

le Cabotín

Septembre 2010
Volume no 23, no1

en bref

Un premier Salon des organismes communautaires à Beauport Samedi 16 octobre 2010

Le Centre d'action bénévole Aide 23 est fier de vous inviter à prendre part, vous tous, bénévoles et concitoyens de la communauté beauportoise, à ce tout premier Salon des organismes communautaires de Beauport qui aura lieu le 16 octobre 2010 aux Promenades Beauport (3333, du Carrefour) de 10h30 à 16h00.

Voilà enfin l'évènement qui vous permettra de rencontrer, sous un même toit, bon nombre d'organisations au sein desquelles vous pourrez trouver réponse à vos désirs d'engagement bénévole. C'est également l'occasion de s'informer des différents services qui peuvent correspondre à une grande diversité de besoins.

Venez partager votre passion pour le bénévolat ! Faites connaître à vos amis, à votre famille, à vos anciens collègues de travail, l'organisme dans lequel vous êtes impliqués ! Qui sait, peut être auront-ils la piqure ! Ensemble rendons le bénévolat accessible par le témoignage de votre expérience vivante et vibrante de partage humain.

Ensemble, faisons de cet évènement une réussite...

Ensemble, réinventons notre communauté !

Nous vous y attendrons avec plaisir !

Valérie Perreault

SOMMAIRE

1. Salon des organismes
2. Mot du président
3. Invitation AGA
4. Programmation formation
5. Programmation formation
6. Nouvelles de votre CAB et du communautaire
7. Bénévoles recherchés

Mot du président

Reprenons notre envol



Bonjour chers bénévoles,

Déjà septembre et c'est la rentrée qui encore une fois est arrivée sans prévenir. Il est vrai qu'avec l'âge, le temps nous paraît plus court. De retour aussi sur notre mission qui est le service aux autres, à cet Autre qui a besoin de nous pour l'aider dans son cheminement de vie. Que ce soit pour l'accompagner, l'écouter, le supporter, l'aider à briser sa solitude : «Être le gardien de son frère», voilà notre véritable mission. C'est naturel pour vous, les gens d'Aide 23, nombreux sont ceux pour qui cela va de soi. Beau temps, mauvais temps, occupés ou non, ils répondent : «présents». Je suis toujours en admiration de voir des gens à un âge, que je qualifierais de très respectable, s'occuper de gens plus démunis et même plus jeunes qu'eux.

Le Centre d'action bénévole Aide 23 fort de ses bénévoles et de son expérience des 33 dernières années, s'ajuste à ces nouveaux défis pour continuer à être fidèle à sa mission et nous réussissons très bien. De nouveaux bénévoles nous apportent de nouvelles idées nécessaires à tous ces changements et nous devons nous ajuster à ces nouvelles réalités.

L'année qui vient de s'écouler, est une année de transformations! Nos locaux ainsi que notre équipement informatique ont subi une cure de rajeunissement. Même lors de la période estivale, notre conseil d'administration est demeuré très actif pour suffire aux différents besoins de l'organisme. Madame Marie-Christine Beaulé nous a quittés en août, madame Valérie Perreault a obtenu le poste d'agente de développement et madame Danielle Pearson a été engagée comme coordonnatrice des services aux individus.

Encore une fois, le Centre d'action bénévole Aide 23, grâce à votre aide, se relève les manches et débute une nouvelle année pour participer à l'avènement d'un monde meilleur. Je suis bien fier de faire partie de votre grande famille, de gens modèles que j'admire pour leur dévouement de service à l'autre. Ceci est mon dernier mot à titre de président, puisque je termine mon mandat à la prochaine AGA. Je demeure impliqué dans le comité social. Vous pourrez me lire dans la nouvelle rubrique « Éditorial » du Cabotin et ce sera toujours un plaisir de vous rencontrer.

Bonne rentrée et une très belle année qui s'amorce.

Claude Tremblay, président



Le bulletin le Cabotin est publié 4 fois par année par le Centre d'action bénévole Aide 23. Le CAB laisse aux auteurs l'entière responsabilité de leurs textes. La reproduction des textes est encouragée à condition d'en mentionner la source.

Président : Claude Tremblay

Gestion et administration : Michelle Nadeau

Services aux individus : Danielle Pearson

Services aux bénévoles et aux organismes membres : Valérie Perreault

Ont participé à ce journal :

Ariane Gauthier Tremblay
Claude Tremblay
Danielle Pearson
Hugues Breton
Julie Samson
Marie-Christine Beaulé
Michelle Nadeau
Nathalie Bernier
Nicole Gosselin
Valérie Perreault

Conception et mise en page :

Lisette Tremblay
Valérie Perreault

Impression : Les impressions STAMPA

Nos coordonnées :

CAB Aide 23
5, rue du Temple
Québec (Qc) G1E 4Z8

Téléphone : 418 663-0995

Télécopieur : 418 663-9300

Courriel : aide23@oricom.ca

Site Web : www.cabaide23.org



C'EST UNE INVITATION

Assemblée générale du Centre d'action bénévole Aide 23

Le Centre d'action bénévole Aide 23 a le plaisir d'inviter tous ses membres (bénévoles, corporatifs et collaborateurs) ainsi que toute la population à la 33^e assemblée générale annuelle.

Mercredi le 3 novembre 2010 à 19 h 00

Au Centre Mgr Laval, 35 rue du Couvent à Beauport

Lors de cette assemblée, vous aurez l'occasion de :

- Prendre connaissance des activités du CAB.
- Rencontrer les bénévoles, les membres du Conseil d'administration, les organismes membres ainsi que le personnel.
- Choisir vos représentants au Conseil d'administration.
- Partager un repas à 18 h en compagnie des personnes qui comme vous, ont à cœur la mission du Centre d'action bénévole Aide 23. (voir l'invitation jointe à cet envoi)

Au plaisir de vous rencontrer nombreux à cette soirée qui se veut un moment privilégié pour enrichir notre vie associative et démocratique.

Michelle Nadeau

JEUNE DU PROGRAMME KATIMAVIK À VOTRE CAB

Cette année nous accueillerons Johannie Bourgoin à nos bureaux à compter du 21 septembre 2010. Elle viendra en support à l'équipe de bénévoles des dîners rencontres du mardi et accomplira quelques tâches cléricales.

Bienvenue chez nous Johannie!

BIENVENUE À NOS NOUVEAUX BÉNÉVOLES!

Nous avons accueilli de nouveaux bénévoles depuis mai 2010 :

Mesdames Gilberte Fortier, Lyne Bélanger, Françoise Chalifour et Micheline Giguère
Messieurs Georges Dorais, Bernard Lemieux, Paul-André Giguère, Carol Bédard et Michel Jacques.

Merci !

Merci à tous les bénévoles qui ont assuré les services durant la période estivale. Nos bénéficiaires et nous, vous en sommes très reconnaissants.

Présentation de la petite nouvelle !

Bonjour, à vous tous et à vous toutes chers membres du CAB Aide 23.

Je suis la petite nouvelle, celle qui occupe le poste de coordonnatrice des services aux individus. Il me fait vraiment plaisir de me joindre à cette belle et grande équipe composée de gens soucieux du bien-être d'autrui et comme le dit l'expression «avec le cœur à la bonne place». J'ai aussi le souci de prendre le relais de Valérie dans la continuité et avec le même professionnalisme qui l'a caractérisé.

Je suis une femme dynamique, avec un sens de l'humour à découvrir et surtout avec des valeurs humaines et sociales acquises depuis mon adolescence. J'ai travaillé pendant

11 ans auprès d'une clientèle ayant des problèmes de santé mentale, de pauvreté et de toxicomanie. Je retiens de cette expérience la simplicité, l'ouverture aux autres et l'importance de la solidarité sociale. Je suis, entre autres, une personne d'action et de terrain qui aime communiquer, échanger et apprendre du vécu et de l'expérience des autres. J'entreprends mes nouvelles responsabilités et ce nouveau défi avec confiance et surtout avec bonheur. J'ai très hâte d'apprendre à vous connaître et de vous piquer une petite jasette.

Danielle Pearson,
M.A.



Ce n'est qu'un au revoir!

Après 5 ans de beaux moments et de défis professionnels, j'ai fait le choix difficile d'accepter un poste d'agente de développement à Centraide Québec-Chaudière Appalaches. Je désire vous dire merci à vous très chers bénévoles, collègues de travail, administrateurs, organismes membres et partenaires de m'avoir si bien accueillie et d'avoir partagé avec moi de beaux moments durant ces années.

Plusieurs d'entre vous m'ont guidée et soutenue par leurs précieux et sages conseils autant personnels que professionnels. Merci à vous. Le Centre d'action bénévole Aide 23 tiendra toujours une place importante dans ma vie et dans mon cœur.

Marie-Christine Beaulé

Formation Formation Formation

VOTRE CENTRE D'ACTION BÉNÉVOLE AIDE 23 VOUS OFFRE DIFFÉRENTES FORMATIONS
À VOUS D'EN PROFITER!

Programmation Automne 2010

1er octobre de 9h à 12h

L'accompagnement-transport, une relation privilégiée

Formatrice: Lison Mailloux Cab de Lévis

Contenu: Les bénévoles en accompagnement-transport offrent une présence rassurante aux personnes lors de rendez-vous médicaux. Afin d'assurer un service de qualité, il est primordial que les bénévoles soient sensibilisés aux besoins de la clientèle et qu'ils soient mieux outillés pour un service efficace et des plus chaleureux.

Contingentement : 25 personnes

* **Lieu :** Centre de loisirs du Petit -Village

21 octobre de 18h30 à 21h30

Gestion des conflits

Formateur: Denis Viel, Communautés Solidaires

Atelier d'échanges afin de mieux reconnaître la nature des conflits et leurs aspects psychologiques en vue d'acquérir des méthodes afin de gérer les différentes sources conflictuelles.

Contenu: Nature des conflits, stratégies et comportements face à un conflit, identification des sources du conflit, méthode de gestion du conflit interpersonnel, de groupes, et autres sources de conflits.

Contingentement : 15 personnes

* **Lieu :** Centre de loisirs du Petit -Village

8 octobre de 9h à 12h

Techniques de déplacements sécuritaires

Formatrice: Marie-Claude Breton SAAQ

Contenu: Formation interactive comprenant 2 volets; soit une mise à jour pour les conducteurs expérimentés ainsi qu'un atelier de soutien pour les personnes à mobilité réduite.

Contingentement : 40 personnes

* **Lieu :** Centre municipal Mgr Laval

16 novembre de 18h30 à 21h30

La gestion stratégique : Comment développer une vision à court, moyen et long terme?

Formatrice : Guylaine Cossette, Cab Aide 23

Contenu : Démystifiez la planification stratégique! Dans cette formation, vous en comprendrez l'importance pour assurer la santé de votre organisme. Vous pourrez ainsi vous doter d'outils simples pour développer un plan d'action et assurer son suivi.

Contingentement : 20 personnes

* **Lieu :** Centre de loisirs du Petit -Village

20 octobre de 9h à 12h

Un accueil téléphonique à notre image

Formatrice: Sylvianne Poirier Cab de Lévis

Contenu: La personne à l'accueil est souvent le premier contact de l'organisme. Son approche et la clarté du message permettent d'établir ou non un sentiment de confiance entre la clientèle et les services offerts.

Contingentement : 15 personnes

* **Lieu :** Centre de loisirs La Cavée

23 et 30 novembre de 18h30 à 21h30

La gouvernance des organismes à but non lucratif

Formateur : Richard Lapointe CAB Aide 23

Contenu : Cette formation interactive s'adresse aux nouveaux administrateurs afin de les aider à adopter un comportement responsable par une meilleure connaissance de leur rôle et des saines pratiques en matière de gouvernance.

Contingentement : 15 personnes

* **Lieu :** Centre municipal Mgr Laval

Formation Formation Formation

Programmation Hiver 2011

20 janvier de 18h30 à 21h30

Une représentation efficace

Formatrice: Marie-Ève Duchesne, Rose du Nord

Contenu Comment rendre une représentation efficace et rentable? Comment s'y préparer, se comporter et quoi rapporter de cette représentation? Est-ce le travail d'une seule personne? Comment peut-on bien représenter les positions de son groupe? Quel est votre rôle que vous soyez bénévole ou salarié? Toutes ces questions seront creusées!

Contingentement : 20 personnes

* **Lieu :** Centre municipal Mgr Laval

1er février de 18h30 à 21h30

Comment vendre son organisme, un choix payant

Formatrice: Guylaine Cossette, Cab Aide 23

Contenu : Votre organisme vous tient à coeur, vous y croyez! Mais comment transmettre cette passion et ces convictions à un bailleur de fonds ou au public, par exemple? Apprenez à connaître ce qui vous distingue de vos concurrents, élaborer un plan de communication pour faire connaître vos services et des outils servant à évaluer la qualité de vos services.

Contingentement : 20 personnes

* **Lieu :** Centre de loisirs La Cavée

INSCRIVEZ-VOUS RAPIDEMENT!
(418) 663-0955

L'ABC d'une saine comptabilité

VOLET 1 : Comprendre et lire les états financiers

24 février de 18h30 à 21h30

VOLET 2 : Le cycle comptable

3 et 10 mars de 18h30 à 21h30

Formateur: Richard Lapointe, Cab Aide 23

Contenu : Atelier interactif permettant de s'initier aux techniques comptables. Du bilan à l'équation comptable, de l'état des résultats à l'enregistrement des transactions, le participant apprendra à travailler avec les chiffres. Le formateur répondra aux questions des participants lors du deuxième cours.

Contingentement : 15 personnes

* **Lieu :** Centre municipal Mgr Laval

15 et 22 mars de 18h30 à 21h30

Techniques de secourisme: RCR

Formatrice: Annie Kelly, Centre de Formation en Soins Vitaux Inc.

Contenu: Techniques de réanimation cardio-respiratoire: démonstration et expérimentation des techniques d'intervention auprès des enfants et adultes. Un certificat valide 3 ans sera émis après la participation aux deux volets et à la réussite de tests pratiques et théoriques.

Contingentement: 15 personnes

* **Lieu :** Centre municipal Mgr Laval

ADRESSES: Centre de loisirs La Cavée : 69, Rue Juchereau
Centre de loisirs du Petit-Village : 2900, boulevard du Loiret
Centre municipal Mgr Laval : 2, rue du Fargy

Coûts : Gratuit pour les bénévoles de l'arrondissement de Beauport

20 \$ /salarié(e) des organismes membres du CAB

30 \$ / salarié(e) des organismes non membres

DEVENEZ UN ORGANISME MEMBRE DU CAB POUR SEULEMENT 5 \$

NOUVELLES DE VOTRE CAB ET DU COMMUNAUTAIRE



Épluchette de blé d'Inde

Quelle belle rencontre que cette épluchette 2010 du Centre d'action bénévole Aide 23, qui s'est tenue encore une fois dans ce bel endroit de la Fraternité Saint-Alphonse. Les services d'accueil et de repas ont été facilités grâce à la contribution de bénévoles, notamment mesdames Thérèse Hardy et Georgette Cormier ainsi que monsieur Gilles Hins.

L'activité s'est déroulée uniquement à l'intérieur, à cause d'une température un peu pluvieuse. Comme d'habitude, nos gens ont bien fraternisé et nous avons senti un regain d'intérêt pour la reprise de nos activités.

L'épluchette de blé d'Inde nous a rapidement permis de découvrir le choix du Roi et de la Reine, à savoir monsieur Guy Côté et madame Lisette Tremblay. Avec son habituel air taquin, monsieur Côté a fait tout un plat de sa royauté et se fit servir pompeusement des « Sa Majesté » par monsieur Michel Tremblay et ses autres sujets.

Le départ de Madame Marie-Christine Beaulé a été souligné de même que son remplacement par madame Valérie Perreault, notre nouvelle agente à la promotion et au développement. Madame Danielle Pearson, notre nouvelle responsable des services aux individus, nous a dit quelques mots pour se présenter. Par la suite, les bénévoles ont été invités à s'identifier à chacun des services au sein desquels ils sont impliqués.

Des remerciements ont été adressés à nos bénévoles pour leur fidèle engagement, leur grande générosité et leur disponibilité. Le tout s'est couronné par la magnifique voix de madame Valérie Perreault, qui nous a tous charmés.

BRAVO ET MERCI À TOUS!

Hugues Breton et Claude Tremblay

Centre Ressources Femmes de Beauport

La Marche Mondiale des Femmes 2010 mobilise les femmes de Beauport, du Québec et du monde entier. Notre centre s'implique plus spécialement dans la marche pour la sauvegarde des services publics qui démarrera le 13 octobre à 18h au Parc Georges V. Un comité spécial à Beauport a confectionné une marionnette géante « Justice sociale » qui accompagnera la mise en scène de la marche.

Du 12 au 16 octobre, des activités symboliques et festives auront lieu à Québec. Les questions de l'autonomie économique, du bien commun, de l'hypersexualisation, de la paix et des droits des femmes autochtones seront abordées. Le dimanche 17 octobre, un grand rassemblement national aura lieu à Rimouski pour dénoncer la situation des femmes dans les pays en guerre. Pour prendre part aux différentes activités entourant la Marche Mondiale des Femmes 2010 ou pour de plus amples informations, veuillez contacter notre équipe au 418-661-3535.

Au plaisir de marcher ensemble!!!

Sources Vives, familles monoparentales et recomposées...

L'organisme vous invite à sa journée porte ouverte qui se tiendra samedi 2 octobre 2010 de 10h00 à 16h00, au Centre de loisirs Le Petit-Village au 2900 boulevard du Loiret, suite 113 à l'intersection du chemin du Petit Village. En cas de pluie, ce sera remis au lendemain. Au programme: course au trésor, rallye, animation, un poney dans ta cour, jeux gonflables, hot-dogs à prix populaire, prix de présence. Une petite visite de nos bureaux vous permettra d'admirer les œuvres produites par nos participants aux ateliers de créativité durant l'année.

Nous sommes situés au Centre de loisirs Le Petit Village au 2900 boulevard du Loiret, suite 113 à l'intersection du chemin du Petit-Village. Vous pouvez nous rejoindre au (418-623-8121 ou au : <http://membre.oricom.ca/sourcesvives>) .

Julie Samson, secrétaire-relationniste

Chronique du ROSCB

Un rendez-vous à ne pas manquer!

Cette année, l'activité de financement annuel du Regroupement des Organismes Sociocommunautaires de Beauport, aura lieu le **12 novembre 2010**, au Centre Monseigneur Laval. Vu l'immense succès de la formule super-spectacle de l'an dernier, nous reprenons cette année avec à l'animation, M. Patrice Painchaud, violoniste très apprécié. Une belle occasion de passer une soirée en bonne compagnie tout en supportant la mission du ROSCB dans le milieu communautaire.

Les billets seront en vente dès le début octobre au ROSCB, au coût de 12 \$ par personne. Vous pouvez réserver vos places en téléphonant au 418-666-2294.

Nathalie Bernier, intervenante communautaire

Bénévoles recherchés

CENTRE D'ACTION BÉNÉVOLE AIDE 23

Le Centre d'action bénévole Aide 23 recherche des bénévoles pour :

L'ACCOMPAGNEMENT-TRANSPORT EN VOITURE, pour le secteur de Ste-Brigite-de-Laval et l'arrondissement de Beauport (remboursement des frais de kilométre).

LA POPOTE ROULANTE: Livraison d'un repas chaud aux aînés, travail en équipe, disponibilité de 10h30 à 12h30 une journée/semaine.

SECRÉTAIRE : compte-rendu et divers travaux informatiques.

Pour informations : (418) 663-0995 ou www.cabaide23.org

COMITÉ DE LOISIRS DU PARC JEAN-GUYON

Vous voulez vous impliquer avec une équipe dynamique? Vous avez à cœur votre parc? Vous voulez être au cœur de l'action? Soyez bénévole pour NOUS! Fête d'hiver, marché aux puces, fête d'été, ateliers intergénérationnels, journée des artisans, etc. Nous avons besoin de bénévoles pour nous aider à organiser nos activités (élaboration des projets, participation active aux activités, etc.).

Pour tous renseignements : RLCB 418-641-6681 ou www.parcjeanguyon.com.

COMITÉ DES BÉNÉVOLES DU CH ST-AUGUSTIN.

Vous cherchez une occasion intéressante et stimulante d'agir dans le domaine de la santé, d'avoir un horaire flexible tout en améliorant la qualité de vie des résidents en Centre d'hébergement de soins de longue durée. Nous vous offrons des possibilités d'atteindre vos propres objectifs en participant à des activités de loisirs, de pastorale, de visites d'amitié et autres. Contactez-nous, nous avons besoin de vous, il y a une place pour vous!

Le service des bénévoles du CH St-Augustin 2135, de la Terrasse Cadieux. Contactez : Angèle Masson, (418) 667-3910 poste 321.

GÎTE JEUNESSE

Recherche bénévoles pour le transport des jeunes lors d'activités (le kilométre est remboursé). Bénévoles pour accompagner et aider lors des activités de financement. Nos besoins sont ponctuels mais toute aide est la bienvenue.

Pour nous contacter, 418-666-3225.

L'ASSOCIATION DES PERSONNES AIDANTES DE LA RÉGION DE QUÉBEC 03 (APARQ).

Nous recherchons des personnes disposées à faire de l'**écoute téléphonique** auprès des personnes vivant diverses difficultés. Notre organisme offre préalablement une formation de grande qualité afin d'habiliter les personnes à être de bons écoutants.

Pour joindre notre équipe de bénévoles composez le (418) 688-1511 ou le (418) 655-9381.

LE PIVOT

Recherche des bénévoles, dans le cadre de ses activités pour le loisir adapté, les samedis du 23 octobre, 27 novembre et du 18 décembre de 12h à 15h00 pour accompagner des personnes à mobilité réduite (fauteuil roulant) lors de sorties culturelles. Cette personne serait l'aide technique de l'animatrice responsable du groupe.

Recherche des bénévoles, dans le cadre de ses activités régulières, pour la distribution matériel, publicité et petits achats pour notre organisme une fois/semaine en journée avec notre camionnette. Recherche aussi des bénévoles aînés pour organiser en comité des activités de loisir pour les aînés dans le quartier du Vieux-Moulin.

Pour informations: Jean-Michel Lajeunesse au 418-666-2371.

VÉLO VERT

Le Vélo Vert, situé sur le boulevard Ste-Anne à Giffard, est à la recherche d'une personne bénévole immigrante pour siéger sur son conseil d'administration. Vélo Vert recevra bientôt à ses ateliers des groupes d'immigrants dans un contexte de francisation et d'expérience de compagnonnage en ateliers, c'est pourquoi nous désirons avoir une personne immigrante sur notre CA. Nous souhaiterions une personne senior, qui maîtrise assez bien le français et qui a un bon niveau de scolarité.

Si vous vous sentez interpellé par cette demande et que vous répondez aux critères, prière de prendre contact avec Pascal Grenier responsable@gsvq.org ou au (418) 660-5579.

L'ÉQUIPE DE VOTRE JOURNAL

De retour pour une nouvelle année, l'équipe du journal est heureuse de pouvoir vous partager les nouvelles du Centre et du milieu communautaire.

Vous aimeriez partager votre expérience de bénévolat avec d'autres? Vous avez besoin de bénévoles pour votre organisme? Écrivez-nous et nous le ferons paraître dans le Cabotin.

Au plaisir de vous lire!

L'équipe : Hugues, Nicole, Claude, Lisette et Valérie

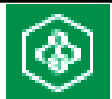
MERCI à nos commanditaires pour leur appui financier à notre bulletin de liaison !



www.bingodeschutes.com

BINGO
DES CHUTES

Licence CFLB 51324-1
4175, Boul. Ste-Anne Beauport
667-0921
APRÈS-MIDI 13H00 & SOIRÉE 18H45 TOUS LES JOURS



Desjardins

**Caisse du Vieux-Moulin
(Beauport)**

3341, rue du Carrefour
Québec (Québec) G1C 8J9
Téléphone : 418-667-4440
Télécopieur : 418-622-2604

Courriel : info@caissevieuxmoulin.com
Site Internet : desjardins.com/caissevieuxmoulin

La Caisse Desjardins du Vieux-Moulin

**Bien
placée**
pour vous conseiller



Sylvie Boucher

Députée de Beauport-Limoilou
Secrétaire parlementaire pour la Condition
féminine

Je félicite toute l'équipe du Centre d'action
bénévole Aide 23 pour le travail extraordi-
naire accompli auprès de la population et des
organismes.

Bravo pour votre belle implication dans notre
communauté!

Bureau de Comté :
2000, avenue Sanfaçon, bur 101
Québec (Québec) G1E 3R7

Vos pharmacies Jean Coutu du Grand Beauport

JACQUES RAYMOND, pharmacien propriétaire

2372, boul. Louis-XIV 418-666-9688
Beauport, Qc 1099, ave Larue



CHRISTIAN OUELLET, pharmacien propriétaire

Promenades Beauport Beauport, Qc
3333, du Carrefour 418-667-7534

MARTIN CHOUINARD, pharmacien propriétaire

2090, boul. Sainte-Anne
Beauport, Qc
418-661-2471