense ses services partout au Saguenay-Lac-Saint-Jean de même que sur la Côte-Nord. Pour une réception réussie, le service clé en main de mariage et de réception!

Décor, Mariage et Réception



Touch ups,  
modèle  
Cinamon,  
88 \$



Kalia  
collection  
88 \$



Modèle  
Cheyenne  
95 \$



Kalia  
Collection,  
75 \$



Kalia  
Collection  
modèle Kori  
75 \$



Kalia  
collection  
75 \$



Bouquets :  
Divers modèles  
disponibles sur  
commande.



Bourses, Picabo,  
25 \$ chaque



Bracelets en  
pierres, Ming,  
large, 26 \$  
mince, 12 \$



Bracelet de perles  
rouge et noir,  
40 \$

Bracelet de  
pierres noir  
44 \$



Collier de  
pierres et  
boucles  
d'oreilles  
assorties, 40 \$



Collier à  
pierres oblon-  
gues blanches  
et boucles  
d'oreilles  
assorties, 45 \$

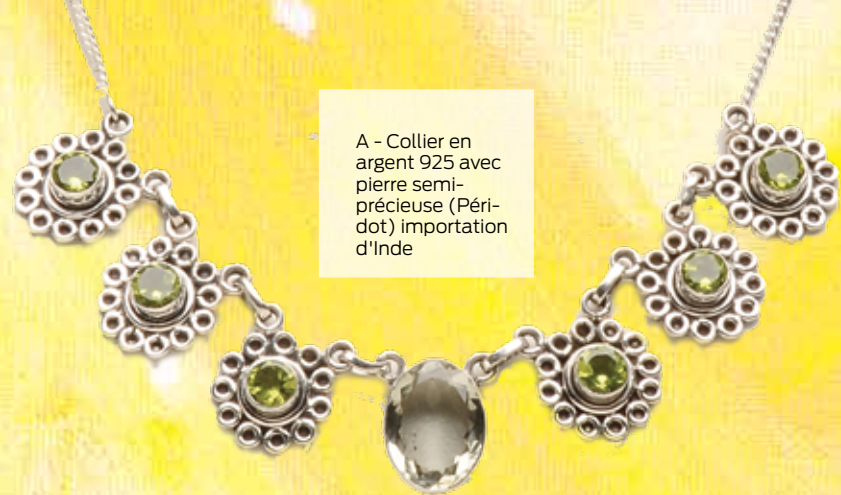


Collier  
rouge et noir  
asymétrique  
et boucles  
d'oreilles  
assorties,  
120 \$

CVS 26

CVS 27

APPORTEZ VOTRE MAGAZINE  
ET VOUS AUREZ UN RABAIS  
ÉQUIVALENT AU MONTANT  
DE LA TPS ET TVQ  
SUR VOTRE NOUVEL  
ACHAT!



A - Collier en argent 925 avec pierre semi-précieuse (Péridot) importation d'Inde



C - Meuble peint à la main par des artisans du Maroc. (Bois de cèdre) Pièce unique!



E - Vase de pierre polie violet, 27 po de hauteur, 59,95 \$



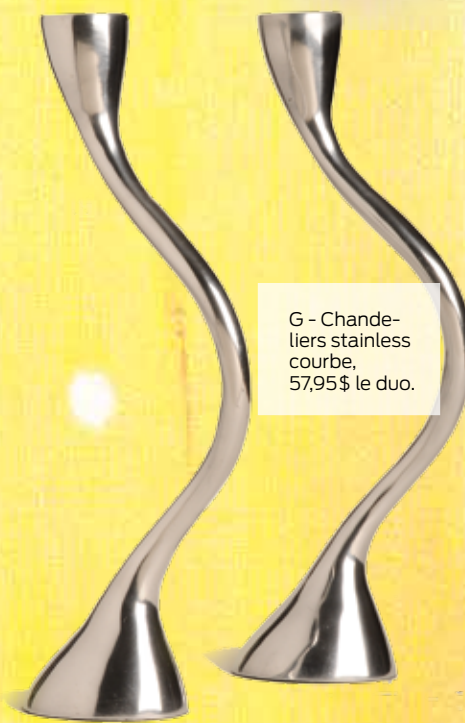
F - Galets décoratifs silver, collection Abbott, 19,95 \$ l'ensemble de 5



D - Bracelet en argent 925 et corail cultivé + Bracelet Bleu Topaze et pierre de lune. importation Indonésie (Bali)

A-B-C-D  
**BOUTIQUE ARAZTEC**  
2334, St-Dominique  
Centre-ville de Jonquière  
418 547-2453

E-F-G  
**DÉCORATION BRASSARD**  
1969, Davis  
Centre-ville d'Arvida  
418 548-7878



G - Chandeliers stainless courbe, 57,95 \$ le duo.

Vous avez peut-être remarqué en feuilletant nos pages que certains visages avaient un air de déjà vu... Encore une fois, des travailleurs des centres-villes ont aimablement accepté de devenir mannequin d'un jour. Voilà l'occasion d'adresser un merci tout spécial à ces derniers.



Stéphanie Larouche  
Conseil d'administration du Vieux-Port, centre-ville de Chicoutimi



Éric Larouche  
Hôtel Chicoutimi, centre-ville de Chicoutimi



Annie Fortin  
Décoration Brassard, centre-ville d'Arvida



Jérôme Gouron  
Conseil d'administration de l'ATR, centre-ville de Chicoutimi



Alain Tremblay  
Rodrigue Le Bottier, centre-ville de Chicoutimi



Eugène Brassard  
Décoration Brassard, centre-ville d'Arvida



Gabriel Tremblay  
Marcel Paré, centre-ville de La Baie



Bianca Gagné  
Brisson Tremblay Fleury et Ass, centre-ville de Chicoutimi (secteur nord)



Tamylia Savard  
Décoration Brassard, centre-ville d'Arvida



Pier-Olivier Verreault  
Marcel Paré, centre-ville de La Baie



Catherine Fleury  
Brisson Tremblay Fleury et Ass, centre-ville de Chicoutimi (secteur nord)



Virginie Lapointe  
Décoration Brassard, centre-ville d'Arvida



Audrey Boulay  
L'Immobilier, centre-ville de Chicoutimi



Jennifer Brassard  
Décoration Brassard, centre-ville d'Arvida



François Laberge  
Décoration Brassard, centre-ville d'Arvida



Simon-Pierre Munger  
Bar le Bao, centre-ville de Chicoutimi



Marie-Pier Ménard  
Décoration Brassard, centre-ville d'Arvida



Isabelle Brassard  
Décoration Brassard, centre-ville d'Arvida



Nancy Lavoie  
Intermed groupe santé, centre-ville de Chicoutimi



Valérie Darveau  
Décoration Brassard, centre-ville d'Arvida



Jocelyne Turcotte  
Décoration Brassard, centre-ville d'Arvida



Dr. Pierre Lachance  
Clinique chiropratique Jonquière, centre-ville de Jonquière



Sandra Bouchard  
Décoration Brassard, centre-ville d'Arvida

Merci également au Dr Christian Bergeron, chiropraticien, au garage Danauto, ainsi qu'à la direction de la Polyvalente de La Baie pour nous avoir gracieusement prêté leurs locaux pour quelques-unes de nos séances photo.

Enfin le printemps! Que voulez-vous, il y a des hivers plus difficiles que d'autres! Je suis plutôt du style soleil et beau temps que neige et gadoue, mais bon, tout est une question de goûts! Pour celles qui, comme moi, sont emballées par l'arrivée des beaux jours, voici ce que nous réserve la douce saison.

Deux tendances principales se dessinent : la tendance naturelle réinterprétée façon 2011 pour les plus classiques d'entre nous et un look flamboyant très rose, très fille. Le premier se distingue avec ses matières naturelles, ses couleurs neutres et édulcorées, ses drapés sophistiqués et ses superpositions. Le second est plus éclaté; idéal pour celles qui osent! Allure flamboyante, limite showgirl, mettant en vedette tout ce qui brille, les matières high-tech, les froufrous, les talons hauts, le rose dans presque toutes ses déclinaisons, corail, bonbon, fuchsia, bref, un look pour « filles averties ».

À vous de choisir votre voie, ou d'adapter le tout à votre humeur du moment!

L'ATELIER DE COIFFURE DE JONQUIÈRE CÉLÈBRE EN 2011 SES 15 ANS D'EXISTENCE. OUVERT EN 1996 À L'INITIATIVE DES COIFFEURS CAROLINE FORTIN ET JEAN-MICHEL FRADETTE, CE QUI DEVAIT ÊTRE UN PETIT SALON EST DEVENU UN GRAND SALON AVEC TREIZE COIFFEURS, COIFFEUSES ET COLO-RISTES D'EXPÉRIENCE! VOICI UNE ÉQUIPE PASSIONNÉE EN QUELQUES QUESTIONS.

PLUS BESOIN DE FAIRE DES PIEDS ET DES MAINS POUR SE SENTIR BELLE : PRENEZ RENDEZ-VOUS À L'ATELIER D'ESTHÉTIQUE! DANS UN DÉCOR LOUNGE AUDACIEUX, TOUTES S'AFFAIENT À VOUS REDONNER CETTE PETITE ÉTINCELLE QUI FERA TOURNER LES TÊTES!



## De Jonquière à Paris!

**DÉCRIVEZ-NOUS L'EXPÉRIENCE TYPE D'UN RENDEZ-VOUS À L'ATELIER DE COIFFURE.**

L'ambiance y est très sympathique et chaleureuse! Chez nous, vous trouverez une oreille attentive à vos besoins : que ce soit pour une coupe, une coloration, une occasion spéciale comme un bal ou un mariage, et que vous soyez une femme, un homme, enfant ou adulte, nous saurons vous mettre en valeur! De plus nous offrons des services comme les traitements pour les cheveux abîmés, la perte de cheveux, la microdermabrasion du cuir chevelu, etc.

Une clientèle fidèle et régulière s'est bâtie au fil du temps : nous avons des habitués qui nous suivent depuis le début. Nous leur proposons de nouveaux looks, de nouvelles coupes, toujours à la dernière mode. Être à l'écoute de nos clients est primordial pour nous! Nous avons un esprit

d'équipe très fort; l'ensemble des coiffeurs et coiffeuses qui étaient avec nous au début le sont encore, 15 ans plus tard! Nous conseillons également notre clientèle sur différents produits de coiffure vendus en salon, et avons des lignes spécialisées comme Nioxin, pour la perte de cheveux.

**EN FEUILLETANT LES MAGAZINES DE MODE, ON A L'IMPRESSION QUE LES TENDANCES NE SONT QUE L'APANAGE DES GRANDES VILLES. À L'ATELIER DE COIFFURE, C'EST PLUTÔT LE CONTRAIRE!**

Nous sommes à l'affût des tendances et produits de partout dans le monde et voyageons beaucoup pour assister à des formations avec les plus grands noms de la coiffure. Nous avons visité Paris, l'Italie, les Caraïbes et la Grèce. Notre équipe est en formation continue auprès de coiffeurs réputés qui viennent parfois nous visiter à notre salon!

**AU FIL DE CES VOYAGES, VOUS AVEZ SÛREMENT RENCONTRÉ BIEN DES GENS ET TISSÉ DES LIENS...**

Définitivement! On découvre en discutant avec de gros joueurs de l'industrie que nous avons les mêmes préoccupations en tant que coiffeur! Nous avons des relations d'amitié avec des pointures de la coiffure montréalaise et canadienne. Comme nous assistons aux mêmes grands événements dans le domaine, on finit par se connaître.

**À CÔTOYER TOUS CES GENS D'IMPORTANCE, AVEZ-VOUS DES PRIMEURS SUR LES NOUVELLES TENDANCES?**

Oui! Tous ces contacts nous permettent de prendre le pouls du monde de la mode et être à l'affût de ce qui sera le prochain style. Nous sommes à quelques degrés près des cercles de décision et d'influence grâce à ces contacts précieux!

**EN TERMINANT, VOUS VOUS INVESTISSEZ DANS DES ŒUVRES SOCIALES ET DE BIENFAISANCE...**

Nous faisons un souper-bénéfice afin de ramasser des fonds pour la dystrophie musculaire. Durant la période de Noël, nous organisons un tirage où la totalité des fonds amassés sont versés à Aide-maman Plus et au CLSC de Jonquière pour procurer des couches pour bébé à des familles qui en ont besoin. C'est notre manière de faire notre part!



## DE COIFFURE D'ESTHÉTIQUE

**PREMIÈRE ÉTAPE : DES MAINS SPLENDIDES**

Bar à ongles, vous connaissez? Ce nouveau concept vous permet de faire le choix entre plusieurs techniques différentes de pose d'ongles et d'avoir accès à une panoplie de modèles, design et couleurs. Dans cet endroit où se mêlent esthétique et détente, une technicienne en pose d'ongles déploiera son savoir-faire pour orner vos mains. Précurseurs de ce type de salon dans la région, L'Atelier d'esthé-

tique vous offre également la pédicure esthétique afin de dorloter vos pieds. De la manucure française aux designs les plus excentriques, vous trouverez ce qu'il vous faut!

**DEUXIÈME ÉTAPE : UNE PEAU DE PÊCHE**

C'est incontournable : de multiples facteurs (soleil, pollution, stress) affectent la peau. Pour redonner jeunesse et souplesse à votre peau, L'Atelier d'esthétique vous offre les produits Mary Cohr pour les soins du visage et du corps. Cette ligne de produits française existe depuis une trentaine d'années et a obtenu les plus hauts standards de qualité de l'industrie (VERITAS 22 716).

Pour celles qui sont soucieuses de la liste d'ingrédients de leurs cosmétiques, ces produits sont sans OGM, sans paraben, sans filtres chimiques avec des parfums der-

## Vous l'aurez dans la peau!

mocompatibles. Élaboré à partir des meilleures plantes d'où sont extraits les meilleurs actifs, un protocole de traitement sera élaboré selon votre type de peau et vos besoins.

Redonnez un coup de jeunesse à votre visage sans le bistouri avec le soin CatioLift. Véritable miracle, vous soustrairez plusieurs années à ce dernier grâce aux produits Mary Cohr et à l'appareil CatioVital. Il redynamise les muscles de la figure qui reprennent du volume et de la tonicité. Les traits sont remontés de façon spectaculaire et l'ovale du visage est redessiné, grâce à la stimulation musculaire et l'effet d'ionisation douce que procure l'appareil.

L'épilation et les soins du corps sont aussi offerts en salon. Faites-vous plaisir et offrez-vous ce moment de détente. Vous en ressortirez aussi

légère qu'une plume! À tous ces services s'ajoutent les produits Dr Mehran, qui comptent plusieurs innovations et offre un produit de très grande qualité sans vider votre portefeuille. Utilisés autant par le public que par les professionnels, ils répondront à vos besoins avec efficacité!

**TROISIÈME ÉTAPE... UN REGARD SÉDUISANT**

Bénéficiez de la grande expérience de Marlène Fraser, esthéticienne et spécialiste en maquillage, pour vous donner un look d'enfer! Cette dernière est d'ailleurs reconnue pour ses cours de maquillage très complets. Surveillez prochainement les forfaits de manucure, pédicure et maquillage pour les bals de et les mariages. Pour être la plus belle des mariées ou la plus belle pour aller danser, L'Atelier d'esthétique est l'endroit tout indiqué!

VOYAGER N'EST JAMAIS SANS RISQUE. VACANCES SOLEIL, D'AFFAIRES, D'AGRÉMENT, DE DÉCOUVERTE OU VOYAGE HUMAINITAIRE... LA PRINCIPALE FAÇON DE S'IMMUNISER CONTRE LES MALADIES QUI NOUS GUETTENT RESTE LA VACCINATION.

Nancy Lavoie explique : « Nous avons tous reçu des vaccins de base qui nous protègent contre des maladies présentes chez nous : rougeole, varicelle, coqueluche et autres. Lorsqu'on voyage, on s'expose à des maladies graves contre lesquelles nous ne possédons aucune immunité. » La seule

mention des noms hépatites A et B, fièvre typhoïde, choléra, fièvre jaune, méningite, encéphalite et rage... suffit à nous faire comprendre l'importance cruciale des vaccins.

**PAS DE CHANCE À PRENDRE!**

« Même dans les pays où les vaccins ne sont pas obligatoires, comme plusieurs des destinations soleil les plus populaires, les risques sont présents et la vaccination est recommandée, » explique Nancy Lavoie. Ailleurs, comme dans certains pays d'Afrique, le voyageur doit présenter une preuve de vaccination

**INTERMED GROUPE SANTÉ, UN ACTEUR DANS LA RECHERCHE**

La division Q & T Recherche Chicoutimi, en collaboration avec Q & T Recherche Sherbrooke, réalise des études cliniques, principalement de phase II et III parrainées par l'industrie pharmaceutique ou des partenaires publics. Les deux groupes travaillent ensemble au développement de la recherche clinique et au maintien de hauts standards de qualité et d'efficacité.

contre la fièvre jaune. En Haïti, la situation sanitaire ayant radicalement changé depuis le tremblement de terre, le vaccin contre le choléra est devenu essentiel. Conséquemment, selon le profil du voyageur et du voyage, la clinique voyage vaccination d'Intermed Groupe Santé établit d'abord vos besoins de protection, vous informe sur les risques encourus, la prévention et les bonnes pratiques sanitaires, puis élabore un programme de vaccination dont elle assure un suivi attentif. Mme Lavoie mentionne : « Il est recommandé de recevoir ses vaccins 4 à 6 semaines avant le départ et même plus tôt si possible, si l'on veut être certain d'obtenir une protection maximale avant le départ. Néanmoins, peu importe le délai, il est toujours possible d'appliquer un calendrier vaccinal accéléré et d'offrir des conseils et des services qui permettront de limiter les risques associés à un voyage. » Tout cela pour un coût parfaitement comparable à ce que vous paieriez ailleurs, y compris dans le système public de santé. Un tarif minime est exigé pour la consultation alors que des prix spéciaux sont accordés aux couples, aux familles et aux groupes.

La clinique voyage d'Intermed Groupe Santé reste à l'affût de l'évolution de toutes les questions de santé publique dans le monde et s'impose déjà comme LA référence en médecine de voyage au Saguenay-Lac-Saint-Jean.

Mais comment s'y reconnaître dans cet univers complexe et changeant ? La consultation en clinique voyage vaccination s'avère la solution idéale pour s'assurer un séjour agréable à l'étranger. Vous y obtiendrez des conseils adaptés à votre destination et à votre état de santé, ainsi que toute l'information, les vaccins, les ordonnances médicales et les produits nécessaires pour vous assurer le plus beau des voyages. Voilà la raison d'être de la clinique voyage d'Intermed Groupe Santé, la première clinique de voyage vaccination au Saguenay—Lac-Jean offrant un service intégré avant, pendant et après le voyage.

**UNIR LES COMPÉTENCES**

Intermed Groupe Santé réunit les meilleurs spécialistes de la région : les Drs Doria Grimard et Réjean-A Delisle, microbiologistes, infectiologues; le Dr Clément Paradis, omnipraticien, ainsi que Nancy Lavoie, directrice de la clinique et infirmière spécialisée en consultation-voyage. Le Dr Delisle est le seul intervenant dans la région à détenir la reconnaissance officielle de l'ISTM (International Society of Travel Medicine). Mme Lavoie et Dr Grimard ont également une formation à l'ISTM.

**VOYAGER BIEN PRÉPARÉ**



LES NUTRITIONNISTES ASSOCIÉES SONT MAINTENANT INSTALLÉES CHEZ INTERMED GROUPE SANTÉ.

Vous pourrez y rencontrer nos nutritionnistes pour une évaluation alimentaire personnalisée ainsi que des conseils sur mesure pour maintenir ou améliorer votre santé. Nous offrons également des services conseils en nutrition: conférences, évaluation de menus, visites en épicerie, etc. Pour toute information ou pour prendre rendez-vous, n'hésitez pas à nous contacter au (418)543-0874.



Parce que nous avons à cœur votre confort, nous vous offrons la plus grande gamme de sandales Romika® de la région.



**CHAUSSURES CLAUDE LAVOIE**

2160, RUE SAINTE-FAMILLE, ARR. DE JONQUIÈRE 418 542.6463

# ARTIS



## Table cosmopolite

**Rouge glamour.** L'Artis se pare de carmin pour ses invités. Sur ses murs, dans ses plats, dans ses bouteilles. À sa table est assise une habituée, l'Italie, qui a ramené avec elle des influences du monde entier. À midi ou à minuit, L'Artis est à mettre sur votre liste!

« On a l'impression d'être ailleurs, dans une grande ville! » Cette phrase, le propriétaire Claude Girard l'a maintes fois entendue de la bouche de ses clients! Serait-ce attribuable à l'ambiance lounge de ce restaurant aux couleurs changeantes, à sa cuisine à la fois recherchée et réconfortante, aux spectacles présentés sur une base hebdomadaire? Cela demande enquête!

### DANS LES COULISSES DE L'ARTIS...

...ça chauffe! Depuis mars 2009, le chef Frédéric Jobin a pris les commandes de la cuisine. Passionné et perfectionniste, il ne se réalise que dans le perfectionnement des plats qu'il cuisine avec amour et professionnalisme. Il en résulte une séduisante cuisine fusion unique en son genre qui mêle Italie et influences internationales! D'ailleurs, ceux qui ne jurent que par l'authenticité dans les ingrédients et les techniques se sentiront chez eux à L'Artis. On prend soin de tout préparer sur place : les pâtes fraîches, les sauces, les légumes, alouette! Les herbes sont ciselées, la viande taillée dans la pièce et les desserts concoctés par les bons soins de l'équipe... Que ce soit à la carte ou en table d'hôte, coup de foudre garanti pour les pâtes carbonara, les viandes cuites sur le grill et l'osso buco! La légende veut également que leur célèbre

Assiette Carnivore fasse l'objet de paparazzis culinaires qui l'immortalisent en photo tellement la bête est grosse... avant de l'entamer tout rond! Évidemment, pour bien accompagner le repas, vins, cocktails et spiritueux sont de mise! Le cellier de l'Artis contient 1 400 bouteilles provenant de 134 étiquettes. Le personnel attentionné vous fera découvrir des vins de partout dans le monde, incluant une belle sélection entre 30 \$ et 50 \$, ainsi que des raretés. Ceux et celles qui voudront passer la soirée au bar pourront déguster la spécialité de l'endroit : les martinis!

Pour recevoir avec classe, l'Artis vous offre une magnifique salle de réception au sous-sol équipée d'un projecteur et d'équipement de sonorisation où cent personnes pourront prendre place.

### ARTIS ET ARTISTES : UNE COMBINAISON RÉUSSIE!

Très courus, les spectacles présentés à l'Artis regroupent autant des artistes locaux que des artistes établis. Parmi eux, France D'Amour et Marie-Mai ont foulé la scène pour le plus grand plaisir des spectateurs. Lancements d'albums, participation à des festivals comme le Festival Jazz et Blues de Saguenay, c'est dans ce cadre unique que vous pourrez vivre des moments inoubliables!

### FUSION TRAITEUR

Tout comme la maison-mère, Fusion Traiteur vous offre une cuisine d'inspiration internationale tout en vous proposant des mets traditionnels. Mené de main de maître par le chef Jean-Denis Boivin, qui a beaucoup d'expérience dans ce domaine en plus d'une grande maîtrise des techniques et perfectionnement culinaire, il se fera un point d'honneur de bien vous servir. Une vaste sélection de menus sont disponibles et pour tous les budgets. Quel que soit l'événement (corporatif, mariage, réception) ils sont en mesure de répondre à vos demandes. D'ailleurs, puisque la saison estivale est à nos portes, que diriez-vous d'un bon méchoui? Avec quatre tables (dont deux font quatre pieds et les deux autres huit pieds de longueur) Fusion Traiteur pourra accommoder les plus Obélix d'entre vous! Pour les plus petits appétits, les bouchées urbaines vous surprendront grâce à leur variété et leur finesse.

Ceux qui voudraient pousser l'expérience plus loin peuvent recevoir leurs invités dans le confort de leur foyer sans tracas grâce au service Chef à la maison, où ce dernier arrive avec tout l'équipement nécessaire : ingrédients, vaisselle, ustensiles. Alors que vous profitez de la soirée et passez du bon temps avec vos convives, ce dernier s'affaire à préparer le repas et s'occupe de tout, vous épargnant même la corvée de vaisselle!



L'ARTIS MAINTENANT DISPONIBLE SUR VOS APPAREILS MOBILES  
Utilisateurs d'iPhone (et bientôt d'Android), téléchargez l'application gratuite Artis qui vous permet de consulter le menu, réserver votre table et vous tenir au courant des événements et nouveautés! Vous pouvez également vous inscrire à l'Infolettre VIP qui, via votre ordinateur personnel, vous enverra un certificat cadeau de 25 \$ pour votre anniversaire ainsi que les spéciaux et nouvelles!

### CÔTES LEVÉES ARTIS

Pour 4 à 5 personnes

#### SAUCE BBQ ARTIS

- 25 onces de Ketchup
- 3 ½ onces d'ail haché
- 1 cuillère à soupe de sauce Worcestershire
- ½ cuillère à soupe de cumin
- 1 ¼ tasse de sucre brun
- ¼ tasse de Jack Daniel's
- ¼ tasse de vinaigre blanc
- ¼ tasse de liquide fumé
- 1 pincée de piment de Cayenne
- 1 cuillère à thé de sel
- ½ cuillère à soupe de poivre
- ½ cuillère à soupe de piments broyés

#### BOUILLON À CÔTES LEVÉES :

- ½ gallon d'eau
- ¼ tasse de vinaigre blanc
- ¼ tasse de sucre brun
- 2 feuilles de laurier
- 1 pincée de piments broyés
- 1 cuillère à thé de liquide fumé
- 1 cuillère à thé d'ail haché
- ½ cuillère à thé de sel et de poivre

#### MÉTHODE DE CUISSON :

Faire bouillir la viande dans le bouillon à côtes levées environ 2 heures. Faire refroidir les côtes levées 30 minutes à la température de la pièce. Faire mariner les côtes levées dans la sauce BBQ Artis pendant 24 heures. Badigeonner la viande et cuire sur le grill à 375° F 10 minutes de chaque côté

Bon appétit!

## LA FAMILLE S'AGRANDIT, L'ARTIS FAIT DES PETITS!

Surveillez le dernier-né de la famille Artis – un bistrot dédié à la bière où le menu convivial typique de ce genre d'établissement mettra en vedette les moules et les frites. Près d'une cinquantaine de cocktails et 12 lignes de fût n'attendent que vous pour démarrer le bal. Situé à gauche du restaurant au coin des rues Riverin et Racine, ce sera le point de ralliement pour vos 5 à 7!





Sébastien Gilbert,  
Vanessa Lebel et  
Sonia Masse.



« Vous pouvez  
ainsi créer diffé-  
rentes formules et  
éviter la routine »

# Énergie Cardio

Christine Gaudreault et  
Dominic Ceconello,  
copropriétaires des centres  
de Chicoutimi et Jonquière.

Garder la forme peut être un combat de tous les instants, même si l'on nous bombarde de messages sur la bonne santé. Acquérir de saines habitudes de vie, se fixer des objectifs clairs et avoir le support de gens qualifiés, voilà rien de moins que la mission quotidienne du centre de conditionnement physique Énergie Cardio du centre-ville de Jonquière!

## UNE ÉQUIPE

Énergie Cardio bénéficie d'une solide équipe d'entraîneurs, kinésithérapeutes et diplômés en éducation physique. Christine Gaudreault, propriétaire du centre, nous explique comment se déroule un abonnement: « Personne ne devient membre sans rencontrer un entraîneur. C'est une relation de conseil qui s'établit dès le départ.

Notre but est de proposer les services adéquats pour atteindre des objectifs » affirme Mme Gaudreault. D'ailleurs, le centre offre le service d'entraîneur privé afin d'optimiser votre progression.

« Premièrement, votre condition physique est évaluée. Ensuite, des conseils appropriés sont dispensés par des entraîneurs qualifiés. Un programme d'activités est établi pour vos besoins spécifiques : il est donc possible de faire de l'entraînement en salle, des cours de groupe (vélo intérieur, workout, step, danse aérobique, cardio militaire). Vous pouvez ainsi créer différentes formules et éviter la routine ».

On se sent immédiatement à l'aise dans un centre Énergie Cardio : l'ambiance énergique et conviviale. Le service est accueillant et professionnel pour votre confort et votre bien-être. Sur le plan de la sécurité, tous les entraîneurs sont formés en RCR et DEA (défibrillateur).

## FIT TEST, KILO CARDIO ET DÉFI CARDIO 25 HEURES

Que diriez-vous d'obtenir votre âge... physique? Le *FIT Test* est un test qui, à l'aide de données (aptitude cardiovasculaire et musculaire, flexibilité et composition corporelle) vous donne un âge reflétant votre condition. Quelques mois

d'entraînement plus tard, vous referez le même test et constaterez... votre rajeunissement!

Le programme *Kilo Cardio* est un programme créé pour acquérir de bonnes habitudes de vie autant sur le plan de la forme physique que celui de l'alimentation afin de favoriser la perte de poids. La formule comporte un programme alimentaire sain et équilibré, des conseils faciles à réaliser en plus d'un entraînement en salle supervisé.

Envie de faire travailler votre cardio pour une bonne cause? Inscrivez-vous au Défi Cardio 25 heures qui se tiendra le 28 et 29 mai prochains. Que vous soyez membres ou non, vous pourrez amasser de l'argent au profit du Fonds Josée Lavigneur d'Opération Enfant Soleil tout en faisant, en équipe ou à relais, 25 heures consécutives d'exercice cardiovasculaire.

## ÉNERGIE CARDIO, C'EST AUSSI POUR LES ENTREPRISES!

Un rabais corporatif est disponible pour les entreprises. Vos employés et leurs familles pourraient bénéficier d'un escompte de 15 % sur les abonnements. Quelle belle opportunité de participer au bien-être et d'augmenter les performances de votre équipe!

Gabrielle Riverin, Raymark Lamarche,  
Andrée Tremblay et Sylvie Dassylva.

Chandail Gore  
99,99\$

Cuissard Gore  
144,99\$

Gants Gore  
49,99\$

Chaussures  
Shimano  
189,99\$

Bouteille Podium  
Big Chill  
19,99\$

Lunettes Oakley  
174,99\$

Casque de vélo  
Bell Array  
139,99\$

Vélo VFR 1 Norco  
1 100\$



Il ne manque  
que **VOUS.**

Sur présentation  
de ce coupon  
obtenez



Compteur  
Cateye VELO 5,  
avec tout achat  
d'un vélo de  
200 \$ et plus

Valide jusqu'au 15 juin 2011





A - ENSEMBLE STÉRÉO COMPACT AVEC PLATEFORME I-POD. Enceinte acoustique Usher S-520, Amplificateur stéréophonique Cambridge Audio Am-10, Plateforme iPod Cambridge Audio ID-10 Câbles haut de gamme inclus

Installation personnalisée iPod en sus PRIX SPÉCIAL D'ENSEMBLE : 997 \$ +TXS



B- ENSEMBLE STÉRÉOPHONIQUE Enceinte acoustique Monitor Audio BX-5 Amplificateur Cambridge Audio 550 A Lecteur de disque compact 550C Câbles haut de gamme inclus

Installation personnalisée PRIX SPÉCIAL D'ENSEMBLE : 1997 \$ +TXS



C - ENSEMBLE CINÉMA MAISON HAUT DE GAMME Ensemble d'enceinte Acoustique Monitor Audio série Silver RX Model RX-8, RX-C, RX-FX, RX-SW12 Récepteur cinéma maison Elite Pioneer SC-37 TXH

Lecteur Blu-ray haut de gamme Elite pioneer BDP-43 FD 3D Câbles haut de gamme Installation personnalisée PRIX SPÉCIAL D'ENSEMBLE : 7995 \$ +TXS

D - REGA RP-1 Pour les nostalgiques du disque vinyle nous vous offrons des tables tournantes neuves ainsi que plusieurs accessoires pour votre table et vos disques. PRIX : 397 \$ +TXS

E - TRIANGLE COMMETTE EX 30<sup>e</sup> anniversaire Enceinte acoustique édition limitée. PRIX : 1895 \$ +TXS

F - NAIM UNITY QUTE Amplificateur stéréo avec gestion multimédia Connexion WI-FI pour la lecture de votre musique sur votre réseau domestique. Internet radio Compatible iPod iPhone Convertisseur numérique 4 entrées Radio FM Télécommandé par iPod iPhone iPad et télécommande d'origine PRIX : 2495 \$ +TXS



# POUR ÊTRE TOUT SOUS RIRE

La clinique de Karyne Bourgeois et Audrey Lavoie, dentistes, est à l'image de leur jeunesse et de leur philosophie des soins dentaires : un environnement à la fois design et pas intimidant du tout!

## CENTRE DENTAIRE BOURGEOIS LAVOIE



Situé sur la rue St-Dominique à Jonquière, le Centre dentaire Bourgeois Lavoie cultive cette volonté d'être près de leurs patients et de leurs familles. Ils sont au cœur de leur travail : « Nous prenons le temps d'expliquer ce qui est le mieux pour nos patients; nous ne visons pas ce qui est le plus coûteux mais le plus efficace » explique Karyne Bourgeois.

Celle qui a terminé ses études en 2003 est accompagnée dans son travail depuis 2008 par Audrey Lavoie, finissante cette même année. « Comme nous sommes deux, cela constitue une force parce que chacune a ses préférences, ses points forts. Nous avons également gradué il y a quelques années, donc nous sommes au fait des dernières technologies en plus de la formation continue que nous suivons régulièrement » ajoute Audrey Lavoie.

Avec patience et douceur, les grands comme les tout-petits sont accompagnés par une équipe qui les met en confiance dès le départ. « Il est très important pour nous d'établir un premier contact positif. On prend le temps de montrer et d'expliquer aux enfants tout ce qui se passe. Notre personnel est également très sensible à ces derniers. Nos hygiénistes et assistantes qui s'occupent de leur

enseigner de bonnes habitudes d'hygiène font un travail exceptionnel » relate Dre Bourgeois.

D'ailleurs, on recommande une première consultation chez un dentiste dès l'âge d'un an, pour des conseils sur l'hygiène et un petit examen. Ensuite, les examens ponctuels peuvent commencer à l'âge de trois ans.

### UNE PANOPLIE DE SERVICES À LA FINE POINTE DE LA TECHNOLOGIE!

La clinique du Dre Bourgeois et du Dre Lavoie offre les services de dentisterie générale, de dentisterie esthétique (facettes, blanchiments, couronnes). On y utilise également la radiographie numérique qui nécessite moins de temps d'exposition aux rayons X et aucun produits de développement. Elle est également équipée d'une caméra intra-orale qui vous permet de voir votre condition et mieux comprendre les traitements possibles. De plus, les traitements de canal se font en douceur grâce au nouvel

équipement mécanisé. Dre Lavoie se perfectionne plus particulièrement dans les traitements gingivaux et Dre Bourgeois dans les couronnes et prothèses sur implants.

### UNE CLINIQUE EFFICACE DANS UN DÉCOR UNIQUE!

Dans le but d'offrir plus de disponibilité à leurs patients, la clinique a subi une cure de jouvence qui a doublé sa superficie. Ainsi, les cas urgents peuvent être reçus plus rapidement et cela permet d'accueillir de nouveaux patients. Les travaux se sont terminés au début de l'année 2011. Grâce aux bons conseils de l'architecte Alain Voyer et au travail de Guillaume Lavoie, de l'entrepreneur Israël Concept, vous entrerez dans un décor unique et stylé, à des lieux de la clinique traditionnelle!



# L'Écoute avant tout!

LA MUSIQUE ET LE SON, CLAUDE BILODEAU CONNAÎT. EN AFFAIRES DEPUIS 25 ANS AVEC SA BOUTIQUE MUSIQUE AVANT TOUT, CELUI-CI OFFRE DES PRODUITS ET DES SERVICES DE QUALITÉ À TOUS LES PRIX! « IL FAUT CHASSER L'IDÉE PRÉCONÇUE SELON LAQUELLE NOS PRODUITS SONT PLUS CHERS QU'AILLEURS » AFFIRME D'EMBLÉE M. BILODEAU.

« Nous connaissons nos systèmes, les installons et notre technicien qui compte 40 ans d'expérience s'occupe de l'entretien des appareils. Fiabilité, performance, design : voilà ce qui est préconisé dans la sélection de nos produits. Nous avons également des produits québécois » continue le président.

« De nos jours, grâce à la technologie, nous pouvons écouter de la musique sur de multiples appareils numériques comme les ordinateurs portables et les baladeurs (iPod par exemple). Ces technologies sont capables de nous donner beaucoup de performance lorsque bien exploitées » explique M. Bilodeau. Très à l'écoute de leurs clients, l'équipe s'avère un amalgame de jeunesse et d'expérience.

Ne boudez plus votre plaisir et donnez à votre âme ce qu'elle mérite : la musique, purement et simplement, grâce à la délicatesse et la justesse des enceintes et systèmes de Musique avant tout!



## DESTINATION DE LA MODE

MARC AURELE  
LUISA CERANO  
BASLER  
MEXX  
LAUREN VIDAL  
BANDOLERA

BOUTIQUE

*Michel*

SIGNATURE

Saguenay  
419-A, rue Racine Est  
Arr. de Chicoutimi  
418 698.1455

Roberval  
755, boul. Saint-Joseph  
Roberval  
418 275.1455

boutmichel@hotmail.com  
téléc: 418 275.7799

Grandeurs de 0 à 20

TRAITDEMARC™

# ET S'IL DEVENAIT VOTRE MARC™?

Si vous cherchez Marc Gauthier, vous le trouverez. Où? Sur des affiches, des brochures (comme ce magazine!), des emballages, des campagnes, des concepts... Ce graphiste qui travaille depuis plus de 20 ans dans le domaine de la publicité essaie constamment de défier l'ordinaire et sortir des sentiers battus.

Celui qui travaille avec le mince et instable fil qu'est la créativité est allergique à la routine. « C'est un métier que j'adore. On doit toujours se réinventer, être au courant des modes et tendances qui passent, sortir de nos recettes pour ne pas se répéter », exprime le créatif diplômé en design graphique. Cette originalité s'exprime notamment dans ses slogans accrocheurs que vous avez sûrement déjà lus!

Humble devant sa profession, Marc Gauthier est à l'écoute de ses clients : « La création n'appartient pas seulement aux gens qui travaillent dans le domaine. J'aime quand le client prend l'idée que je lui propose au départ, la revoit et fait évoluer le tout. Ça ne me dérange pas d'en arriver à un

résultat autre que ce qui avait été proposé en premier lieu. Il est très important que les gens soient confortables avec le concept développé, car au final, ils vont vivre et travailler avec ».

« L'approche « business », où l'on se base beaucoup sur des données et peu sur les gens, ne m'intéresse guère. J'aime qu'en rencontre, on consacre cinq minutes à parler du sujet en tant que tel, et de parler d'autres choses pendant les 25 autres. Souvent, on obtient un meilleur portrait qu'avec seulement des données désincarnées » expose M. Gauthier.

« UNE MANIÈRE DE SE PRÉSENTER  
AUTREMENT » — TRAITDEMARC.COM

Depuis 2008, Marc Gauthier partage ses expériences, ses goûts et ses découvertes grâce à son blogue [traitdemarc.com](http://traitdemarc.com). Plus qu'une carte de visite, c'est une manière de casser le moule du site traditionnel et cela s'ajoute à sa philosophie de toujours mettre les gens à l'avant-plan. Un portrait toujours en mouvement qui vous ouvre une percée dans l'univers d'un graphiste, mais avant tout, d'un artiste!



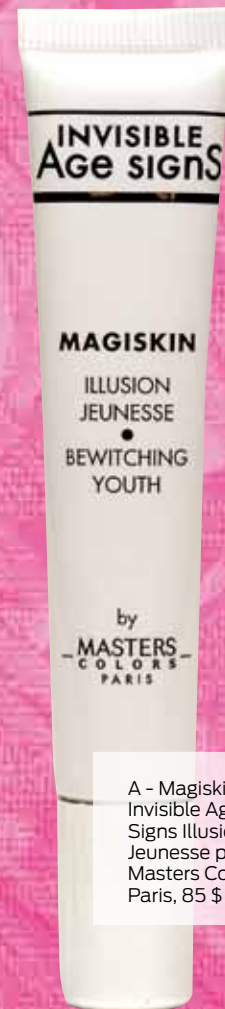


CARREFOUR MODE

ODINA SIMARD

613, rue Albert / arr. de La Baie / 418 544.2836

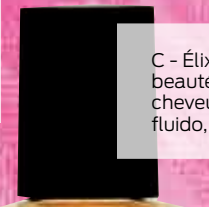
Du côté de L'Atelier de coiffure et d'esthétique, c'est le corps en entier qui est chouchouté. Tout d'abord, donnez à votre chevelure un look santé avec un fluide exquis, gomez les effets du temps avec une crème sublime et finalement, retrouvez un teint hâlé en un clin d'œil sans les effets nocifs du soleil. Si vous en voulez davantage, consultez cette dynamique équipe pour un tout nouveau look!



A - Magiskin Invisible Age Signs Illusion Jeunesse par Masters Colors Paris, 85 \$



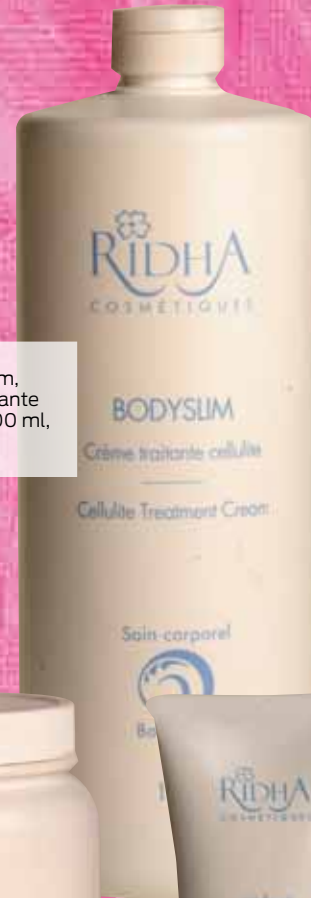
B - Autobronzant crème pour visage de Mary Cohr, 42 \$



C - Élixir de beauté pour cheveux Orofluido, 39,99 \$



D - Bodyslim, crème traitante cellulite, 500 ml, 49 \$



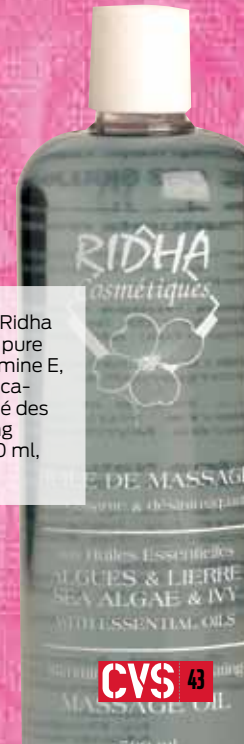
E - Exfoliant corporel au sable de mer, 250 ml, 29 \$



F - Crème anti-vergetures 120 ml, 29 \$



G - Huile Ridha naturelle pure avec vitamine E, citron, eucalyptus, thé des bois, ylang ylang, 150 ml, 15 \$



Exit les collants, pantalons chauds et autres couches superflues : quoi de plus enivrant que la brise du printemps! Cependant, avant de sortir vos capris, jupes, robes légères et d'exhiber ces jambes si longtemps emmitouflées, il faut impérativement leur refaire une beauté. À la Clinique Les 4 Mains, vous trouverez tout le nécessaire pour ce faire! De plus, sur place, la propriétaire et massothérapeute Catherine Boucher saura vous conseiller. Et pourquoi pas un petit massage anti-cellulite pour compléter le tout?

LE  
B  
A  
R  
E  
M



Rien n'est plus rassembleur qu'une partie de billard entre amis! Tous ont déjà vécu ce moment crucial où la boule ralentit doucement... pour s'arrêter à quelques millimètres de son objectif! Émotions fortes garanties! Pour revivre ces moments (et en finir avec cette boule!), réunissez-vous au Billard Centre-Ville qui, depuis près de 21 ans, accueille les joueurs dans une vaste salle qui a pignon sur la rue Racine.

La nouvelle direction en place, ainsi que Chantal Larouche, gérante, contiennent d'offrir aux clients diverses formules de jeu. Il y a évidemment la classique location de table pour une soirée ou période déterminée. Ceux qui voudraient se mesurer à d'autres joueurs dans une formule plus compétitive peuvent prendre part à l'une des ligues de billard qui se déroulent les lundis et mardis. Le mercredi, un tournoi de 9 est organisé.

**UN SALON TRÈS SPÉCIALISÉ**  
Billard Centre-Ville possède le plus grand salon de snooker au Saguenay-Lac-Saint-Jean. Cette variante du billard en provenance du Royaume-Uni se joue sur des tables plus grandes que d'ordinaire, c'est pourquoi il est plus difficile d'en trouver et, par conséquent, d'y jouer. Découvrez ce jeu très populaire en Europe aux règles complètement différentes et profitez du grand nombre de tables pour développer vos habiletés!

**PAS SEULEMENT DU BILLARD!**  
Malgré son nom, Billard Centre-Ville n'est pas seulement dédié à ce jeu. Ceux et celles qui voudront pousser la note pourront s'exécuter les vendredis lors des soirées karaoké. Le jeudi soir et le dimanche après-midi, apportez vos casquettes et lunettes fumées : on y dispute des parties de Texas Hold'em! Les joueurs de poker

pourront exercer leurs stratégies aux différentes tables.

**RÉCEPTION, PARTY DE BUREAU ET MARIAGE**  
Saviez-vous que vous pouvez recevoir vos invités et organiser une fabuleuse réception au Billard Centre-Ville? « Nous accueillons beaucoup de partys d'employés durant la période des fêtes. Les gens aiment beaucoup l'expérience et il n'est pas rare de les accueillir les années suivantes! » explique Chantale Larouche, qui s'occupe de ce volet de l'entreprise qui offre d'ailleurs une formule de location de salle avantageuse. On y organise également des 5 à 7, des soupers gastronomiques et même des mariages! Peu importe vos besoins, l'équipe vous organisera une soirée réussie et se chargera de la décoration et l'organisation de la salle. Jusqu'à 200 invités peuvent y prendre place et célébrer!

Pour connaître les dernières nouvelles sur les activités du Billard Centre-Ville, visitez leur page sur Facebook!

# BILLARD CENTRE-VILLE BILLARD ET BIEN +!

« J'ai toujours aimé soigner les gens, trouver la source de leur mal pour ensuite y remédier ». Catherine Boucher respire l'altruisme. Cette massothérapeute spécialisée en massothérapie thérapeutique est à la barre de la Clinique Les 4 Mains, située dans le Carrefour Racine du centre-ville de Chicoutimi. Son approche, basée sur la confiance et l'amélioration de la santé de ses patients, en est une à la fois de force, de douceur et de professionnalisme.

**MASSAGE THÉRAPEUTIQUE : UN TRAITEMENT EFFICACE**  
Catherine Boucher est une passionnée de l'approche thérapeutique, c'est pourquoi elle en a fait une spécialité : « Les massages thérapeutiques permettent de traiter les blessures, les bursites, les tendinites, les problèmes au nerf sciatique, entorses lombaires et bien d'autres pathologies de ce genre. J'aime régler les maux, chercher la cause pour guérir le plus rapidement et avec le moins de douleur possible ». Elle adapte d'ailleurs les massages en fonction de votre état et de vos besoins. Voilà une approche intéressante et efficace pour ceux qui veulent en finir avec la douleur et l'inconfort!

Membre de l'Association des massothérapeutes du Québec, cette dernière prend soin d'établir un bon contact avec ses clients. « C'est important pour moi de mettre les gens le plus à l'aise possible. Certaines personnes peuvent être plus sensibles face à leur corps, être prudes par exemple. C'est pourquoi je prends le temps de discuter avec elles, de les connaître, afin d'avoir de l'information sur leur santé pour ensuite mieux les traiter », explique-t-elle. Sa clinique est d'ailleurs située dans un endroit tranquille et silencieux, accessible pour les personnes à mobilité réduite.

À la clinique, plusieurs formules vous sont offertes comme le massage énergisant aux pierres chaudes. Ce dernier a un effet sur les lignes d'énergie du corps et est très bon pour ceux qui manquent de vitalité. Par sa chaleur, il fait relâcher les tensions musculaires, les nerfs et les muscles. Un coup de pouce pour se remettre sur pied!

Pour ceux qui désirent se libérer des toxines qui s'accumulent dans le corps, un massage spécialement conçu à cet effet est prodigué à la clinique. Un massage anticellulite est également

une avenue très intéressante à explorer : « C'est un massage très efficace. À l'aide de crèmes et huiles amincissantes et désintoxiquantes qui contribuent au processus de désintoxication, on obtient de bons résultats » affirme la massothérapeute.

La massothérapie, au-delà de ses bienfaits relaxants, est une discipline de la santé qui traite le corps de façon globale pour rétablir son équilibre naturel. À chacun de nos pas, de nos mouvements, le corps est en constante

## Pour être entre de bonnes mains!

adaptation et compense afin que nous puissions nous déplacer sans tomber ou se blesser. À la longue, une mauvaise posture, le stress et des blessures ne sont que quelques exemples d'affections qui finissent par avoir un impact sur notre santé.

**RÉFLEXOLOGIE : LES MAINS ET LES PIEDS À LA RESCOURSSE DE TOUT LE CORPS**  
« Certaines personnes ne peuvent pas recevoir de massage en raison de leur condition physique, les gens atteints du cancer par exemple. C'est là où la réflexologie est une alternative sûre pour leur état de santé en plus de leur apporter soulagement et bien-être » déclare celle qui est également formée pour dispenser ces soins très spécifiques qui peuvent être bénéfiques pour les maux de dos, les migraines, la digestion, l'anxiété et bien d'autres.

**S'ACCORDER UN MOMENT DE DÉTENTE PAR AMOUR POUR SOI-MÊME...**  
...C'est le slogan de la clinique et c'est ce que vous ferez en prenant rendez-vous! Mais pourquoi la Clinique Les 4 mains? « Ce n'est pas relié au massage à quatre mains! Au départ nous étions deux : Catherine à la massothérapie et Kathleen aux soins esthétiques. Comme nos prénoms avaient comme diminutif Cat et Kat, et que nous travaillons toutes les deux avec nos mains, cela nous a inspiré le nom! » explique en souriant Mme Boucher.



UN PRIX DOUX POUR VOTRE PREMIER RENDEZ-VOUS : 40 \$ la première séance! Notez que la clinique émet des reçus pour vos assurances!

## CLINIQUE LES 4 MAINS



# GAGNEZ L'UNE DES DIX CROISIÈRES SUR LE FJORD

**AU DÉPART DE L'ARRONDISSEMENT DE LA BAIE.  
REMPLEZ CE COUPON ET DÉPOSEZ-LE DANS L'UN DES BUREAUX  
TOURISTIQUES DE SAGUENAY PRÉSENTÉS EN PAGE 11.**

Les Croisières du Fjord (autrefois Croisières Marjolaine) vous invitent à découvrir le fjord du Saguenay à bord de l'un de ses quatre bateaux, soit le Marjolaine II, le Fjord Saguenay II, le Cap Liberté ainsi que le Nouvelle France. Une équipe à votre service depuis le début des années 70! Pour plus de détails, consultez le [croisieresdufjord.com](http://croisieresdufjord.com).



#### RÈGLEMENTS

18 ans et plus, règlements du concours et formulaires de participation disponibles dans les différents bureaux d'information touristique de Saguenay localisés dans les endroits suivants :

• Chicoutimi, 295 rue Racine Est, C. P. 1023, G7H 5G4, Tél. : 418 698-3157 poste 6040, sans frais : 1-800-463-6565

• Jonquière, 3919, boul. Harvey, G7X 0L4, Tél. : 418 698-3167, sans frais : 1-800-463-6565

• La Baie, 900, rue Mars, G7B 3N8, Tél. : 418 698-3157 poste 6070, sans frais : 1-800-463-6565

La date limite de participation est le 20 mai 2011, à 16h30. Le prix sera attribué par tirage, les gagnants seront avisés par courriel ou par téléphone. Le tirage aura lieu le 25 mai 2011 à 9h00, aux bureaux de Promotion Saguenay du 295, Racine Est, Chicoutimi (Qc) G7H 5G4. La date limite de réclamation des prix est le 17 juin 2011, 16h30. La personne tenant le concours, son employé, son représentant, son agent et les personnes avec qui ils sont domiciliés ne peuvent participer au présent concours. Les prix ne sont pas échangeables pour de l'argent et doivent être acceptés tels quels.

GAGNEZ L'UNE DES DIX  
CROISIÈRES SUR LE FJORD

NOM : \_\_\_\_\_

ADRESSE : \_\_\_\_\_

TÉLÉPHONE : \_\_\_\_\_

COURRIEL : \_\_\_\_\_



**Pour un décor unique,  
comme vous.**



1969 rue Davis, arr. de Jonquière, 418 548.7878

# CLINIQUE VISUELLE VOIR CHICOUTIMI

L'optométrie familiale, voilà la passion qui anime la clinique Voir Chicoutimi localisée sur la rue Racine. Elle regroupe les optométristes Régis Vachon et Gaston Rivest qui ont à cœur votre bonne santé oculaire. M. Vachon est d'ailleurs un spécialiste réputé, bien connu des gens d'ici, qui pratique depuis une trentaine d'années, et M. Rivest est fort d'une expérience clinique de plus de 25 ans. Conseils et prescriptions sont dispensés dans une clinique ultramoderne équipée des toutes dernières technologies.

# Ouvrez l'œil!

« Nous avons choisi l'optométrie familiale, car nous aimons nous occuper de gens de tous âges et de tous budgets; nous offrons également des produits de qualité à un prix abordable » déclare Gaston Rivest.

« Il est important de prendre le temps d'expliquer aux gens leur condition et de les écouter attentivement. L'examen oculaire peut révéler d'autres pathologies ce qui nous amène à diriger les patients vers d'autres spécialistes et ainsi prévenir des problèmes de santé plus graves » continue M. Rivest.

D'ailleurs, pour exécuter les examens, la clinique a été dotée des appareils les plus récents : caméra de fond d'œil, champ de vision avec

analyse diagnostique, appareils pour prendre la pression de l'œil sans contact. Ces outils permettent d'obtenir des résultats précis et de suivre pas à pas l'état des yeux.

M. Rivest souligne d'ailleurs l'importance de passer des examens oculaires après avoir subi une chirurgie réfractive (communément appelée chirurgie au laser). « La chirurgie est faite de manière superficielle, sur la surface de l'œil. On ne voit plus embrouillé, mais cela ne règle pas tout; on doit donc continuer à consulter annuellement l'optométriste pour assurer la santé des yeux. »



## LE MOT D'ORDRE : SERVICE

Toute l'équipe de la Clinique Voir Chicoutimi adhère à la philosophie d'offrir le meilleur service au client, et ce, dans toutes ses sphères d'activités. Que ce soit pour obtenir un rendez-vous chez un spécialiste, vous aider dans le choix de lunettes, pour une réparation, un ajustement de monture ou une prescription de verres de contact, tous se dévouent à bien vous servir.

Comme la clinique fait partie du réseau Voir (qui compte six établissements), vous pouvez vous présenter à n'importe quelle succursale et obtenir rapidement de l'information sur votre prescription, bénéficier de la garantie de votre monture, etc. Même si vous n'êtes pas client de la clinique et avez besoin d'assistance, vous trouverez des gens disposés à vous aider et à travailler avec votre clinique habituelle.

« Lorsque les gens se sentent à l'aise, ils reviennent! » conclut avec un sourire M. Rivest.

## MAI

**65<sup>E</sup> EXPOSITION DE PHOTO DU CLUB JAK**  
13 AU 22 MAI 2011  
Pavillon Nikitoutagan  
Centre-ville de Jonquière  
[www.clubphotojak.com](http://www.clubphotojak.com)

**LA JOURNÉE DES FAMILLES**  
14 MAI  
Centre-ville d'Arvida

**FESTIVAL DES MUSIQUES DE CRÉATION**  
19 AU 28 MAI  
Centre-ville de Jonquière  
[www.musiquesdecreation.org](http://www.musiquesdecreation.org)

**JAM DE LA SANTÉ**  
20 AU 22 MAI  
Roco Bar  
Centre-ville de Kénogami  
[www.jamdelasanté.com](http://www.jamdelasanté.com)

## JUIN

**LA COUPE DES NATIONS – VILLE DE SAGUENAY**  
2 AU 5 JUIN  
Centre-ville de La Baie / Jonquière / Chicoutimi  
[www.coupedesnationsaguénay.com](http://www.coupedesnationsaguénay.com)

**SYMPOSIUM DE PEINTURE RIVAGE AUX MILLE COULEURS**  
3 AU 5 JUIN  
Parc de la Rivière-aux-Sables  
Centre-ville de Jonquière  
[www.symposiumjonquiere.com](http://www.symposiumjonquiere.com)

**LE COLLECTIF À TOUR D'ROLE PRÉSENTE SON NOUVEAU CABARET BURLESQUE**  
DU 7 AU 30 JUILLET  
Café-théâtre Côté-Cour  
Centre-ville de Jonquière  
[www.cotecour.ca](http://www.cotecour.ca)

**LE THÉÂTRE DES 100 MASQUES PRÉSENTE LA PIÈCE : L'AFFAIRE DE LA RUE LOURCINE**  
DU 7 AU 30 JUILLET  
Salle Murdoch du Centre des arts et de la culture  
Centre-ville de Chicoutimi  
[www.theatre100masques.ca](http://www.theatre100masques.ca)

**SORTIES RACINE**  
VENDREDIS SOIR 10 ET 17 JUIN, 15 ET 22 JUILLET  
à 20 h 30  
Secteur haut de la rue Racine  
Centre-ville de Chicoutimi  
[www.sortiesracine.ca](http://www.sortiesracine.ca)

**LA FÊTE D'ARVIDA**  
16 AU 17 JUIN  
Centre-ville d'Arvida  
Renseignements sur la page Facebook du centre-ville d'Arvida

**FESTIVAL SIDANSE**  
DU 17 AU 19 JUIN 2011  
Zone portuaire, centre-ville de Chicoutimi  
[www.sidanse.com](http://www.sidanse.com)

**DÉPART DU GRAND DÉFI PIERRE LAVOIE**  
17 AU 19 JUIN  
DÉPART AU CENTRE-VILLE DE LA BAIE  
[www.legdpl.com](http://www.legdpl.com)

**RETOUR «VERT» LA RACINE**  
18 JUIN  
de 11h à 16h.  
Rue Racine, entre les rues Hôtel-de-Ville et Morin.  
Centre-ville de Chicoutimi secteur sud  
[www.retourvertlaracine.com](http://www.retourvertlaracine.com)

**CONCERTS EXTÉRIEURS DES CENTRES-VILLES**  
DÈS LE 21 JUIN  
JUSQU'AU 26 AOÛT  
– ponctuellement.  
Parc de l'Hôtel-de-Ville, Parc du Bassin, Centre-ville nord, Zone Portuaire.  
Centre-ville de Chicoutimi secteur sud  
[www.acvchic.ca](http://www.acvchic.ca)

**JONQUIÈRE EN MUSIQUE**  
29 JUIN AU 16 JUILLET  
Parc de la Rivière-aux-Sables  
Centre-ville de Jonquière  
[www.jonquiereenmusique.com](http://www.jonquiereenmusique.com)

**MIDI-SHOW**  
29 JUIN AU 15 JUILLET  
Centre-ville de Jonquière  
Coin St-Dominique et St-Antoine  
418 698-3000 # 5623

## JUILLET

**THÉÂTRE D'ÉTÉ / LA LÉGENDE D'ARTHUR VILLENEUVE**  
MARDIS ET MERCREDIS,  
DU 5 JUILLET AU 24 AOÛT  
à 20 h 30  
Pulperie de Chicoutimi  
Centre-ville de Chicoutimi secteur sud  
<http://www.pulperie.com/>

**DESTINATIONS LYRIQUES**  
JEUDIS 7, 14 ET 28 JUILLET  
à 20 h 30  
Pulperie de Chicoutimi  
Centre-ville de Chicoutimi secteur sud  
<http://www.pulperie.com/>

# A G E N D A U R B A I N

----- IDÉES DE SORTIES -----

**FESTIVAL DES VINS DE SAGUENAY**  
8 JUILLET DE 17H À 21H  
9 JUILLET 2010 DE 14H À 21H  
Secteur haut Racine (ou hangar de la Zone Portuaire en cas de pluie).  
Centre-ville de Chicoutimi secteur sud  
[www.festivinsaguénay.ca](http://www.festivinsaguénay.ca)

**CINÉ-PULPE**  
LUNDIS DU 11 JUILLET AU 29 AOÛT À 21H  
Pulperie de Chicoutimi  
Centre-ville de Chicoutimi secteur sud  
[www.pulperie.com/](http://www.pulperie.com/)

**QUÉBEC ISSIME**  
DU 14 JUILLET AU 20 AOÛT  
Centre-ville d'Arvida  
[www.quebecissime.biz](http://www.quebecissime.biz)

**BRUNCH MUSICAL**  
DIMANCHES 17 JUILLET (MARIO VÉZINA) ET 14 AOÛT (JAZZON), À 10 H  
Pulperie de Chicoutimi  
Centre-ville de Chicoutimi secteur sud  
[www.pulperie.com/](http://www.pulperie.com/)

**LA DESCENTE P ROMUTUEL DU SAGUENAY**  
17 JUILLET  
Centre-ville de La Baie  
[www.enduranceduford.com](http://www.enduranceduford.com)

**FESTIVAL DES BIÈRES DU MONDE**  
DU 21 AU 24 JUILLET  
Centre-ville de Chicoutimi secteur sud  
[www.bieresdumonde.com](http://www.bieresdumonde.com)

**DANSE EN VILLE**  
JEUDIS 21 & 28 JUILLET  
DE 19H À 21H;  
JEUDIS 4, 11, 18 & 25 AOÛT  
DE 18H30 À 20H30.  
Rue Hôtel-de-Ville.  
Centre-ville de Chicoutimi secteur sud  
[www.acvchic.ca](http://www.acvchic.ca)

**FESTIVAL INTERNATIONAL DES RYTHMES DU MONDE**  
28 JUILLET AU 8 AOÛT  
Rue Racine  
Centre-ville de Chicoutimi secteur Sud  
[www.rythmedumonde.com](http://www.rythmedumonde.com)

## AOÛT

**LE TRIATHLON DU FJORD**  
6 AOÛT  
Centre-ville de La Baie  
[www.enduranceduford.com](http://www.enduranceduford.com)

**LA FÊTE DES SAVEURS ET TROUVAILLES**  
11 AU 14 AOÛT  
Parc de la Rivière-aux-Sables  
Centre-ville de Jonquière  
[www.saveursettrouvailles.com](http://www.saveursettrouvailles.com)

**MARCHÉ AUX PUCES**  
18 AU 20 AOÛT  
Centre-ville de La Baie  
[www.centrevilledelaBaie.com](http://www.centrevilledelaBaie.com)

**LA COURSE DES CANARDS**  
21 AOÛT  
Parc de la Rivière-aux-Sables  
Centre-ville Jonquière

**FÊTE EN NORD**  
21 AOÛT 2011 DE 11H À 17H  
Rue Roussel,  
Centre-ville de l'arrondissement de Chicoutimi secteur nord.  
[www.acvchic.ca](http://www.acvchic.ca)

**KÉNOGAMI EN FÊTE**  
26 AU 28 AOÛT 2011  
Centre-ville de Kénogami

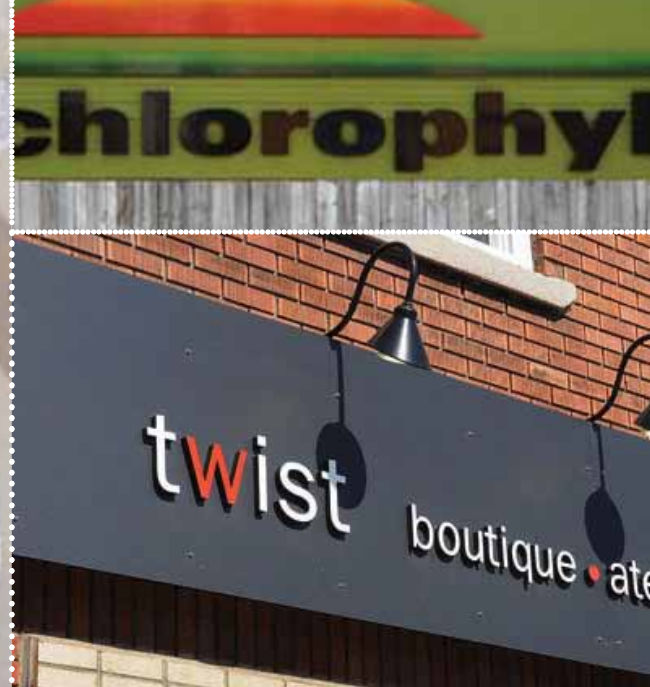
**FESTIVAL DES GRANDES VEILLÉES DE LA BAIE**  
26 AU 28 AOÛT  
Centre-ville de La Baie  
[www.lesgrandesveilles.com](http://www.lesgrandesveilles.com)

## SEPTEMBRE

**GRAND MARCHÉ DUBUC**  
LES 3 ET 4 SEPTEMBRE  
DE 10 H À 15 H  
Centre-ville de Chicoutimi secteur sud  
[www.pulperie.com](http://www.pulperie.com)

**LES COULEURS DE LA RENTRÉE À SAGUENAY**  
9 ET 10 SEPTEMBRE  
Rue St-Dominique  
Centre-ville de l'arrondissement de Jonquière  
418 698-3000 # 5623

**LA FÊTE EN COULEURS**  
18 SEPTEMBRE 2011  
DE 12H À 17H  
Parc du Bassin et rues environnantes.  
Centre-ville de Chicoutimi secteur sud  
[www.acvchic.ca](http://www.acvchic.ca)



**HAAAA...AFFICHE!**

On le dit depuis toujours, on ne dispose pas d'une deuxième chance de faire une première impression. En arpentant les rues de nos centres-villes, nous avons constaté qu'un nombre grandissant de commerçants ont bien saisi l'importance de cette maxime. En effet, voici quelques affiches de commerces qui ont su attirer notre attention, soit par leur originalité, leur esthétisme... ou simplement, leur histoire!



# NOS ANNONCEURS ET COLLABORATEURS

## ANNONCEURS

**ARTIS RESTO LOUNGE**  
416, Racine Est  
Centre-ville de Chicoutimi  
418 543.6006  
www.restaurantartis.com  
> p. 34

**BOUTIQUE ARAZTEC**  
2334, Saint-Dominique  
Centre-ville de Jonquière  
418 547.2453  
www.araztec.com  
> p. 28

**BILLARD CENTRE-VILLE**  
68, Racine Est  
Centre-ville de Chicoutimi  
418 693.1676  
> p. 44

**BOUTIQUE MARIE-JOSÉE**  
2851, Place Davis  
Centre-ville d'Arvida  
418 548.9401  
> p. 17

**BOUTIQUE MARIE-SOLEIL**  
400, Racine Est  
Centre-ville de Chicoutimi  
418 543.0854  
www.boutiquemariesoleil.com  
> p. 17

**BOUTIQUE MICHEL SIGNATURE**  
419-A, Racine Est  
Centre-ville de Chicoutimi  
418 698.1455  
www.michelsignature.com  
> p. 40

**CENTRE DENTAIRE BOURGEOIS, LAVOIE**  
2330, Saint-Dominique  
Centre-ville de Jonquière  
418 695.3337  
www.centredentairebl.com  
> p. 39

**CHAUSSURES CLAUDE LAVOIE**  
2160, Sainte-Famille  
Centre-ville de Kénogami  
418 542.6463  
> p. 33

**CINQUE**  
1947, Davis  
Centre-ville d'Arvida  
418 512.4555  
www.cinque.ca  
> p. 16

**CLINIQUE MON DENTURO**  
3954, de la Fabrique  
Centre-ville de Jonquière  
418 542.3915  
> p. 18

**CLINIQUE LES 4 MAINS**  
400-37, Racine Est  
Centre-ville de Chicoutimi  
418 590.9393  
> p. 43, 45

**CLINIQUE ORTHÈSES DU FIORD**  
302, rue St-Vallier  
Centre-ville de Chicoutimi  
418 698.1288  
> p. 20

**DÉCOR, MARIAGE ET RECEPTION**  
2180, rue Roussel  
Centre-ville de Chicoutimi  
secteur Nord  
418 602.0900  
> p. 26

**DÉCORATION BRASSARD**  
1969, Davis  
Centre-ville d'Arvida  
418 548.7878  
www.uniquecommevous.com  
www.decorationsbrassard.com  
> p. 28, 47

**DÉRY TELECOM**  
1013, rue Bagot  
Centre-ville de La Baie  
418 544.3358  
www.derytelecom.ca  
> p. 25

**DR CHRISTIAN BERGERON, CHIROPATICIEN**  
443, Racine Est, bureau 201  
Centre-ville de Chicoutimi  
418 543.1113  
www.actionqualitevie.ca  
> p. 12

**DRE MANON VOYER, ORTHODONTISTE**  
412, boul. du Saguenay Est, bureau 203  
Centre-ville de Chicoutimi  
418 698.8688  
www.drmanonvoyer.ca  
> p. 15

**ÉNERGIE CARDIO**  
3885, boul. Harvey  
Centre-ville de Jonquière  
418 695.3060

1939, rue des Sapins  
Arr. de Chicoutimi  
418 545.0115  
www.energiecardio.com  
> p. 36

**EXCELLENCE SPORTS DAVIS**  
2854, Place Davis  
Centre-ville d'Arvida  
418 548.9108  
www.sportsdavis.com  
> p. 37

**GENDRON BICYCLES**  
387, Price Est  
Centre-ville de Chicoutimi  
418 543.2052  
> p. 6

**INTERMED GROUPE SANTE**  
412, boul. du Saguenay Est, suite 200  
Centre-ville de Chicoutimi  
418 602.6620  
www.intermedgroupesante.com  
> p. 32

**L'ATELIER DE COIFFURE**  
2416, Saint-Dominique  
Centre-ville de Jonquière  
418 695.5380  
> p. 30, 43

**L'ATELIER D'ESTHÉTIQUE**  
2416, Saint-Dominique  
Centre-ville de Jonquière  
418 321.5380  
> p. 30, 43

**L'EUROPÉENNE**  
363, Racine Est  
Centre-ville de Chicoutimi  
418 549.2935  
> p. 14

**LES GALERIES DE MODES**  
2347, Saint-Dominique  
Centre-ville de Jonquière  
418 542.8241  
> p. 4

**LES TRÉSORS ENDORMIS**  
156, Racine Ouest  
Centre-ville de Chicoutimi  
418 543.1678  
www.tresorsendormis.com  
> p.

**MARCEL PARÉ**  
752, Victoria  
Centre-ville de la Baie  
418 544.1943  
www.marcelpare.com  
> p. 24

**MUSIQUE AVANT TOUT**  
357, Racine Est  
Centre-ville de Chicoutimi  
418 549.1755  
www.musiqueavanttout.com  
> p. 38

**ODINA SIMARD**  
613, Albert  
Centre-ville de La Baie  
418 544.2836  
> p. 42

**PROXIM HÉLÈNE & MARTINE GRAVEL**  
4022, de la Fabrique  
Centre-ville de Jonquière  
418 547.1342  
www.groupeproxim.ca  
> p. 21

**RESTAURANT BOBOVORE**  
66, Racine Ouest  
Centre-ville de Chicoutimi  
418 602.1652  
www.bobovore.com  
> p. 52

**RODRIGUE LE BOTTIER**  
280, Racine Est  
Centre-ville de Chicoutimi  
418 543.8538  
www.rodriguelebotier.com  
> p. 2

**TRAITDEMARCTM**  
459, Racine Est, bureau 102  
Centre-ville de Chicoutimi  
418 543.3334  
www.traitdemarc.com  
> p. 41

**VÉRONIQUE FORTIER JOAILLIÈRE**  
341-B, Racine Est  
Centre-ville de Chicoutimi  
418 602.1188  
www.vfjoailliere.com  
> p. 22

**VOIR CLINIQUE VISUELLE DR GASTON RIVEST & DR REGIS VACHON**  
10, Racine Ouest  
Centre-ville de Chicoutimi  
418 543.6027  
www.groupevoir.com  
> p. 48

## COLLABORATEURS

**PAUL CIMON PHOTOGRAPHE**  
94, Jacques-Cartier Est  
Centre-ville de Chicoutimi  
418 542.4672  
www.paulcimon.com

**TRAITDEMARCTM**  
459, Racine Est, bureau 102  
Centre-ville de Chicoutimi  
418 543.3334  
www.traitdemarc.com

**YVES OUELLET**  
164, Marco  
Arr. de Chicoutimi  
418 545.6952

L'équipe du CVS tient à remercier le département des communications de la Ville de Saguenay pour le soutien à la révision des textes.



CENTRES-VILLES SAGUENAY

LE BOBOVORE,  
UN LIEU MAGIQUE, HORS DU TEMPS, HORS DES MODES.  
UN LIEU QUI A UNE ÂME ET DE L'ESPRIT,  
UN LIEU OÙ CHACUN SE SENT À L'AISE ET OÙ L'ON PEUT S'ÉTERNISER.  
UN LIEU DOUBLÉ D'UNE TABLE DU SOIR  
ET D'UNE CARTE DES VINS ÉVOLUTIVE.  
• • •  
LE BOBOVORE, C'EST TOUT CELA À LA FOIS.



RESTAURANT

# Bobovore

66, rue Racine Ouest  
Arr. de Chicoutimi  
Réservation : 418 602.1652

[www.bobovore.com](http://www.bobovore.com)