

VIVRE EN SANTÉ

PETITES ANNONCES



NUTRITION
MIGRAINE, SORS
DE CE CORPS!
PAGE 6

ÉLAN
LE SURPOIDS
FAIT MAIGRIR
PAGE 5



MICROBES

Découvrez 10 objets couverts de bactéries que nous touchons tous les jours sur cyberpresse.ca/microbes

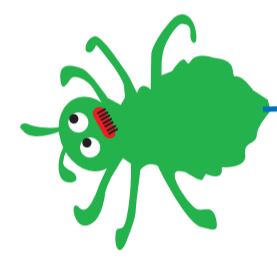
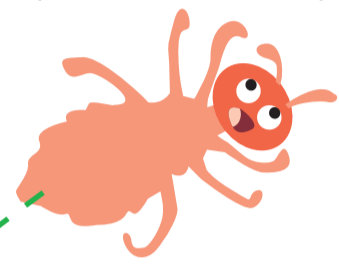
THÉ

Le thé, meilleur que l'eau pour la santé? À lire sur cyberpresse.ca/the

GARE AUX POUX!



Les poux sont de retour. Depuis la rentrée des classes, ils passent allègrement d'une tête à l'autre et se multiplient. Dans les écoles primaires, ils coloniseront le crâne d'environ 1 écolier sur 20 cette année.
Un guide de survie en pages 2 et 3.



Une école au peigne fin



MARIE-CLAUDE LORTIE
CHRONIQUE

Pourquoi certaines écoles ont-elles d'efficaces stratégies anti-poux alors que d'autres se contentent de simples mots écrits aux parents annonçant l'apparition des petites bêtes, avec le même laconisme la première que la neuvième fois dans l'année?
J'étais en train de poser la question au monsieur des communications, à la Commission scolaire de Montréal, et il était en train de renvoyer la balle aux CLSC quand une hypothèse m'est apparue toute seule.

Évidente. Claire comme de l'eau de roche. Les écoles qui se préoccupent des poux doivent être celles dont la directrice ou le directeur a personnellement été touché par les poux! Dont les enfants ont été infestés! Qui ont eu personnellement droit aux séances d'épouillage interminables, aux lentes attachées plus solidement qu'avec de la Crazy Glue, aux brassées de lavage titanesques, aux toutous dans le congélateur pour tuer les parasites...
Remarquez, ce n'est qu'une théorie. Mais avouez qu'elle tient debout.
Car si je me fie à ce que j'observe depuis que mes enfants fréquentent garderies, écoles et autres lieux favorisant la proximité capillaire, il faut que les poux soient presque sous notre nez, en train de nous envoyer des «bye-bye», pour qu'on se réveille au sujet de l'importance des

mesures préventives. Il faut avoir passé des heures à chercher les bêtes dans les tignasses, jour après jour après jour...
Bref, il faut avoir vécu l'enquiquinement suprême causé par la bibitte pour finir par allumer.
Il est donc logique de se dire que si la direction d'une école est passée personnellement à travers tout cela, elle a de quoi être vite sur le piton: inspections de toutes les chevelures par l'infirmière, quitte à lui payer des heures supplémentaires. Appels aux éducatrices pour qu'elles viennent donner un coup de main, armées de peignes à longues dents, prêtes à passer à travers les tignasses les plus rebelles. Suivi serré de chaque cas problème. Retrait des enfants en cas de récurrence. Surveillance des têtes à moyen terme.
Car avouez qu'il est difficile de s'imaginer un directeur, les deux mains dans

le Nix à la maison, qui dirait pour son école: «Envoyons seulement un huitième petit papier aux parents», sachant à quel point il en faut plus pour endiguer cette poisse entomologique.
Il est fou de penser que, en 2008, les écoles ont encore un rôle à jouer dans l'épouillage de nos enfants. Mais elles sont au cœur des contagions. Et tant qu'il y aura des parents paresseux ou inconscients qui ne feront pas ce qu'il faut pour éradiquer le problème, ce sont elles qui devront prendre la responsabilité de bloquer concrètement la propagation et d'empêcher que toute l'école paie le prix de la négligence d'une minorité.

COURRIEL
Pour joindre notre journaliste: mlortie@lapresse.ca

Correction de votre vision par le laser



Sébastien a choisi IRIS pour la correction de sa vision par le laser.

L'équipe de la Clinique d'Ophtalmologie IRIS vous invite à un **brunch d'information** sur la chirurgie au laser, le **dimanche 28 septembre** prochain à **10h00**, au Hilton de Laval.
Réservez votre place à votre boutique IRIS, ou à iris.ca.



VIVRE EN SANTÉ

BULLETIN DE SANTÉ MATHIEU PERREULT

LE CHIFFRE

25, C'est l'indice de masse corporelle des amateurs de jeu vidéo en ligne EverQuest II, selon des chercheurs de l'Université de Californie-du-Sud. En comparaison, la moyenne américaine, pour un échantillon comparable en âge, est de 28. Cette conclusion surprenante s'explique par le fait que les amateurs de jeux vidéo font une à deux séances par semaine d'exercice vigoureux. Par contre, ils sont plus susceptibles de souffrir de dépression ou de toxicomanie et de se réfugier dans le monde imaginaire des jeux vidéo. Les 7000 répondants au sondage ont été recrutés grâce à une récompense: une arme virtuelle appelée « Greatstaff of the Sun Serpent ».

PLUS DE FILLES AUTISTES

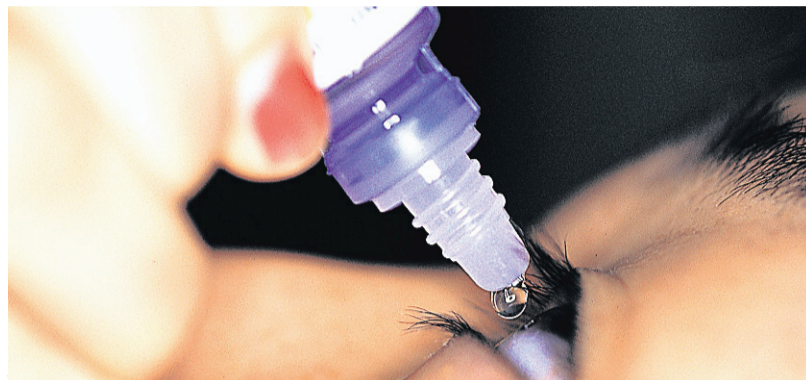
L'autisme est sous-diagnostiqué chez les filles, selon des psychiatres britanniques. Une étude auprès de 100 filles et 500 garçons souffrant d'autisme de haut niveau, qui sont donc très fonctionnels, a montré que les filles ont beaucoup plus souvent des obsessions centrées sur des personnes. Ces troubles sont généralement plus acceptables pour les parents, qui en parlent moins souvent aux médecins, et sont moins bien détectés par les questionnaires généralement utilisés pour l'autisme. Ces résultats préliminaires, dévoilés à un colloque du Collège royal des psychiatres, expliquent pourquoi on dénombre quatre fois plus d'autistes chez les garçons que chez les filles.

MÉDICAMENTS POUR FEMMES

De nombreux médicaments ont des effets secondaires différents chez les femmes et les hommes, affirme un immunologiste torontoise dans la revue *Nature Review Immunology*. Ce phénomène n'est pas suffisamment pris en compte par les médecins, ce qui amène souvent des réactions négatives imputables au manque de surveillance. Cette différence, due aux hormones et à la présence de deux chromosomes sexuels X chez la femme, a notamment des effets importants dans les thérapies antivirales, comme dans le cas du sida.

DES GOUTTES CONTRE LES CATARACTES

Les opérations de la cataracte seront de moins en moins nécessaires si une entreprise américaine réussit à mettre au point de nouvelles gouttes qui brisent les molécules responsables de cette opacification du cristallin. La société californienne Chakshu Research, fondée par un ingénieur dont le père souffrait de cette maladie, s'est associée à l'Université de l'Utah pour tester les gouttes C-Kad, qui pourraient être plus efficaces que les gouttes traditionnelles afin de retarder le moment de l'intervention.



J'AI TESTÉ

Gommage pour le corps de Nuxe

L'exfoliant de Nuxe est fait de bambou, de plantes amazoniennes et de poudres végétales. La pâte brune, granuleuse, produit une petite mousse blanche au contact de l'eau. Difficile cependant de ne pas répandre des grains un peu partout puisque le produit n'est pas très compact. Il exfolie efficacement la peau et la laisse douce. La fragrance est fraîche et exotique.

Environ 29,99\$ les 200 ml.

— Janie Gosselin



LES POUX PASSÉS AU PEIGNE FIN

Chez les enfants de 3 à 12 ans, la pédiculose demeure commune. D'après des données du ministère de la Santé du Québec, 5,7% des enfants d'âge préscolaire et primaire sont touchés chaque année. Dans une école qui accueille 400 enfants, environ 23 attraperont des poux. De quoi se prendre la tête.

ISABELLE AUDET

Josée* se remémore en frissonnant l'épisode de pédiculose qui a frappé sa famille l'an dernier. Sa fille de 7 ans en a ramené de l'école, puis toute la famille y est passée. Pire, son fils aîné a contaminé toute la famille de son père, chez qui il séjourne un week-end sur deux.



« Au départ, ma fille se plaignait de démangeaisons intenses et elle se grattait la tête sans arrêt, raconte la mère de famille. J'ai regardé le fond de sa tête et j'ai vu des insectes bouger. Ça devait faire un bon moment qu'elle en avait parce qu'ils étaient vraiment gros. Puis, en regardant de plus près, j'ai vu des dizaines et des dizaines d'œufs collés sur les racines. L'horreur. »

Des cas comme celui-là, l'infirmière scolaire Ginette Potvin en voit plusieurs chaque année. « On en a beaucoup, constate-t-elle. Particulièrement chez les petits de la maternelle à la deuxième ou troisième année. À cet âge, il y a beaucoup de proximité. Les poux en profitent alors pour passer d'une tête à l'autre. »

Elle ajoute que c'est à la rentrée des classes et après les vacances des Fêtes que les écoles signalent le plus de cas de pédiculose. Des semaines à fréquenter les cousins et à dormir chez les copains accentuent les risques de propagation chez les enfants. Ajoutez à cela des files indiennes bien serrées pour entrer

dans l'école... et les poux se multiplient allègrement.

Dans les écoles qu'elle fréquente, M^{me} Potvin enseigne à divers intervenants comment reconnaître un enfant porteur de poux. « On prévient les parents en début d'année qu'il est possible que l'on doive inspecter la tête de leur enfant à un moment ou à un autre, explique-t-elle. C'est important parce que plus on agit rapidement, plus on limite les cas dans un groupe. »

Encore des tabous

Le ministère de la Santé du Québec, les médecins et les infirmières sont unanimes: rien ne protège totalement un enfant des poux. Les petites bêtes ne font pas de discrimination, ne s'attardent ni à la propreté ni au type de cheveux. Tant qu'ils peuvent se nourrir du sang de leur hôte, ils ne font pas la fine bouche.

Malgré ce discours maintes fois répété par les directions d'école et les infirmières scolaires, le mythe qui veut que les bestioles préfèrent une tête sale à la couenne dure. « Les parents n'aiment pas qu'on leur annonce que leur enfant a des poux, c'est évident, raconte M^{me} Potvin. Parfois, ils en sont très gênés. »

Certains préfèrent ainsi garder le secret lorsqu'ils découvrent ces parasites sur la tête de leur enfant. Même s'il a pu contaminer ses camarades à la récréation ou dans les vestiaires.

« Oui, c'est encore tabou, croit Josée, qui a préféré changer son prénom de peur que

sa fille éprouve des problèmes auprès de ses copains de classe. Beaucoup de mamans refusent de laisser aller leur enfant dans une maison aux prises avec des problèmes de poux. Ce qui est un peu normal. Moi non plus je n'enverrais pas mes enfants dans une maison où il y en a. »

Se protéger?

Si les poux ne font pas de discrimination, ils ont tout de même des limites physiologiques. Comme ils ne sautent pas, ils doivent pouvoir s'agripper à un cheveu pour coloniser une tête. Ainsi, constate M^{me} Potvin, les écoliers dont les cheveux longs sont noués risquent moins d'en attraper.

Et les garçons au style décontracté, les cheveux aux épaules? « C'est beau aussi, une belle petite coupe courte! » lance l'infirmière, qui précise toutefois que les cheveux longs n'« attirent » pas les poux. Ils sont seulement plus à risque de toucher la tête d'un camarade qui en a.

En cas de pédiculose, certains parents rebutés par l'ampleur du travail au peigne fin décident de couper les cheveux des membres de leur famille. Il ne s'agit toutefois pas d'une condition impérative à la réussite du traitement.

Enfin, l'extrait de lavande, qui a la réputation d'éloigner les poux, n'a pas fait l'objet d'une étude exhaustive au Canada. Des parents en déposent quelques gouttes sur la tête de leur enfant, mais M^{me} Potvin doute de l'efficacité de cette recette maison. « Ça ne fait effet que très peu de temps, affirme-t-elle. Et puis, un pou doit piquer pour vivre. Il n'aimera peut-être pas l'odeur, mais il ne partira pas en balade pour voir s'il y a mieux à mordre ailleurs. Il y a de fortes chances qu'il s'installe tout de même. »

*Nom fictif.

4mm

C'est la taille d'un pou adulte, soit à peu près la taille d'une pointe de stylo.



UN SEUL POU FEMELLE PEUT PONDRE JUSQU'À **200** ŒUFS EN UN MOIS.

ÇA PIQUE: QUE FAIRE?

ISABELLE AUDET

L'avertissement arrive habituellement dans le sac à dos des enfants: il y a des cas de pédiculose à l'école. Ces avis sont courants, mais une vérification s'impose à la maison chaque fois, prévient l'infirmière scolaire Ginette Potvin. Voici la marche à suivre dès qu'un cas de pédiculose survient dans votre entourage.

•Lorsqu'un avis de pédiculose a été lancé par l'école ou la garderie, il importe de scruter le fond de la tête des membres de la famille chaque jour pendant une semaine sous une bonne lumière. «Regarder une fois, c'est un instantané et ce n'est pas suffisant, explique M^{me} Potvin. Pour être bien certain, il faut inspecter les cheveux plusieurs fois.»

•Le pou se faufile dans la chevelure, mais ses œufs (les lentes) sont bien visibles. Le pou mesure au maximum 4mm, et les lentes sont encore plus petites. Blanchâtres et minuscules comme des pellicules, elles ne se délogent pas facilement. Elles sont généralement fixées à la racine des cheveux. Les poux affectionnent les endroits chauds et humides, alors ils sont plus facilement repérables derrière les oreilles et près de la nuque.

•On trouve des poux ou des lentes? L'Institut national de la santé publique recommande alors l'utilisation d'un pédiculicide, un shampoing contre les poux. Les écoles exigent habituellement que l'enfant ait été traité avant de le réintégrer en classe.

•Afin de limiter la contamination dans l'entourage, il importe de prévenir l'école ou la garderie de l'enfant qui a des poux, ainsi que toutes les personnes qu'il a côtoyées.

•Après l'application d'un traitement, éviter l'utilisation de produits revitalisants et de shampoings de type «deux dans un».

Ils nuiraient à l'efficacité du traitement. «Mieux vaut attendre deux jours avant de relaver les cheveux», suggère M^{me} Potvin.

•Chaque produit contre les poux a son propre mode d'emploi. Certains s'appliquent sur des cheveux légèrement mouillés, d'autres pas. Le décalage entre les deux applications recommandé par la plupart des fabricants varie aussi. Une lecture attentive évite un échec du traitement... et un autre coup de fil de l'école.

•Dans les jours suivant chaque shampoing, viennent les séances de peigne fin, un moment que les parents redoutent. Le passage de ce peigne aux dents serrées permet d'éliminer les lentes toujours accrochées au cheveux, ce qui limite le risque d'échec du traitement. Passer une serviette humide dans les cheveux avant de passer le peigne peut contribuer à déloger les lentes plus facilement. Ensuite, la meilleure technique consiste à prendre une mèche après l'autre, à passer le peigne d'abord à rebrousse-poil, puis vers la pointe. Entre chaque passage, il faut tremper le peigne dans l'eau chaude, explique la Direction de la santé publique de Montréal.

•Enfin, il est essentiel de laver certains effets des membres de la famille (litière, peignes, brosses à cheveux, chapeaux, casquettes...) à l'eau chaude (65°C) pendant 5 à 10 minutes. «Inutile de passer la maison au complet aux insecticides», prévient M^{me} Potvin. Le lavage des objets qui auraient pu être en contact avec les cheveux des membres de la famille suffit. Un pou a besoin de piquer pour survivre. Trop longtemps sans un hôte à coloniser, il meurt.

•Des objets impossibles à laver à l'eau chaude peuvent être contaminés. Les mettre deux semaines dans un sac hermétique suffira à éloigner tout risque. La sècheuse, à la chaleur maximale pendant 20 minutes, s'avère tout aussi efficace.



Efficaces, les traitements?

ISABELLE AUDET

Le shampoing à la perméthrine demeure le premier traitement contre les poux suggéré par l'Institut national de la santé publique (INSPQ). Reconnus pour leur efficacité, des produits comme Nix et Kwellada-P ne seraient cependant pas infaillibles.

«Les données de réduction d'efficacité dont fait part la documentation scientifique (...) sont préoccupantes. Il est probable que les nombreux rapports d'échec des traitements pédiculicides reflètent l'émergence d'une résistance au Québec», explique Nathalie Marceau, pharmacienne, dans la plus récente mise à jour de l'Institut sur le traitement des poux. Les données sur l'ampleur de cette résistance sont toutefois trop sommaires pour que le problème soit chiffré.

«Les cas de mauvaise utilisation des shampoings viennent parfois fausser les cartes», prévient Ginette Potvin, infirmière scolaire.

Les produits chimiques contenus dans les traitements inquiètent toutefois des parents qui craignent d'exposer leurs enfants à un produit toxique. «Ce sont des produits qui sont bien tolérés et très, très peu absorbés par le corps, tempère M^{me} Marceau. S'il y a des effets secondaires, on voit de l'irritation cutanée et des rougeurs. Il faut toutefois être prudent: le grattage dû aux poux peut aussi provoquer de petites lésions.» La pharmacienne explique qu'environ 2% des produits recommandés par l'Institut sont absorbés par la peau. Rien pour intoxiquer un enfant, maintient-elle.

L'Institut se dit cependant préoccupé par le lindane, que l'on trouve toujours dans quelques produits au Canada. Son taux d'absorption par la peau est d'environ 10% et en raison de sa «toxicité», l'organisme le déconseille dans les traitements pour enfants.

Enfin, Santé Canada a récemment approuvé le Resultz, un produit moins invasif qui déshydrate le pou plutôt que de le paralyser. «C'est efficace, affirme M^{me} Marceau. Les études sur ce produit ne prouvent pas qu'il est supérieur aux autres, mais on va le donner en cas de résistance.»

POURQUOI LE CRÂNE DÉMANGE-T-IL?

ISABELLE AUDET

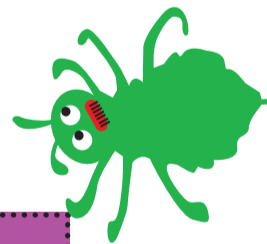
Juste à évoquer les poux, c'est presque inévitable: le crâne nous démange. En lisant ce dossier sur la pédiculose, de nombreux lecteurs ressentiront l'envie irrésistible de se gratter le cuir chevelu. Pourquoi donc?

D'après Jean-Charles Crombez, psychiatre, psychanalyste et psychosomaticien, la lecture sur un sujet sensible peut entraîner un réel inconfort chez certaines personnes. Ce mal-être, d'abord intérieur, entraîne parfois des symptômes physiques.

«C'est comme lorsque vous voyez un lion, illustre-t-il. Vous avez peur et il y a une augmentation du rythme cardiaque. Si vous êtes dans la forêt et que vous craignez qu'il y ait un lion, votre réaction physiologique sera semblable. Le corps se prépare à lutter contre le lion. C'est une réaction utile quand le lion est présent... et c'est un peu embêtant quand le lion est imaginé.»

Ainsi, lire sur la pédiculose peut donc entraîner une crainte capable de provoquer une réaction physique telle qu'une démangeaison. Un inconfort qui, évidemment, s'estompe rapidement lorsqu'on passe à autre chose.

Le D^r Crombez ajoute enfin que les réactions physiques issues d'un inconfort intérieur ne sont pas que le fruit de l'imagination. «Une erreur que les gens font, c'est de croire que parce qu'il n'y a pas de cause objective, la conséquence est abstraite. Que la cause soit objective ou subjective, la conséquence sera tout aussi réelle. La douleur ou, dans ce cas, la démangeaison existe bel et bien.»



Par temps sec et ensoleillé, hors de la tête, le pou meurt au bout de

4 HEURES



6 ŒUFS

Un pou femelle pond environ 6 œufs par jour et vit environ un mois.

Une personne qui se plaint de démangeaisons transporte généralement entre 10 et 20 poux adultes sur sa tête.



VIVRE EN SANTÉ

ALIMENTAIRE, MA CHÈRE!

L'umami célèbre ses 100 ans



STÉPHANIE BÉRUBÉ

ALIMENTATION

C'est quand même un peu frustrant d'avoir 100 ans et d'être si méconnu. L'umami est le cinquième goût. Il existe depuis toujours, mais il a été officiellement découvert au Japon en 1908. D'où ce nom nippon qui signifie délice et qui n'a pas d'équivalent français. Ce qui n'aide pas à sa notoriété, c'est certain. On le trouve dans les champignons, la sauce soya, le fromage, les algues. Il fait sensation sur le bout de la langue. Il n'est ni salé ni sucré; ni amer ni acide. C'est autre chose. Plus subtil et plus rare. Il explose dans le glutamate et aussi, dans son vilain cousin, le glutamate monosodique, cet additif que

l'on élimine maintenant de l'industrie alimentaire. Mais le glutamate est aussi là naturellement dans plusieurs aliments. Dans les asperges, les pois, le thé vert et le poulet, notamment.

L'umami est célébré ces jours-ci à Tokyo, où, il faut l'admettre, il est bien mieux traité, les algues étant très utilisées dans la cuisine japonaise. Le dashi, ce bouillon fait de bonito (poisson séché), en est plein. Les sauces de poisson fermenté aussi. L'umami se cache également dans les aliments âgés, très mûrs, très cuits. Pour vous amuser avec ce goût insolite, visitez le centre d'information (en anglais seulement) www.umamiinfo.com et faites un repas tout umami. Soupe de citrouille et maquereau au daikon ou plus italien, jouez avec les anchois, le parmesan et le jambon prosciutto. Lancez-vous ce défi umami. Déstabilisant.

COURRIEL

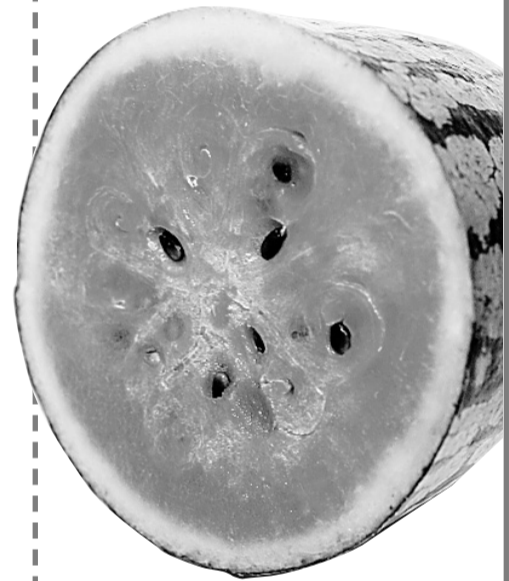
Pour joindre notre journaliste: sberube@lapresse.ca



MELONS D'EAU

Une petite tranche québécoise pour lutter contre le blues de l'automne?

Ce n'est pas l'année internationale du melon d'eau, mais presque. Déjà, le fruit a récupéré son plein statut de fruit. Lui qui avait été relégué aux fêtes d'enfants nés durant les mois de juillet et d'août vient de rappeler qu'il est en fait une mine de vitamines A et C. Et puis, en plein été, une étude vient lui attribuer des effets comparables à ceux du Viagra, à condition d'en manger une énorme quantité et de consommer aussi son écorce. Par ces temps frisquets, on croirait que la saison du melon d'eau est bel et bien terminée. Nenni: le melon d'eau québécois se mange maintenant. Contre les blues de la rentrée, pour les parents et les écoliers, il n'y a rien comme une petite tranche de melon rosé et juteux. Les maraîchers d'ici proposent ces jours-ci leurs meilleurs spécimens. « Ils sont très sucrés, surtout ceux avec des pépins », explique le jeune producteur Nicolas Villeneuve, qui prétend faire les meilleurs melons du Québec. Il les vend directement au public, au marché itinérant d'Outremont, le dimanche. En plus, ses précieux melons sont bios. Ce qui est d'autant plus intéressant si on décide de manger l'écorce...



SOYA

Tofu et ménopause précoce

Le soya contient des phytoestrogènes. C'est en quelque sorte une version végétale de l'œstrogène. Les scientifiques s'intéressent beaucoup au soya, pour tenter d'évaluer les effets de la consommation de ces oestrogènes végétaux. Une équipe de l'Université d'État de la Caroline du Nord vient de publier d'inquiétants résultats: manger du soya pourrait provoquer un déséquilibre dans la puberté et la ménopause. De jeunes rates ont reçu une dose « normale » de soya et on a étudié leur développement. Les neurotoxicologues ont remarqué des perturbations de l'hypothalamus qui pourraient ultimement perturber et même précipiter la puberté et la ménopause. On trouve des phytoestrogènes aussi dans des herbes, dont l'origan et le thym. Paradoxalement, la communauté scientifique s'intéresse aussi aux phytoestrogènes pour réduire les effets de la ménopause.



BOISSONS ÉNERGISANTES

Des médecins canadiens sonnent l'alarme

La Société médicale de l'Île-du-Prince-Édouard met la population en garde: les boissons énergisantes peuvent créer une dépendance et les jeunes devraient s'en tenir loin. Le groupe veut demander au gouvernement provincial de concocter une loi qui interdirait carrément la vente de ces boissons aux jeunes adolescents. La vente de boissons énergisantes continue d'augmenter au Canada. La Société médicale joint sa voix à celles de nombreux groupes qui s'inquiètent de la popularité croissante de boissons fortes en caféine chez les enfants.

RAPPORT ANNUEL 2006 DE L'ORGANISATION MONDIALE DE LA SANTÉ

Le paludisme a tué un million de personnes

AGENCE FRANCE-PRESSE

GENÈVE — Le paludisme a tué près d'un million de personnes dans le monde en 2006, les enfants de moins de 5 ans et l'Afrique payant le plus lourd tribut, a indiqué l'Organisation mondiale de la Santé (OMS).

« On estime à 247 millions le nombre d'épisodes de paludisme sur une population à risque de 3,3 milliards de personnes, causant près d'un million de morts, dont la plupart sont des enfants en dessous de 5 ans », a expliqué l'OMS dans son Rapport annuel sur le Paludisme.

La maladie est endémique dans 109 pays en 2008, dont près de la moitié se trouvent en Afrique, selon le rapport. Un bon nombre de pays n'a toujours pas les moyens de lutter contre la maladie et l'accès aux traitements reste insuffisant dans tous les pays étudiés, en dépit d'une meilleure production de médicaments de lutte contre la maladie par les ser-

vices médicaux nationaux, relève encore le rapport.

Toutefois, des progrès ont été accomplis ces deux dernières années, depuis la collecte des données publiées dans le rapport, a tempéré la directrice générale de l'OMS, Margaret Chan. « Je

suis personnellement sûre que nous aurons des nouvelles encore meilleures l'année prochaine. La tendance (à l'amélioration) se poursuit actuellement », a-t-elle ajouté.

La directrice de l'OMS a par ailleurs appelé les industries

pharmaceutiques à augmenter la recherche et le développement dans les nouvelles thérapies

basées sur l'artémisinine, alors qu'il y a des cas de résistance à ces traitements qu'elle recommande.

SÉANCE D'INFORMATION GRATUITE

Mettre la douleur neuropathique à l'avant-scène

La douleur vous tenaille-t-elle?

Votre douleur se présente-t-elle sous forme de brûlure, d'élançements ou d'engourdissements?

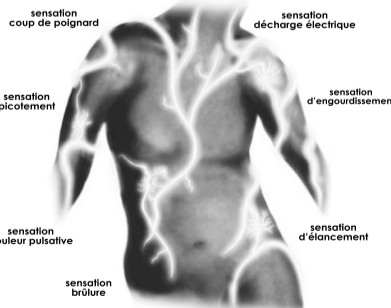
Affecte-t-elle votre capacité à travailler ou à participer à des activités?

Perturbe-t-elle votre sommeil ou encore votre humeur?

Ressentez-vous des douleurs autres que des maux de tête ou des migraines?

Décririez-vous votre douleur d'une des manières suivantes?

- Chaleur/brûlure
- Engourdissements
- Picotements
- Décharge électrique
- Sensibilité au contact des vêtements ou des draps



Ce sont là des symptômes de douleur neuropathique.

Pour en savoir plus, visitez le site: www.dusavoiralesspoir.ca

dusavoiralesspoir
la douleur neuropathique

Ne manquez pas la séance d'information gratuite avec Dr Aline Boulanger, MD, FRCPC, MPH, Directrice, Clinique de la douleur du Centre hospitalier de l'Université de Montréal et de l'Hôpital du Sacré-Cœur de Montréal, vice-présidente de l'Association québécoise de la douleur chronique.

Manon Choinière, PhD, Chercheur, Centre de recherche, Centre hospitalier de l'Université de Montréal.

Date : Lundi le 29 septembre 2008, de 19h00 à 21h00

Lieu : Hôtel-Dieu du CHUM, Auditorium du Pavillon Jeanne-Mance, 3840, rue Saint-Urbain, Montréal

Appelez pour vous inscrire : 514-845-8222 poste 221

CMEB
CENTRE DE MÉDECINE ESTHÉTIQUE
DE BOUCHERVILLE

Thérapie par biostimulation pour contrer la perte des cheveux

Dites NON à la chute des cheveux. La voie vers une chevelure plus brillante, saine et dense.

- Aucune chaleur, ni douleur ressenties
- Pas d'effet secondaire
- Non invasive
- 100 % de couverture du cuir chevelu

TECHNOLOGIE LA PLUS AVANCÉE DISPONIBLE PRÉSENTEMENT NO 1 MONDIAL POUR LE TRAITEMENT DE LA CHUTE DES CHEVEUX (ALOPÉCIE) SANS CHIRURGIE

Centre de médecine esthétique de Boucherville
160, boul. de Montarville, local 203
Boucherville
450-449-1119
www.cmeb.ca

RONFLEMENT

CENTRE DU RONFLEMENT DE MONTRÉAL
514.327.5060

TRAITEMENT AU LASER

PAR DES OTO-RHINO-LARYNGOLOGISTES
WWW.RONFLEMENT.QC.CA



PHOTO RÉMI LEMÉE, ARCHIVES LA PRESSE

L'alimentation, notamment, semble jouer un rôle important dans le déclenchement de la migraine.

Migraine, sors de ce corps!



JACINTHE CÔTÉ
LA NUTRITION
COLLABORATION SPÉCIALE

En Amérique du Nord, de 10 à 20% de la population souffre de migraines. Les femmes, presque deux fois plus que les hommes.

Ce type de mal de tête se distingue par sa longue évolution, son intensité et les symptômes qui l'accompagnent (vision trouble, nausées, vomissements, congestion nasale, sueurs).

Lucie Paré fait partie de cette catégorie de gens. Depuis plusieurs années, elle endure des migraines. Il semble maintenant

que sa fille en souffre à son tour. Elle se demande si l'hérédité est un facteur important et si l'alimentation peut les aider à espacer les migraines ou à en diminuer les symptômes.

La recherche

La migraine, et ce qui la provoque ou l'exacerbe, a donné lieu à de nombreuses recherches. Il semble que, en effet, les gens dont les parents souffrent ou ont souffert de migraines risquent davantage d'en souffrir à leur tour. La migraine est d'origine encore incertaine et son apparition semble grandement influencée par les fluctuations hormonales liées au cycle menstruel, à la grossesse ou à la ménopause.

D'autres facteurs tels que le stress émotionnel, les conditions environnementales et, évidemment, l'alimentation semblent

jouer un rôle important dans le déclenchement de la migraine.

Des substances contenues naturellement dans les aliments peuvent par exemple causer des intolérances dont les symptômes se manifestent par des migraines.

C'est le cas de la caféine, que l'on trouve en quantité variable dans les boissons énergisantes, plusieurs boissons gazeuses, le café, le chocolat et le thé, et de la tyramine, qu'on trouve dans les fromages vieillissants (parmesan, cheddar), le vin rouge, la crème sûre et la sauce de soja.

Gare aux additifs alimentaires

Les migraines peuvent également être provoquées par la consommation d'additifs alimentaires tels que l'aspartame, les nitrites, le glutamate monosodique.

Les nitrites sont utilisés comme agent de conservation dans les viandes et poissons fumés, le salami, le pepperoni, etc. Le glutamate monosodique est pour sa part ajouté comme agent de sapidité dans la cuisine asiatique, certains fromages, soupes et sauces déshydratées. L'aspartame est surtout utilisé dans les boissons gazeuses faibles en calories.

Pour trouver quels éléments déclenchent vos migraines, il est essentiel de tenir un journal de bord. Vous pourrez y noter le contexte de chacune: quels sont les symptômes ressentis, votre situation psychologique (stress, relaxation après le stress...), les conditions extérieures (lumière vive, bruit...). Vous devriez également prendre en note les aliments consommés dans les 24 heures précédentes.

Si vous croyez souffrir d'une intolérance alimentaire, consultez la liste des ingrédients de ce que vous consommez pour voir s'ils contiennent des éléments susceptibles de la provoquer. Pour confirmer vos soupçons, vous devriez diminuer graduellement la consommation des aliments en question afin de voir s'il y a une amélioration.

L'auteure de cette chronique est membre de l'Ordre professionnel des diététistes du Québec. Chaque semaine, elle répond à vos questions et commentaires. Adressez-les à: Chronique nutrition, La Presse, 7, rue Saint-Jacques, Montréal, H2Y 1K9 ou par courriel à: questiondenutrition@hotmail.com

Une algue japonaise menace le golfe du Saint-Laurent

MATHIEU PERREAULT

Alors que tous les yeux sont tournés vers les algues bleues, une autre espèce d'algue, d'origine japonaise, cause tout autant de soucis dans le golfe du Saint-Laurent.

Surnommée «voleuse d'huîtres», l'algue *Codium fragile* menace les stocks de homards dans l'Atlantique, la mariculture dans le golfe, et bouleverse les berges des Maritimes et des Îles-de-la-Madeleine.

«Nous essayons de voir la limite de distribution de l'espèce au nord et dans l'estuaire», explique Annick Drouin, étudiante au doctorat de l'Université Laval.

«En Europe, elle va jusqu'à des latitudes plus nordiques que les nôtres. Mais on espère qu'elle ne s'installera pas sur la Côte-Nord, où la température va rarement jusqu'à 10 degrés l'été. On fait des tests de croissance en labo. Jusqu'à maintenant, les résultats sont un peu étonnants: *Codium fragile* pousse très bien en eau froide.»

L'algue est d'abord passée en Europe à la fin du XIX^e siècle, puis en Amérique du Nord après la Deuxième Guerre mondiale. Depuis, elle progresse lentement

vers le nord. Dans les années 70, elle est arrivée dans le Maine. Les scientifiques pensaient que les eaux froides de la baie de Fundy l'arrêteraient, mais elle a fini par arriver au Canada à la fin des années 80, puis dans le golfe au milieu des années 90.

«En Nouvelle-Écosse, des forêts d'algues laminaires ont été complètement remplacées par le *Codium fragile*, dit M^{me} Drouin. Pour tous les animaux qui étaient habitués à cet habitat particulier, qui était très en hauteur, c'est un très grand chambardement. Il y en a aux Îles-de-la-Madeleine depuis 2003. Les herbiers marins pourraient y être bouleversés, la zostère marine pourrait notamment disparaître.»

L'algue japonaise doit son surnom à une croissance exubérante qui parvient à emprisonner des bulles d'oxygène issues de la photosynthèse. Cela lui permet de flotter et de déplacer les mollusques auxquels elle est attachée.

À l'Île-du-Prince-Édouard, environ 10% des récoltes d'huîtres sont perdues de cette façon. Pour éviter le pire, Pêches et Océans et le Regroupement des mariculteurs du Québec ont demandé dès 2004 aux plaisan-

ciers de nettoyer la coque et les accessoires de leurs bateaux à l'eau douce après avoir effectué un périplo au sud des Îles.

«Elle peut menacer d'autres espèces, comme les moules, en vidant des zones côtières de leurs nutriments, ce qui fait périr le phytoplancton dont les mollusques se nourrissent», explique David Garbary, un biologiste de l'Université Saint-François-Xavier, en Nouvelle-Écosse, qui a été le premier à découvrir *Codium fragile* dans le golfe.

«Et dans l'Atlantique, les algues traditionnelles sont victimes des changements climatiques et d'animaux invasifs et *Codium fragile* prend leur place. Comme elle pousse en rangs très serrés, ça empêche les homards de s'y cacher. Personne n'a démontré que les populations de homards en souffrent, mais c'est certain que ça leur cause un stress.»

Le biologiste néo-écossais n'est pas des plus pessimistes.

«Je pense que les espèces sauvages vont apprendre à concurrencer et à se nourrir de *Codium fragile*. Aux endroits où l'algue japonaise s'est manifestée en premier en Nouvelle-Écosse, les quantités ont atteint un pic voilà cinq ans, et déclinent depuis.»

DENIS ROUSSEAU
AGENCE FRANCE-PRESSE

GENÈVE — Elle vient de Chine, ne dégage pas de fumée, mais peut être «très toxique»: la «cigarette électronique» ne veut pas du bien, averti cette semaine l'Organisation mondiale de la santé (OMS), furieuse de voir son logo utilisé pour la promotion de cet objet censé servir au sevrage tabagique.

Inventée en 2004 par une société chinoise de Hong-Kong, la «cigarette électronique» ne contient ni goudron ni CO₂. Elle ne dégage pas de fumée, mais une vapeur chargée de nicotine et d'essences aromatiques inhalée par l'utilisateur.

La «cigarette électronique» se présente sous la forme d'un tube blanc contenant une pile et ressemble à une véritable cigarette. Lorsque le «fumeur» aspire, une cartouche insérée dans le tube libère sans combustion la nicotine qu'elle contient, tandis qu'une petite lampe rouge s'allume au bout de la «cigarette» pour imiter la braise incandescente.

«Un certain nombre d'additifs présents dans le produit peuvent être très toxiques», a averti

devant la presse le D^r Douglas Bettcher, directeur de la campagne antitabac de l'OMS.

Aucune étude scientifique toxicologique ou clinique rigoureuse n'a été menée à ce jour, et «tant que cela n'a pas été fait l'inocuité et l'efficacité du produit ne peut être garantie», a-t-il encore mis en garde.

En France, la Direction générale de la santé (DGS) et l'Agence du médicament ont relevé que «les cigarettes électroniques peuvent contenir des substances chimiques», telles que du propylène glycol, un solvant au pouvoir irritant, ou des dérivés terpéniques qui «pourraient avoir une incidence» en cas d'antécédents d'épilepsie.

L'Organisation mondiale de la santé est particulièrement en colère parce que «des fabricants de la cigarette électronique dans le monde entier ont utilisé le nom et le logo de l'OMS sur des sites internet, sur des emballages ou dans des publicités» pour présenter leur produit comme une aide au sevrage tabagique.

«Il est 100% faux de prétendre que la cigarette électronique est une thérapie pour arrêter de fumer», a tempêté le D^r Bettcher

VIVRE EN SANTÉ

BOUGE DONC!

JANIE GOSSELIN

1 EN VILLE SANS MA VOITURE

Demain aura lieu la journée « En ville sans ma voiture ». Pourquoi ne pas profiter de l'occasion pour se dégourdir les jambes en plein centre-ville? Les organisateurs ont prévu plusieurs activités, notamment la démonstration du nouveau système de vélo libre-service, le hockey de rue et le basketball. Une journée toute désignée pour se rendre au boulot en vélo, ou pour se balader en ville... sans voiture évidemment.

www.amt.qc.ca



2 RANDONNÉE ET POMMES

Le temps des pommes est bien commencé. Au parc du Mont-Saint-Bruno, des dizaines de kilomètres de sentiers permettent aux amoureux de l'automne de regarder les premières feuilles changer de teinte. Une façon d'allier plaisir gourmand et activité physique. Des activités d'interprétation sont aussi offertes pour les enfants. Le coût d'accès au parc est de 3,50 \$. On peut cueillir des pommes au coût de 5 \$ le demi-sac et 8 \$ le sac.

www.sepaq.com



3 FESTIVAL DE LA MARCHÉ

Les marcheurs de partout au Québec – et même de France – se sont donné rendez-vous samedi prochain pour le Festival de la marche, au mont Tourbillon, dans la région de Québec. Plus de 500 personnes sont attendues pour cette célébration de la randonnée pédestre, organisée par la Fédération québécoise de la marche. Il reste encore quelques places pour deux circuits, de niveau débutant et intermédiaire. Il est donc préférable de s'inscrire par téléphone ou sur l'internet avant l'activité, qui coûte 12 \$ pour les membres de la Fédération et 14 \$ pour les non-membres.

Info: 514-252-3157 ou 1-866-252-2065

www.fqmarche.qc.ca

RELAXE...



PHOTO FRANÇOIS ROY, LA PRESSE

RELAXATION

Pour favoriser le sommeil, un massage des mains et des poignets peut être très efficace: prenez votre poignet gauche dans votre main droite et placez le pouce au milieu de la face interne du poignet, juste sous la main. En appuyant assez fermement, faites de légers mouvements circulaires pendant quelques instants. Faites la même chose sur l'autre poignet. Bonne nuit!

Retrouver un bon sommeil
Hachette pratique, 2008

Note

Contrairement à ce que nous avons indiqué dans cette rubrique la semaine dernière, le terrain de tennis du parc Jeanne-Mance sera ouvert jusqu'au 13 octobre et celui du parc Lafontaine, jusqu'au 19 octobre. Renseignements: parc Jeanne-Mance: 514-872-5520; parc Lafontaine: 514-872-3626. Nos excuses.

Un surplus de poids peut aider à maigrir!



RICHARD CHEVALIER
COLLABORATION SPÉCIALE

Vous avez pris quelques kilos dont vous aimeriez vous débarrasser? Voici une bonne nouvelle: votre excédent de poids peut vous aider à maigrir plus vite! Comment est-ce possible?

Il faut d'abord opter pour la méthode exercice, une méthode plus qu'intéressante parce qu'elle fait fondre le gras tout en renforçant vos muscles, vos os et votre cœur. Sans parler de l'agréable sensation de légèreté physique et mentale ressentie après vos efforts.

Ensuite, il faut savoir qu'il y a une relation entre le poids

corporel et la dépense calorique. Plus vous êtes lourd, plus votre dépense calorique est élevée. Mais attention, cette adéquation vaut pour les exercices où vous supportez votre poids comme la marche, le jogging, le patin à roulettes, le tennis, etc. Si vous faites du vélo, l'influence du poids sur la dépense calorique est beaucoup moins importante parce que justement vous êtes assis.

Prenons un exemple pour montrer l'effet du poids sur la dépense calorique. Si une personne pèse 59 kg (130 lb), elle dépensera, grosso modo, 4,5 calories à la minute lors d'une marche rapide à 120 pas/minute. Une autre qui pèse 73 kg (160 lb) dépensera, pour sa part, une calorie de plus à la minute en faisant le même exercice.

« Seulement une calorie de plus! » pensez-vous. C'est peu, il est vrai, si on marche une

Nombre de jours nécessaires, selon votre poids, pour perdre une livre (0,45 kg) de gras¹ Si vous faites une heure de marche rapide (120 pas/min) par jour²

Si vous pesez...	120 lb	140 lb	160 lb	180 lb	200 lb	220 lb
	(54 kg)	(64 kg)	(73 kg)	(82 kg)	(91 kg)	(100 kg)
Nombre de jours	14,5	12	10,5 ³	9,5	8,5	7,5

1. 1 lb de gras (0,45 kg) équivaut à 3500 calories.
2. La durée de l'exercice peut être fractionnée en plusieurs blocs d'exercice pourvu que vous fassiez au moins 10 minutes de marche par bloc.
3. Le nombre obtenu a été arrondi à une demi-journée près, ce qui signifie 30 minutes de marche au lieu de 60 minutes.

minute! Mais si on marche pendant une heure, cela fait au moins 60 calories de plus et au bout d'une semaine de marche quotidienne, 420 calories de plus. Comme 0,45 kg de gras (1 lb) équivaut à 3500 calories, la personne qui pèse 59 kg mettra 12 jours pour perdre ces calories contre 10 jours pour celle pesant 73 kg.

Bien sûr, ce n'est pas une invitation à prendre du poids. Mais pour une personne qui a engraisé et veut perdre des kilos, cela peut être motivant de savoir que son gain de poids, au moins, peut accélérer la perte de calories.

Pas encore convaincu? Consultez le tableau qui indique, en fonction du poids corporel, le

Plus vous êtes lourd, plus votre dépense calorique est élevée. Mais attention, cette adéquation vaut pour les exercices où vous supportez votre poids, comme la marche, le jogging, le patin à roulettes, le tennis.

nombre de jours requis pour perdre 0,45 kg en marchant rapidement tous les jours pendant une heure.

Vous voulez poser une question à Richard Chevalier? Il attend votre courrier à: actuel@lapresse.ca ou à: Richard Chevalier, Actuel La Presse, 7, rue Saint-Jacques, Montréal, H2Y 1K9

LA GRILLE BLANCHE

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20
1																			
2																			
3																			
4																			
5																			
6																			
7																			
8																			
9																			
10																			
11																			
12																			
13																			
14																			
15																			
16																			
17																			
18																			
19																			
20																			

HORIZONTALEMENT

- Sans y voir clair – Mal éclairée.
- Mettre plus haut – Célèbre amoureux – Lieu où siègent les magistrats.
- Volcan actif du Japon – Sous le train – Rit d'une manière stupide – Méprisable.
- Des bateaux-mouches le sillonnent – Qui lui appartient – Réduite à néant – Électronvolt.
- Un des points cardinaux – Relative à la tribu – Qui a perdu sa fraîcheur.
- Tout élément d'un ensemble – Sert à soutenir provisoirement un mur – Corbeille-d'argent – Sa tige fournit des fibres.

- En costume d'Adam – Véhicule à deux roues – Lieu de départ ou d'arrivée – Rongent lentement.
- Caboche – Celui qui s'occupe d'un mineur – Passe à Grenoble.
- D'une locution qui signifie volontairement – La première personne de la Trinité – Ivan IV le Terrible – Il faut l'étancher.
- Armée républicaine irlandaise – Virtuosité – Commence à la fin de l'année – Service créé en 1943.
- Méconnue – Possédés – Mû par le vent.
- Tresses – Griser – Refuse d'admettre.

- Certains ont fait la guerre du Vietnam – On y mesure son adresse – Genre musical chanté algérien – Enlève des cailloux d'un jardin.
- C'est une grave maladie contagieuse – Qui n'offrent aucun danger – Chaque être humain en a deux.
- Cavité pathologique d'un os – Magistrat municipal – Existent.
- Gros oiseau ratite – Qui sont en feu – Lutte armée entre États.
- Poème du Moyen Age – Qui imite un style passé – Cachés – Une des Cyclades.
- Symbole de la paix – Irlande – Donnent les couleurs du spectre.
- Relatif au pif – Exagération – Religieuse.
- On y place des bûches – On dit souvent que c'est un chiffre chanceux – Exposer à l'air.

VERTICALEMENT

- À un moment qui n'arrivera jamais – Jamais.
- Fait tort à – Zigouiller – Joyeuse – Dieu unique des musulmans.
- Céréale qui sert surtout à l'alimentation des animaux – Coloris du visage – Petit clou qu'on enfonce facilement.
- Cale en forme de lettre – Désigné – Faire cuire à feu vif – Meuble de repos.
- N'avoir ni feu ni lieu – Décoré – Autre nom du moi – Celle d'Anticosti, par exemple.
- Argent que l'on doit – Orient – Coule en Normandie.
- Entre le blanc et le noir – Résulte de la décomposition des végétaux – Élément grec signifiant égal – Divinité de l'Amour.
- Jolie jeune fille – Pour la troisième fois – Instruit.
- Titre ecclésiastique – Construit – Atome ou groupe d'atomes – Remords douloureux.
- Flétri – Véhicule routier léger – Colère littéraire – Note égale au quart de la ronde.
- Pronom personnel – Ont cours en Éthiopie – Bien ouverte – Style musical de Loco Locass.
- Crustacé décapode – Complètement déconcerté – Pas obscène.

- Prison – Qui a les couleurs de l'arc-en-ciel – Manière de se vêtir.
- Sillons creusés par les roues – Monnaie du Brésil – Attaché.
- S'oppose au mal – Père de l'Église grecque – Mettre quelqu'un dans une situation sans issue.
- Antimoine – Progrès de quelque chose – Samouraï errant – Établissement industriel.
- Produit annuel d'une vigne – Petits morceaux de carottes – Joie débordante et collective – Sensation auditive.
- D'une seule couleur – À molette ou USB – On en fait des paniers – Reflets irisés d'une perle.
- Respiration des agonisants – Convive – Émet, en fonctionnant, un bruit sourd et régulier.
- Éduquant – Se précipite pour attaquer – Soumettre à une épreuve.

La prochaine grille blanche paraîtra le dimanche 19 octobre 2008.

La SOLUTION de cette grille blanche sera publiée le dimanche 19 octobre 2008.

Michel Hannequart
www.hannequart.com

SOLUTION DU DERNIER NUMÉRO

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20
1	F	A	N	A	T	I	S	M	E	I	M	P	E	T	U	E	U	S	E
2	I	L	O	T	E	T	E	X	A	S	E	V	E	N	T	R	E	R	E
3	E	P	I	T	H	O	N	M	O	I	R	E	S	H	E	R	A	S	
4	V	E	R	R	E	P	A	P	E	C	O	N	T	E	E	T	I		
5	R	C	O	S	Y	C	A	S	S	A	I	N	T	P	R	E	L		
6	E	P	I	S	O	S	E	R	O	R	E	A	D	E	O	I	L		
7	Y	I	G	U	E	O	R	B	E	I	R	L	A	N	D	E			
8	E	L	F	E	P	I	L	I	E	R	A	L	O	E	S	T			
9	N	O	U	R	R	I	C	E	A	E	D	E	L	E	R	O	S		
10	T	N	T	A	H	A	L	L	E	R	R	E	R	E	T	E			
11	H	E	V	I	T	E	E	A	G	E	S	O	C	C	E	R			
12	O	R	A	L	E	B	E	R	G	E	R	E	T	A	U	P			
13	U	P	A	S	E	S	A	L	A	I	L	S	A	I	L	L	E		
14	S	A	P	E	E	B	E	N	I	T	S	T	E	N	O	N			
15	I	R	E	D	E	C	U	E	E	S	T	E	R	T	A	C	T		
16	A	C	T	U	E	L	E	U	R	E	K	A	E	N	S	I	L		
17	S	O	I	R	L	O	T	T	E	A	T	O	N	E	M	I	S		
18	M	U	S	E	L	E	R	R	A	T	U	R	T	I	C	A	N		
19	E	R	S	E	S	G	O	E	L	E	T	T	E	G	E	N	E		
20	S	E	D	R	E	S	S	E	R	S	E	M	E	S	T	R	E		

514.987.VENDU (8363) • petitesannonces@lapresse.ca

LES PETITES ANNONCES



à visiter aujourd'hui



MTL > 100, DUFFERIN, HAMPSTEAD

Dim. 14 h-16h. Grand haut en copropriété. Magnifique! Privé 4 ch., rangement au s/sol. Garage. Occ. imm., 399 000\$. **CLAUDETTE MOREAU** Sutton Centre-Ouest, 514-484-0404

MTL > DOIT VENDRE! - V.M.R.

DIMANCHE 14H-16H, 817 GRAHAM.
Face parc, condo rénové avec goût et qualité, bas de duplex 2400 pi² sur 2 étages, terrasse, garage, sur 10 000 pi² terrain. 514-944-3568.

MTL > OUTREMONT - SANCTUAIRE

6000 Deacon #3B - Dim. 14h - 16h
Confortable 2 ch., 2 s/bains, garage. Vue sur boisé. Tranquillité et sécurité. **419 000 \$.** RYL Dynastie **MARIE DUFRESNE 514-814-3260**

MTL > VIEUX-MONTRÉAL - DIM. 14 - 16H

308 le Royer est, no. 102
Élegant condo 1 ch., plafond 11 pi, a/c central, électros inox, patio privé sur jardin. MLS 1457178, 339 000 \$. Stéphane Lepage, Sutton 514-726-7550

RIVE-NORD > DEUX-MONTAGNES

593, Rue Edouard-Beauchemin, 12 h à 15 h. Semi-Dét, 2 + 1 chambres, 3 minutes de la gare intergénération, libre immédiatement. 209 999\$. **Andrie Gareau, Remax 2001, 514-862-2333**

MTL > A AHUNTSIC - DIM. 14-16 H-449 000 \$

10520-22 André-Jobin. Secteur paisible et recherché, charmant duplex avec bach., bien entretenu. **A VOIR! BORSELLINO / GARIEPY** Re/Max du Cartier 514 278-7170

MTL > HOCHELAGA - 4229 HOCHELAGA #101

Beau grand r.-de-ch. 1250 pi² bruts., aire ouverte, 2 ch., 2 portes patio, poss. foyer, stationnement. Métro Pie IX. **Dimanche 14-16h**
La Capitale du Mont-Royal, **André Labrosse 514 597-2121**

MTL > PARIS LOFTS DU PLATEAU

4225, St-Dominique app. 201 (Coin Rachel)
Loft de 1692 pi², décoré par un designer renommé. Plafonds 12' fini béton, a/c, s/bains spacieuse, garage. 399 000 \$ Dim. 14h à 16h. RE/MAX 514.281.5501 **GENEVIEVE GADOURY GGADOURY.COM**

MTL > VIEUX-MONTRÉAL-LE PROFIL O

ADRESSE DE PRESTIGE. 2380, ave. Pierre-Dupuy. Voisins Tropiques Nord-Habitat 67. Condos disponibles 1-2-3 c à c, de 996 à 3114 pi². Unités de coin avec très grandes terrasses. Vues fleuve et ville. Sem. sur R.-V. 514-931-2292, 514-220-7199. Visite dim. de 13h à 16h.

RIVE-NORD > LAVAL DIMANCHE 14-16H

876-878 Papineau, Laval. À 2 pas du Centre de la Nature, **DUPLEX** avec bachelors, les 3 logements libres à l'acheteur, **INTERGÉNÉRATION**, 2 x 5 1/2 x 4 1/2, revenus potentiels de 29 700 \$. 389 000 \$ **Denise Sabourin, Royal Lepage, 514-231-6111**

MTL > A AHUNTSIC - DIM. 14-16 H-465 000 \$

10485-87 Terrasse Fleury. Nouveau sur le marché, magnifique duplex semi-dét., beaucoup de rénovés faites. **BORSELLINO / GARIEPY** Re/Max du Cartier 514 278-7170

MTL > Île-Des-Soeurs

60 Berlioz #401, Dimanche 14h à 16h
4^e étage, style loft, décoration exceptionnelle, cuisine et s/bains rénovés, vue centre-ville. **279 000\$** Re/Max Courtier **Franca Bellomo 450-466-4000**

MTL > PLATEAU

3981 Berri, coin Duluth., 3 co-propriétés 1225 pi², 14-16h, rdc avec garage, 355000\$, 2e très grand salon double 285000\$, 3e rénové, lumineux 310000\$. **Michel Leroux, 514-206-9850** Agent imm. affilié. Solution Immobilier et Hypothèques AGM inc.

MTL > VIEUX MONTRÉAL

"Le Solano" 801 de la Commune # 403
Adresse prestigieuse. Superbe condo., const. 2007. Vue sur la marina du Vieux-Port. Gym, piscine, garage, finition de haute qualité. Visite libre dim. 14 h à 16 h. **Paul Lapointe, Groupe Sutton sur l'île 514-346-1899**

RIVE-NORD > LAVAL - DIMANCHE 14 À 16H

524 av. Bellevue. Près Pont Pie IX. Vraie victorienne de 1912 refaite début 90 avec magnifique vue sur la rivière des Prairies, site unique et champêtre. 5 c à c. Près services. 680 000 \$. **Maurice Blomdeau, Équipe Denis Pelletier, Re/Max Immo Contact 450 661-6810**

MTL > A AHUNTSIC - DIM. 14 H - 16 H

8865 MARCEL CADIEUX
Super condo - Unité de coin!
1200 pi car., 2 s/bains et 1 s/d'eau, ascenseur, garage, et +++. - Bienvenue!
GUY MARCOUX 514 381-8278 Re/Max courtier

MTL > LACHINE 983, 25E AVENUE

Dim. 13h à 16h. Mar. au ven. 15h-20h. Superbe condo neuf 4 1/2. Faut voir! À 45 min. du métro Angrignon, 15 min. du centre ville, 10 min. de l'aéroport de Dorval. Garantie des maîtres bâtisseurs. **514 996-5908**

MTL > PLATEAU - DIM. 14 H À 16 H

4519 DE MENTANA
COTTAGE UNIQUE SUR LE PLATEAU!
Très privé et chaleureux, prêt à vous recevoir. Ne la manquez pas! Pour plus d'informations : **Yesenia Rivera, Remax 2000, 514-795-1301.**

MTL > VIEUX MTL - DIM. 14 - 16 H

432 St-François-Xavier
Magnifique condo-loft 2400 pi², terrasse privée, entièrement rénové, 2 salles de bains, 799 000 \$. **Martin Michaud Sutton Immobilia 514-812-8455 mmichaud.ca**

RIVE-NORD > VIMONT

2045 de Magenta. # 302. Dim. de 14 h à 17 h. Grand condo 1400 pi², 2 ch., foyer, fenêtres 2007, toiture 2005, mezzanine, porte patio donnant sur terrasse + 1 balcon avec porte-patio, garage. **Lyse Séguin, crtr. imm. agréé. 450-622-6633.**

MTL > A AHUNTSIC - DIMANCHE 14 À 16H

10353 Meilleur. Impeccable bungalow semi-détaché rénové + garage. **359 000 \$.** Re/Max Ambiance MR crtr **MICHEL RAFFA 514-774-4566** www.michelraffa.com

MTL > MERCIER, 5197 BOSSUET

Métro Cadillac, complètement réno., insonorisation exceptionnelle au s/sol, toiture neuve 2008, solage et drain français (partie arrière de la maison), a/c et beaucoup d'autres extras. Dimanche : de 14h à 16h Agents s'abstenir. **514 257-9989**

MTL > PLATEAU - DIMANCHE 14 À 16H

Emplacement en or 4214 Hôtel de Ville
Unité rez de chaussée. Cuisine 2008. Occupation immédiate. 248 000 \$. La Capitale du Mt-Royal crtr. **Ginette Barolet / Carol Jarry**

MTL > VILLAGE - CONDO

2080 de la Visitation - Dim. 14-16h
R.-de-ch. avec cuisine et salle de bains au goût du jour, 1 cac + 1 bur., foyer et grand jardin. 229 000 \$ **Yves Doyle 514-597-2121** La Capitale du Mont-Royal crtr

RIVE-NORD > VIMONT, LAVAL

664 DE FRIMBOURG dim. 14-16h.
Secteur Ferme Papineau. Maison 4 ch. à l'étage, salon et s/manger adj., plafonds 9', comptoirs granite, cour aménagée, piscine creusée. **Remax Ambiance GIOVANNA DEL BALSO 514-382-5000**

MTL > Ahuntsic, 9271-77 Olivier Maurault

14h à 16h. Très grand triplex plus bachelors, logement principal 8 pièces, foyer, garage double, bons revenus. 669 000 \$. **Danielle Picard, Remax Ambiance. 514-823-8846**

MTL > N.D.G.

5474, Notre-Dame-de-Grâce, dimanche 21 septembre, 14h - 16 h, grand condo, 3e étage, 3 ch., 1 540 pc., 379 000 \$. **NATHALIE NÉRON - 514-815-6588.** Re/Max Performance, RCN, courtier

MTL > PLATEAU DIM. DE 14 H À 16 H

2321 des Érables # 302.
Loft, lumière, dernier étage, grands espaces. **terrasse, 285 000 \$.** **SIMON LAROUCHE** Remax du Cartier • 514-281-5501

MTL > VILLE MONT-ROYAL

271, TRENTON, dimanche 13 à 17 heures
Charmant cottage détaché, 4 niveaux, foyer, boiserie de chêne, vivre sur jardin. **Me Jocelyn Langlois notaire 514-738-4662**

RIVE-SUD > 1850 DE BOUCHERVILLE 14-16H

ST-BRUNO - MLS 1464075
Grande maison 5 chambres! **Garage double! Terrain 11 471 pi car. privé!** *CADEAU DE 8000\$ OFFERT* Faut voir absolument! **NATHALIE BRIEN REMAX - 514-349-0909**

MTL > AHUNTSIC / CARTIERVILLE

7750 av. Jean-Bourdon, dim. 14-16 h Jolie maison ensoleillée. Jardin d'eau. Toit cathédrale, aire ouverte. 389 000\$ **Danièle Béland ou Yves Lemay** La Capitale Avantage 514 382-8000

MTL > OUTREMONT

724 av. Outremont, 21 sept. 14h-16h
condo indivis, 3e, 2 ch., très bien situé, terr. privée + 2 balcons, puits de lumière, etc. **Johanne Latreille RYL Dynastie crtr 514-239-6180**

MTL > ROSEMONT CONDO 2001

4821, 6e avenue # 3. Dim. 14 h à 16 h. Unité de coin 2001, r.-de-ch. aire ouverte, 1025 pi², 3 ch., + 2 stats., bois franc, terrasse, 249 000 \$. **Photos MLS 1484482.** **ANNIE GIRARD 514-792-2982** **Compas Immobilier inc.**

MTL > VILLE MONT-ROYAL ADJACENT

3200 GLENCOE, dimanche 13-17h
Grand semi-détaché, rempli de lumière, foyer, garage, près des écoles, parcs et train de banlieue (centre-ville). **514-344-4372**

RIVE-SUD > BELOEIL, 1047 FAESSLER

Dim. 21 sept. 14h-16h. Grand cottage pour qui aime recevoir : espace s/manger convivial, luminosité avec solarium 4 saisons et confort grâce à son foyer et sa piscine. Un mode de vie intéressant à coup sûr! **Marc-Antoine Beaugrand, Re/Max Actif 450-461-1708**

MTL > AHUNTSIC

Dimanche, sur appel. 12000, Poincaré #24, condo neuf, 2e étage, 2 c. à c., bois franc, foyer, a/c, ascenseur, 1 stat. 229 000 \$. **MLS 1429599.** **Nicolas Tétraut, Royal Lepage du Quartier, 514-574-1781.**

MTL > OUTREMONT ADJ.

5345 McKenna, Dim. 13h à 17h
Unique et impeccable, condo haut de duplex. Insonorisation exceptionnelle (béton), 3 ch., grande terrasse privée, 2 espaces de gar., rangement, à deux pas de l'UdeM. **514-738-2124**

MTL > ROSEMONT - NOUVEAU

6384 - 9e avenue - Dimanche 14 à 16h
Triplex semi-détaché côté ouest, garage, sous-sol, 488 000 \$. Solide comme un roc tout en étant doublet comme tout! La Capitale du Mt-Royal crtr. **Ginette Barolet / Carol Jarry**

MTL > VILLERAY

8288 Henri-Julien, dim. 14-16h.
Condo 3e étage, 2 ch., rénové avec cachet d'antan, boiserie, pl. bois franc, bain sur pattes, 205 000 \$. **OVINA HORTH 514-721-2121 La Capitale**

RIVE-SUD > BELOEIL

330 CÉDAR, DIM. 21 SEPT. 14- 16 H. LIBRE IMMÉDIATEMENT. Plain-pied rénové: toit, fenestration, cuisine, s/bain, patios, clôture. A/c centrale. Terrain privé 11 960 pi car. **RICHARD GAGNON, CRTR. IMMÉBLES RICHARD. GAGNON, 450-446-5386 / 514-942-4971**

MTL > AU ♥ PLATEAU DIM. 14 H À 16 H

4241 St-Hubert, Condo au caractère architectural, 1500 pi², 3e, rénové à souhait, cachet conservé 425 000\$ **AMÉLIE JOLICOEUR** Re/Max du Cartier inc 514.281.5501

MTL > OUTREMONT - DIM 14-16H

24 ch. Bates #603. Bois de la Colline Design tendance, 2 c. à c. de coin, 2 s/bains, foyer, 2 garages. **538 000 \$** **Louise L'Heureux, 514 271 4820** www.louiselheureux.com, RYL crtr

MTL > ST-LAURENT

2238 Charles Darwin. Dimanche de 14 à 16 h À Bois-Franc, Cottage récent, spacieux, confortable, sécuritaire, 4 c.à.c., 2+1 s/bains, a/c, garage double. 529 000 \$. **514-915-3003.** **Raymond L'Italien Re/Max 3000**

MTL > V.M.R. - 455 LETHBRIDGE

Rénos récentes! Cottage 5 cac., 2 1/2 s-bains. Grande cuisine, garage. Occ. immédiate. 739 000 \$ ou à louer 4100 \$ / mois. Dim. 14-16h. **Christiane Salloum 514 867-2041 Re/Max crtr**

RIVE-SUD > Beloeil

424 RICHELIEU Dimanche 14h à 16h Bord de l'eau, Cottage, 4 chambres, piscine creusée **Marie-France Hill La Capitale Crtr • 450-467-1211**

à visiter aujourd'hui

RIVE-SUD > BOUCHERVILLE DIM 14H-16H

Quartier Harmonie 764-44 Jean-Deslauriers.
Condo de luxe situé au 2e, offrant plafonds 9 pi, foyer au gaz, solarium, a/c central, 2 garages int. et encore plus... À voir! **Katrine Jodoin.** RE/MAX Signature Inc. Bureau 450-449-4411, cellulaire 514-926-0749

RIVE-SUD > MONT ST-HILAIRE 389 000 \$

254, Françoise-Loranger. 14 h à 16 h. Rare! Plein-pied 2007. Const. exceptionnelle. Superbe terrain paysager. Prox. gare, autor. **J. Nicolas Vaillancourt.** Agent imm. affilié. **Re/Max Imagine inc. Courtier imm. agréé.** franchisé indépendant 514-990-3389

RIVE-SUD > ST-LAMBERT (VIEUX)

Dim. 21 septembre - 14 à 16 h, 154, **Sanford**, superbe cott. réno., au cœur du Vieux St-Lambert, nouveau sur le marché, grande fenestration, pl. lattes, foyer, s/manger avec portes françaises sur la cour, jardin paysagé, 2 pas de l'école, 349 000 \$. 514-949-9285

AUTRES > LANAUDIÈRE - Chertsey

BORD DE LAC - Chertsey, Cottage 2001, 10 pièces, garage double, 339 000\$ Visite Libre dim. 13h à 16h au 280 Des Campagnards, DOIT VENDRE!
Diane Galarneau • La Capitale St-Jérôme 514-895-5040

AUTRES > SHERBROOKE NORD

Ancestrale rénovée, cachet conservé, plafonds de 10 pi sur 2 étages, suite de 11 x 24, cave à vin, 3/4 pièces loué au 2^e étage, terrain double. Dimanche 14h à 16h.
1195, rue Prospect Jonathan Grandmont La Capitale Estrie - 819-563-3000

RIVE-SUD > CANDIAC, INTERGÉNÉRATION

Vous cherchez une intergénération spéciale? J'ai la clé! Dim. 14-16h www.sia.ca #1482085, 3 Dalhousie, Candiac, près du golf. Richard Neault, Re/Max du Cartier, 514-706-4663.

RIVE-SUD > ST-ANTOINE-SUR-RICHELIEU

1688, L'Acadie, dim., 14 à 16 h. Cott., cachet, 53 800 pi car., boisés. Bâtements sec. Piscine h.t., 4 ch., bur., salon, s/manger spacieux. Poutres, boiseries, pas de voisin arrière, rue en cul de sac, intime. 249 000 \$. **C. Garant, Capitale des Sommets, 514-979-3764.**

AUTRES > ESTRIE

ST-ARMAND 211 SOLOMON, dim. de 14h à 16h. Très coquette maison de bois, 3 c.a.c., sur colline. Privé et calme! 249 000 \$. 450-248-0889 belislev.211@sympatico.ca

AUTRES > L'Assomption

Bungalow avec gar. entièrement rénové, 34 000 p², 4 ch., 2 s/bains, douche ardoise. MLS # 1440350 Visite Libre 21 sept. 14h à 16h au 2620 Ch. Du Roy Valérie Desnoyers Deschênes, La Capitale Rive-Nord 450 435-2200 • www.lacapitalevendu.com

AUTRES > STE ADÈLE DIM. DE 14 H À 16 H

725 rue des Puits. Situé dans le domaine du Paysan, const. 2002, 3 c. à c., + de 30 000 p² de terrain, vue panoramique, s/sol pleine hauteur.
Johanne Decelles Marilyn Laroche 450-227-9911 Gr. Sutton Laurentides courtier imm. agréé

RIVE-SUD > LONGUEUIL

2155 Trianon, Dimanche 14h à 16h condo 2001, plancher lattes, 1150 p², thermopompe, foyer, arbres matures, terrasse 22x8, 204 900\$.
Re/Max Courtier Franca Bellomo 450-466-4000

RIVE-SUD > ST-BASILE-LE-GRAND

127 Perron. Dim 14h-16h. Magnifique cottage tout briq. superficie hab. 2240 p² hors-sol, paisible, 3+1 ch. de grande dimension, foyer pierre, s/cinéma, piscine creusée, grande terrasse, a/c central, plusieurs rénos.
ALAIN RICHARD, Royal LePage, 514-833-9746

AUTRES > HUDSON - DIM. 14 H À 16 H

109 Melrose - Au cœur du village - 229 000 \$ Rue tranquille, coquette, réno., 2 chambres + grenier aménagé en dortoir, cuisine design, foyer, garage.
MICHELLE RICHER 514 984-5489 Maison de Courtaage Ville-Marie Ltée 514 747-7747

AUTRES > REPENTIGNY DIM. 14H-16H

À VOIR, 215 Gaston, grande canadienne, 5 c.à c. impeccable beaucoup d'avantages (piscine creusée, toiture, s-sol etc. neuf ou réno, climatisation centrale th-pompe neuve) secteur récréatif boisé bien situé pour transport à Montréal 294 000 \$ 450-654-2752

AUTRES > ST-SUVEUR - 339 000 \$

Condo meublé, 3 ch., face aux pistes de ski, foyer au gaz. Visite dim. 14h à 16h.
31, Montée Victor-Nymark unité #203 514-953-9058 Frédéric Le Buis FLB crtr

RIVE-SUD > LONGUEUIL 239 000 \$

3389 AUBRY, dim. 14h-16h. Jardin de Médicis. Cott. 1994, 2+2 ch., secteur très familial où il fait bon vivre, occ. rapide. 239 000\$.
MARCEL DUFAULT Agent imm. agréé Nouvelle Adresse ctrr 450-923-5555

RIVE-SUD > ST-LAMBERT 396 000 \$

112 BÉTOURNAY, dim. 14-16h. Grand cott. agrandi, rénové, 4 ch. même palier, 2 s/bains, 1 s/eau, garage. Libre. **VINCENT ROYET crtr.** RYL Dynastie 450-672-0890 Visitez nos propriétés sur: www.vincentroyet.com

AUTRES > HUDSON - DIM. 14 H À 16 H

109 Melrose - Au cœur du village - 229 000 \$ Rue tranquille, coquette, réno., 2 chambres + grenier aménagé en dortoir, cuisine design, foyer, garage.
MICHELLE RICHER 514 984-5489 Maison de Courtaage Ville-Marie Ltée 514 747-7747

AUTRES > REPENTIGNY DIM. 14H-16H

À VOIR, 215 Gaston, grande canadienne, 5 c.à c. impeccable beaucoup d'avantages (piscine creusée, toiture, s-sol etc. neuf ou réno, climatisation centrale th-pompe neuve) secteur récréatif boisé bien situé pour transport à Montréal 294 000 \$ 450-654-2752

AUTRES > ST-SUVEUR - 339 000 \$

Condo meublé, 3 ch., face aux pistes de ski, foyer au gaz. Visite dim. 14h à 16h.
31, Montée Victor-Nymark unité #203 514-953-9058 Frédéric Le Buis FLB crtr

Pour réserver votre espace publicitaire ou pour plus de renseignements: 514-987-VENDU (8363)

À VENDRE À LOUER IMMOBILIER

100 VISITES LIBRES

DELSON cott., 3 min. train banlieue 4+1 ch., 2s/bains 1/2, gar. double, grand terrain, piscine creusée, s/sol fini, 2 foyers et +, toit refait 2007. **364 500\$ Dim. 11 sept. 14h à 16h - 197 rue Principale sud 450-718-1889**

ÎLE-BIZARD dim. 21 sept. 08, de 14 h à 16 h, 282, rue DuRoi. Contacter **Hanna Bazzi, Century 21 MaxImm: 514-880-8189**

PIERREFONDS, 4941 Olympia, visite dim. 21 de 14h-16h, 297 000\$. Bung. tout rénové. Prés services Juan Tang, Century 21 MaxImm: 514-880-8189

ROSEMÈRE-VEILUX, s.m.+dim. 11h à 17h: 239 Remembrance. Reprise, vente immédiate, 369 000 \$ nég. Bungalow, joli terrain, 10 pièces, 4+1 cac, 2 ch., gar., espace rangement, près centre commercial. Vendeur motivé. **Mario D'Agata 514-494-9117 Royal LePage**

VILLERAY, 8290 St-Denis, dimanche sur appel, condo neuf, r-de-ch. + s/sol, 1960 p², 5 ch., a/c, pl. bois, 345 000 \$. Incl. MLS 1435026. **Nicolas Tétrault, Royal LePage du Quartier, 514-574-1781.**

VILLERAY, dim. 14-16h, 6964, 23e Avenue #1. Condo 5 1/2, ch., gar., espace rangement, près centre commercial. Vendeur motivé. **Mario D'Agata 514-494-9117 Royal LePage**

V.M.R. Visite libre, dimanche 21 sept. 14h, à 16h, 570 Inverness, 729 000\$ ou location 5200 \$/mois. Joli cottage de 4 c.-à-c. et 2.5 s/bain sur charmante rue tranquille ensolaillée. Plan ouvert. Planchers en bois. Foyer, Jardin privé paysager avec terrasse en bois et spa. Grande salle de jeux avec fenestration abondante. **Manon Dumas 514 617-5003 Pro Immobilier RNF Inc. Crtr**

LONGUEUIL 1795 Buies

Cottage jumelé 3 chambres, secteur Pierre Boucher, rénové, libre immédiatement **269 000 \$**
Re/Max Imagine crtr. Robert Hill 514-594-2014

ST-BASILE-LE-GRAND 7 Beaudoin

Cottage, **365 000 \$**, grand terrain, garage, 3 chambres, conception unique!
Re/Max Imagine crtr. Robert Hill 514-594-2014

STE-AGATHE-DES-MONTS

ANCESTRALE années 1850 3 ch., foyer de pierre au salon, boiserie à profusion, terrain 35 733 p², boisé, env. 3 km autoroute 15.
169 000 \$

LA CONCEPTION

Coquet chalet 4 saisons impeccable, situé bord du lac **Xavier navigable**. Terrain 46 000 p² boisé, quai, chaloupe, moteur, gazebo, roulotte Bonair, 20 min. Tremblant.
154 900 \$

106 RIVE-SUD 106 RIVE-SUD

LONGUEUIL 770 Saint-Georges

Coin Desaulniers, près métro Longueuil, cott. dét. libre imm., const. 1996, **réduit à 259 000 \$.**
Re/Max Imagine crtr. Robert Hill 514-594-2014

LONGUEUIL 420 de Châteauguy

Grand cottage luxueux, 5 c. à c., garage, piscine creusée, bureau à domicile, 4600 pi car habitable
Re/Max Imagine crtr. Robert Hill 514-594-2014

ST-PAUL D'ABBOTSFORD 38 Southière

Grand cottage, **289 000 \$**, 3 chambres, terrain 52 000 pi car., arbres matures.
Re/Max Imagine crtr. ROBERT HILL 514-594-2014

109 LAURENTIDES LANAUDIÈRE 109 LAURENTIDES LANAUDIÈRE

ST-JÉRÔME

Cla.c., pl. const., 2005, 4 c.a.c., pl. lattes, 2 s/bains, gar., terrain 7475 pi². Prés des services. Impeccable!
OCCUPATION RAPIDE! 259 000 \$

LAURENTIDES LANAUDIÈRE

ANCESTRALE années 1850 3 ch., foyer de pierre au salon, boiserie à profusion, terrain 35 733 p², boisé, env. 3 km autoroute 15.
169 000 \$

LAURENTIDES LANAUDIÈRE

Gaspésie, terrain vue sur mer, 85 000 p², poss. d'acheter plus grand, près de Percé, 100 000 \$, 450-586-2409

LANAUDIÈRE St-Calixte, 8' rang terrain 33 000 p² et, boisé, ancienne institution forestière du Québec, domaine 70 terrains prêts à construire, terrains situés sur sommet de montagne, très belle vue, tranquillité assurée, 95c p², 450 222-5675

LAURENTIDES terrain boisé, 849 000 p², 0.125 pi², électricité, vue superbe. **René 450-660-1355**

MAURICIE, Bord de l'eau, 3 1/2 chaufé, poêle frigo, lav./séc., ménage fait. **514-383-1433**

MÉTIS-SUR-MER, 19 terrains résidentiels. 1-877-824-5434. Voir: www.vivelevent.ca

110 ESTRIE 113 EXTÉRIEUR DU QUÉBEC

DUNHAM, maison canadienne 42 x 28, 4 ch. et 1 s/bain s/sol semi fini, foyer au salon, 1 acres, 2 ch., 2 s/bains complètes, réno. à 15 min. aut. 10, sur la route des vins. 229 000 \$. 450 263-5242

SECTEUR du lac Lyster, maison rénovée, 2 cac, 140 000\$ ou loc. à long terme 625\$/mois, **819-849-7711, 819-560-1188.**

POMPANO BEACH, condo impeccable, 2 ch., 2 s/bains, près mer, piscine **450-887-7387**

CHOMEDEY, 5 1/2, 2e étage, 159 000\$, foyer, bain tubifon, tout rénové, **450-687-4194**

HOCHELAG, 4%, charmant, intime, ensol., 3e, 2 ch., stat., grande terr. privée, très propre, **169 000 \$. 450-827-2089.**

ÎLE-DES-SOEURS, 1260 pi car., 2 ch., 2 s/bains, loggia, balcon, granit, moderne, plusieurs extra, garage, vue fleuve/ville, **424 000 \$. 514-767-5982.**

PIERRE SEYNETT Re/Max Haut Richelieu 450-349-5868 514-212-1462

ÎLE PATON 5 1/2, Le Laurier, #102, 315 000 \$, 514-333-0799 Voir: **duproprio.com/79479**

LE LAURIER - ÎLE PATON condo 3 1/2, 730 p², 6e, côté ouest, grand balcon, vue sur rivière, 2 portes patio, walk-in, stat., 225 000 \$, **450-682-7857**

115 CONDOMINIUMS COPROPRIÉTÉS

CHOMEDEY, 5 1/2, 2e étage, 159 000\$, foyer, bain tubifon, tout rénové, **450-687-4194**

131 ÎLE DE MONTRÉAL 131 ÎLE DE MONTRÉAL

Île-des-sœurs À 5 minutes du centre-ville!

PROMOTION EN COURS

Informez-vous!

Ouvert 7 jours
Autobus 168 et 12

STRUCTURES MÉTROPOLITAINES

450, chemin du Golf (514) 769-8982 smialouer.com

ÎLE-DES-SOEURS 3 ou 4 chambres

A partir de **1 599\$ par mois** MAISONS DE VILLE

Chauffage & 5 électros inclus.

514-769-8982 • smialouer.com

AHUNTSIC rue Fleury, 4 1/2 rénové, pl. bois, très éclairé, 2e très tranquille, directement sur Parc Ahuntsic, chauf. élect. non incl. Lav./séch. incl. 650 \$. Libre immédiatement. **514-222-0908**

ANJOU, 3 1/2, chaufé, éclairé, sécurisé, stationnement, 1500 p², pl. bois, balcon, **514-998-4366 www.1appartementalouer.com**

ANJOU, 5 1/2, semi sous-sol, 3 ch. fermées, pl. bois, rien d'inclus, libre. **514-725-5998**

À VOIR! Beau et spacieux, frigo, poêle inclus, près tous services, parcs, hôpitaux, métro, 1 1/2, 2 1/2, 3 1/2, 4 1/2, 5 1/2, **514-721-4270.**

BELLECHASSE, Louis-Hébert grand 2 1/2, meublé, chaufé, calme, 465\$, réf., **514-721-4270.**

CARTIERVILLE, 2e, 4 1/2 propre, poêle frigo, eau chaude, **514-824-6984, 514-336-6293.**

C.D.N., 2 1/2, 3 1/2, 4 1/2, poêle, frigo, chauffés, frais pièces, **514-735-0678.**

C.D.N., condo 3 1/2, tout neuf, 3500, Linton, app. 100, pour visiter, 10 - 18 h. **514-249-9940.**

131 ÎLE DE MONTRÉAL 131 ÎLE DE MONTRÉAL

N-ROSEMONT, 3 1/2, près galeries d'Anjou, demi s/sol, 475\$ non chaufé, libre. **514-324-3699**

N-ROSEMONT, Bach 3 1/2, réno, 475 \$ chaufé/éclairé, près Galeries Anjou, libre **514-354-0970**

OUTREMONT, adj. grand 6 1/2, condo, métro, UdeM, lumineux, chauf., élect. foyer garage incl. 1500/mois. **Dac. 514-735-1781.**

OUTREMONT, adj. grand 7 1/2, 2000 p², haut duplex, UdeM, tranquille, 2 s/bains, garage, 2 balcons, chaufé/frigo chaude, 1650\$, **514-941-6185**

OUTREMONT, rue Outremont coin Bernard, super 5 1/2, chaufé, rénové, asc., planchers, bois franc. **514-272-6013**

P.A.T. Bord du fleuve, 3 1/2, 4 1/2, 5 1/2, Concorde 24 h, Piscine, Ascenseur, **Micheline : 514-640-1517**

PETITE-PATRIE, Casirvan, 3 1/2, 2e, les entrées, chauf. élect. Pers. calme, Oct. **514-325-6323.**

PLATEAU, 3 1/2, Fullum/Rachel, face parc, poêle/frigo, espace voll, 640 \$, **514-523-9938.**

PLATEAU, 4 1/2, rue Laval, angle rue Roy, s/bains rénové, balcon, **514-889-4386.**

PLATEAU, 4 1/2, rue Waverly, près de Inard, 775 \$, **514-738-1166**

PLATEAU, 6 1/2, éclairé, double foyer, terr. bois franc, pas d'animaux. **514-288-5586**

PLATEAU, condo neuf 3 1/2 3 1/2 loft, 3e, a/c, 8 pièces, 1000\$, Libre. **875 \$ 514-522-3539**

PLATEAU, de Lorimier nord de Laurier, 5 pces, 1 ch., pces doubles, 2e étage, bois franc, les entrées, stat., 1er oct., **895 \$ 514-845-6453**

PLATEAU, de Lorimier nord de Laurier, 5 pces, 1 ch., pces doubles, 2e étage, bois franc, les entrées, stat., 1er oct., **895 \$ 514-845-6453**

PLATEAU, Fabre, 4 1/2, réno., 2^e, balcon, 2 pièces doubles, mélamine bois franc, lav./séc. inclus, **8155 \$ 514-598-5072**

PLATEAU, grand 4 1/2, 2 ch., 2 s/bains, réno., chaufé, poêle/frigo, Stat. Calme. **885\$, 514-678-5257**

PLATEAU, grand 4 1/2, rue de Bullion, 4 1/2, 2 ch., 2 s/bains, réno., 9755 \$, **514-956-0307**

PLATEAU, métro Laurier, 6 1/2, 5000 Bern, très moderne et très propre, libre, **450-678-4872**

PLATEAU, métro Mtl-Royal, 5 1/2, 3 ch., balcon, cour, pl. bois, équipé, frais peint, 1150 \$, **514-599-2525, 514-513-4315.**

PLATEAU, grand 4 1/2, 2 ch., 2 s/bains, réno., chaufé, poêle/frigo, Stat. Calme. **885\$, 514-678-5257**

PLATEAU, grand 4 1/2, rue de Bullion, 4 1/2, 2 ch., 2 s/bains, réno., 9755 \$, **514-956-0307**

PLATEAU, métro Laurier, 6 1/2, 5000 Bern, très moderne et très propre, libre, **450-678-4872**

PLATEAU, métro Mtl-Royal, 5 1/2, 3 ch., balcon, cour, pl. bois, équipé, frais peint, 1150 \$, **514-599-2525, 514-513-4315.**

PLATEAU-STUDIOS

1 1/2 - 2 1/2 - 406\$ à 635\$ tout incl. foyer ou non **514-272-2901 www.studioalouer.com**

ROSEMONT, 13e Ave, 5 1/2 réno., chaufé, bois franc, 2 ch., 1100 \$, **514-402-7984.**

ROSEMONT, 16e, sud boul. Rosemont, demi s/sol, très éclairé, réno., 4 1/2, 2 ch., bois franc, les entrées, stat., **675 \$, 514-845-6453.**

ROSEMONT, 24e av., sud de Bélanger, 4 1/2, 2 ch., chaufé, eau chaude, au 2e, bois franc, lavoir, 795 \$, **514-845-6453.**

ROSEMONT, 24e sud Bélanger, 5 1/2, grand 3 1/2, 1 ch., chaufé, eau chaude, au 2e, bois franc, 625 \$, **514-845-6453.**

ROSEMONT, 2e av/Beaubien, parc Moisson, grand 4 1/2, réno., chaufé, eau chaude, électros, s/bain neuve, bois franc, ensol. terr. toit, calme, sécur., stat. incl. **755, 875 \$ 514-374-3100**

ROSEMONT, 4 1/2, 5641 7e Avenue, ensolaillée, bois franc, références, **725\$, 514-723-5327.**

ROSEMONT, 6 1/2-s/sol, rénové, pl. bois, cour, 1005 \$, 1er déc. **780 \$, 514-326**

À VENDRE À LOUER

IMMOBILIER

132 CENTRE-VILLE

Ayez du panache

Louez nos luxueux condos au centre-ville. Accès au gymnase, piscine, spa et plus encore.

Studio à partir de 759 \$

Suite de 1 ou 2 chambres à partir de 1 014 \$

Réservez dès maintenant à votre adresse distinguée, Les Étoiles **514-861-8228**

3566742

Lesetoillescondominiums@yahoo.ca

133 VIEUX-MONTREAL

LOFT MCGILL OUEST, 500 pi² neuf, grand balcon au 7e étage dominant sur cour intérieure, a/c, 5 électros, libre en octobre, 950 \$, 514-296-3015.

135 LAVAL RIVE-NORD

DUVERNAY, bord de l'eau grands 1 1/2 à 5 1/2, chauffés, élect., stat. ext., piscine, 5 min du métro Carier, 450-663-6344

136 RIVE-SUD

APP. PORT DE MER

3 1/2 - 4 1/2 - 5 1/2

Vue sur fleuve. Directement relié au métro Longueuil. Sécurité 24 h, piscine, plusieurs commerces et bien +++ encore !

450-679-6010

136 RIVE-SUD

SAINT-LAMBERT

TOUT INTERLU *

Près du centre-ville et Golf St-Lambert

Grands 3 1/2

Immuable prestigieuse

En béton, garage, ascenseur, sauna, gym, piscine ext. App. rénovés avec goût, a/c, lav. vaiss., poêle, frigo, élect. inclus.

450-672-1267

514-554-1409

imm.dana@videotron.ca

137 BANLIEUE OUEST

PIERREFONDS, 2 1/2, 3 1/2, 4 1/2, 5 1/2, asc., stat., grand terrain paysager conciergé 24h, libre 514-624-1014

139 LAURENTIDES LAUNAUDIÈRE

LAFONTAINE, (St-Jérôme) grand 5 1/2, entrées lav./séc., 1400 pi², meublé, bain thérapeutique, ht-pompe, foyer, réno., vue montagne, 514-771-5229

141 EXTÉRIEUR DE MONTREAL À LOUER

MONT-ST-GREGOIRE, logement 3 1/2, à la campagne, 700 \$ mensuel, 450-358-4868.

143 EXTÉRIEUR DU QUEBEC

FLORIDE, Dania, Middle brook, 2 ch., 2 s/bains, rénové, cuisine aère ouverte, literie, meublé à neuf, non fumé, 55 ans +, 2 c. à c., 2 min. de la mer, 20 déc. à fin avril, 450-632-7286.

145 CONDOMINIUMS COPROPRIÉTÉS

FLORIDE LAKEWORTH, sur le terrain de golf très départ à 15 min. de la mer. Adresse: 4700 Lucerne Lakes, Lakeworth. Condo tout équipé, r.-de-ch., 2 c. à c., 2 s/bains, à 15 min. de West Palm Beach (V.O.A.), 10 000 \$ Oct. à mai. Jour: 514-384-2500

145 CONDOMINIUMS COPROPRIÉTÉS

11 015 CÔTE-VERTU, près métro, 1200 pi², entrée caméra 3 ch., 2 s/bains, a/c, piscine, tennis, plage à proximité, minimum un mois, 2200 \$/mois, libre nov.+déc. 450-254-8755.

145 CONDOMINIUMS COPROPRIÉTÉS

MORIN-HEIGHTS, 3 ch., grand terrain, calme, privé, vue, 5 min du ski ou village, 895 \$/mois, saison ou +, 514-342-3343

145 CONDOMINIUMS COPROPRIÉTÉS

RIVIÈRE-ROUGE, 20 min. de Tremblant, 3 acres bord de lac avec rivière, tout équipé, mois. sem., fin de sem. 514-233-5701

145 CONDOMINIUMS COPROPRIÉTÉS

TREMBLANT NORD, 3 km des pentes, 3 ch., 3 s/bain, 2 foyers, gar., nov. à mars, tout équipé, 10 000 \$ + services, 514-939-2475. mmontagano@videotron.ca

100 OFFRES D'EMPLOI

148 CHAMBRES PENSIONS

DELUXE, métro Papineau / Libre, propre, personne sobre, info. 514-525-3537.

149 PROPRIÉTÉS

AHUNTSIC, 6 1/2 r.-de-ch. clair, non chauffé, près marché Central, 514-885-3100 ou 262-0732

154 ON DEMANDE À PARTAGER

CENTRE-VILLE beau condo 6 1/2 tout inclus, près métro Peel / Bonaventure, 2000 \$/mois, 450-908-1258

155 SOUS LOCATION

CHEMIN CÔTE Ste-CATHERINE 4/5 ensolleillé et rénové. S/bains, s/d'eau, espace de rangement, 15e étage, vue magnifique, garage. Libre 1er déc., 1500\$/mois 514-272-5405

156 APPARTEMENTS MEUBLÉS À LOUER

LUXUEUX 3 1/2-4 1/2 meublés court-long terme 514-949-4969

176 BUREAUX À LOUER

ADJ. centre-ville, lofts 1500 à 10 000 pi² car., idéal pour professionnel ou importateur. 514-935-9691

160 PROPRIÉTÉS À REVENUS

TÉTRALOUVILLE, immeuble 6 logements, revenus 34 440 \$. Dépenses 7900 \$. Prix de vente: 400 000 \$, 514-262-1779

160 PROPRIÉTÉS À REVENUS

ST-LAMBERT, 4 1/2, moderne, entrées lav./séc., foyer, int. 795 \$. 450-465-5499

160 PROPRIÉTÉS À REVENUS

ST-LAMBERT, 4 1/2, moderne, entrées lav./séc., foyer, int. 795 \$. 450-465-5499

160 PROPRIÉTÉS À REVENUS

ST-LAMBERT, 4 1/2, moderne, entrées lav./séc., foyer, int. 795 \$. 450-465-5499

160 PROPRIÉTÉS À REVENUS

ST-LAMBERT, 4 1/2, moderne, entrées lav./séc., foyer, int. 795 \$. 450-465-5499

160 PROPRIÉTÉS À REVENUS

ST-LAMBERT, 4 1/2, moderne, entrées lav./séc., foyer, int. 795 \$. 450-465-5499

160 PROPRIÉTÉS À REVENUS

ST-LAMBERT, 4 1/2, moderne, entrées lav./séc., foyer, int. 795 \$. 450-465-5499

160 PROPRIÉTÉS À REVENUS

ST-LAMBERT, 4 1/2, moderne, entrées lav./séc., foyer, int. 795 \$. 450-465-5499

160 PROPRIÉTÉS À REVENUS

ST-LAMBERT, 4 1/2, moderne, entrées lav./séc., foyer, int. 795 \$. 450-465-5499

160 PROPRIÉTÉS À REVENUS

ST-LAMBERT, 4 1/2, moderne, entrées lav./séc., foyer, int. 795 \$. 450-465-5499

160 PROPRIÉTÉS À REVENUS

ST-LAMBERT, 4 1/2, moderne, entrées lav./séc., foyer, int. 795 \$. 450-465-5499

100 OFFRES D'EMPLOI

306 COMMUNAUTAIRES

BUREAU DE CARDIOLOGIE recherche une personne à temps partiel ou temps plein pour effectuer des électrocardiogrammes à l'effort, installations d'appareils de tension artérielle et divers autres examens. Nous sollicitons technicien(ne) ou infirmier(ère) auxiliaire ou candidat(e) avec expérience et qualifications. Faire parvenir votre CV par télécopieur au 514-861-6131 ou par courriel à: cardiologie@bellnet.ca

306 COMMUNAUTAIRES

CLINIQUE PRIVÉE cherche ergothérapeute, rénumération supérieure au système de santé: payons 12,50\$ par patient. 514-622-0198

306 COMMUNAUTAIRES

SECRETIRE DENTAIRE (avec ou sans expérience) Pour une clinique de Montréal. Joignez-vous à notre équipe dynamique. Temps plein, pas de soir ni fin de sem. Avantages sociaux et salaires compétitifs. * 514-778-3939

306 COMMUNAUTAIRES

SECRETIRE DENTAIRE recherchée pour clinique dentaire au Centre-Ville. Bilingue et exp. requise. Envoyez cv: downtowndentaire@gmail.com

307 ÉDUCATION ENSEIGNEMENT

SITUÉE À VILLE ST-LAURENT ÉCOLE PRIVÉE RECHERCHE COMMIS COMPTABLE

310 BUREAUX

À LA RECHERCHE d'une réceptionniste bilingue avec expérience dans le domaine du parti. Envoyez CV par télécopieur au 514-322-8101 ou par courriel à: fulton@bellnet.ca

310 BUREAUX

RECEPTIONNISTE bilingue, exp. en hôtellerie, 40h. Centre-Ville. Fax CV au: 514-898-9580.

310 BUREAUX

RECEPTIONNISTE Un chef de file dans son industrie, situé à Anjou, recherche un (e) réceptionniste qui sera également appelée à assumer diverses tâches administratives, 40h/res/sem. Disponibilité imm. Envoyez votre cv à: ifi@ifi-int.com

310 BUREAUX

RECHERCHE de secrétaire capable ASA. Poste à temps plein d'une entreprise leader dans la création des plus beaux centres de beauté au Canada. Travail diversifié au sein d'une équipe de professionnels. Vous êtes bilingue et désirez travailler à Ville Saint-Laurent? Envoyez votre cv à: fbj@lavin.com

310 BUREAUX

SECRETIRE avec expérience dans bureau de notaires. Tél. 514-722-4116 poste 222.

310 BUREAUX

SECRETIRE BUREAU D'AVOCATS Expérimenté(e), parfaitement bilingue pour bureau d'avocats du centre-ville, temps plein ou partiel. Envoyez CV par télécopieur au 514-939-1201

310 BUREAUX

SECRETIRE JURIDIQUE, avec exp. en litig. 3 postes/jour. Bureau situé à Laval. Connaissance de Jurisprudence un atout. CV par fax: 450 667-4839

310 BUREAUX

SECRETIRE avec expérience dans bureau de notaires. Tél. 514-722-4116 poste 222.

310 BUREAUX

SECRETIRE BUREAU D'AVOCATS Expérimenté(e), parfaitement bilingue pour bureau d'avocats du centre-ville, temps plein ou partiel. Envoyez CV par télécopieur au 514-939-1201

310 BUREAUX

SECRETIRE JURIDIQUE, avec exp. en litig. 3 postes/jour. Bureau situé à Laval. Connaissance de Jurisprudence un atout. CV par fax: 450 667-4839

310 BUREAUX

SECRETIRE avec expérience dans bureau de notaires. Tél. 514-722-4116 poste 222.

310 BUREAUX

SECRETIRE BUREAU D'AVOCATS Expérimenté(e), parfaitement bilingue pour bureau d'avocats du centre-ville, temps plein ou partiel. Envoyez CV par télécopieur au 514-939-1201

100 OFFRES D'EMPLOI

501 CAHIER AUTO

BMW 2003 320ia, 79 000 km, gr. de luxe, argent, 8 pneus sur jantes, toit ouvrant, 1 seule taxe. 14 900 \$ / 514-386-6899

502 AUTOMOBILES

ACURA TL 2005, noire, int. cuir, 55 000 km, aut., bonne condition, 25 900\$, 514-961-1773.

502 AUTOMOBILES

AUDI A4 2008 SLINE, Aut., 10500 km 31 995 \$A80250A

502 AUTOMOBILES

AUDI A4 2005, bleu, 32 500 km, Quattro, excellente condition, 22 000\$, 514-779-4703.

502 AUTOMOBILES

AUDI A4 fam. 2005, 1.8T, aut. AWD, bleu/taut., sport, A1, gar. Altitude 17400\$. 514-573-8404.

502 AUTOMOBILES

AUDI A4 Quattro 02, man., 57 000 km, 14995 \$, A80079A

502 AUTOMOBILES

AUDI A4 Quattro 06, man., 14 600 km, 29995 \$, A09002

502 AUTOMOBILES

AUDI A-4 Quattro 2003, marine, 78 000 km, tout équipé, retraite, 14 900 \$ / 514-725-3939

502 AUTOMOBILES

AUDI A8 2006 54 000 km 49 995 \$ AC08411

502 AUTOMOBILES

BMW 328 Cabriolet 96, bleue int. gris, man., 5 vit., dame proprio, 12 900 \$, 514-923-4866

502 AUTOMOBILES

BMW 528i 00, man., noire, 91000 km, tout équipée, M Pack, 13 500\$, 514-582-1484

502 AUTOMOBILES

BMW 530i 02, aut., gr. de luxe, 91 000 km, 4 pneus hiver sur mags, 19 000 \$. 450-621-1173

502 AUTOMOBILES

BMW 745i 03, 119 000 km, gris foncé, très propre, 28 000 \$.

502 AUTOMOBILES

BMW Z4 Autos. 514-735-4100.

502 AUTOMOBILES

BMW 530i 02, aut., gr. de luxe, 91 000 km, 4 pneus hiver sur mags, 19 000 \$. 450-621-1173

502 AUTOMOBILES

BMW 745i 03, 119 000 km, gris foncé, très propre, 28 000 \$.

502 AUTOMOBILES

BMW Z4 Autos. 514-735-4100.

502 AUTOMOBILES

BMW 530i 02, aut., gr. de luxe, 91 000 km, 4 pneus hiver sur mags, 19 000 \$. 450-621-1173

502 AUTOMOBILES

BMW 745i 03, 119 000 km, gris foncé, très propre, 28 000 \$.

502 AUTOMOBILES

BMW Z4 Autos. 514-735-4100.

502 AUTOMOBILES

BMW 530i 02, aut., gr. de luxe, 91 000 km, 4 pneus hiver sur mags, 19 000 \$. 450-621-1173

502 AUTOMOBILES

BMW 745i 03, 119 000 km, gris foncé, très propre, 28 000 \$.

502 AUTOMOBILES

BMW Z4 Autos. 514-735-4100.

100 OFFRES D'EMPLOI

504 CAMIONS, JEEPS FOURGONNETTES

VOLKSWAGEN Passat 92, 100 000 km, seul, 1 hiver, pas de rouille, 25005 \$ 514-332-0094.

504 CAMIONS, JEEPS FOURGONNETTES

CHEV, Astro 97, AWD Starcraft blanche, 165 000 km, salon lit T.V. V6, 7500 \$ 450-619-2689

504 CAMIONS, JEEPS FOURGONNETTES

CHEVROLET Trailblazer LT 2008 blanc, aut., tout équipé, a/c, 21 347 km, 22 495 \$, Stock: 080749 1-866-902-0983

504 CAMIONS, JEEPS FOURGONNETTES

DOUGRAM SLT 2.4X4, argent, aut., tout équipé, mach. chépié, roues en alliage chromées, CD, a/c, 53 855 km, 14 995 \$, Stock: 827374 1-868-880-7079

504 CAMIONS, JEEPS FOURGONNETTES

ENVVO 2006, 4x4, 7 passagers, 36 000 km, bal. gar. 1 an, 20 000\$, 450-462-4624.

504 CAMIONS, JEEPS FOURGONNETTES

FORD Ranger Edge 2003, noir, 90 000km, 8500\$ net, 450-667-6228, 514-260-1420.

504 CAMIONS, JEEPS FOURGONNETTES

HONDA Element Y 4X4 2006 tout équipé, a/c, aut., transmission intégrale, jantes en aluminium, 19 021 mi, 20 995 \$ Stock: /US71-1-888-880-7079

504 CAMIONS, JEEPS FOURGONNETTES

HONDA Ridgeline EX-L NAVI 07 tout équipé, aut., a/c, GPS, cuir, roues en alliage, marche pied, 31 069 mi, 27 995 \$ Stock: /279-1-888-880-7079

504 CAMIONS, JEEPS FOURGONNETTES

MAZDA B 3000 CAB PLUS SE V6 2001 aut., jantes en alliage, régulateur de vitesse, Seulement 82 891 km, 7 995 \$ Stock: /28-3414-514-521-3201

504 CAMIONS, JEEPS FOURGONNETTES

MAZDA B 3000 CAB PLUS SE V6 2001 aut., jantes en alliage, régulateur de vitesse, Seulement 82 891 km, 7 995 \$ Stock: /28-3414-514-521-3201

504 CAMIONS, JEEPS FOURGONNETTES

MAZDA B 3000 CAB PLUS SE V6 2001 aut., jantes en alliage, régulateur de vitesse, Seulement 82 891 km, 7 995 \$ Stock: /28-3414-514-521-3201

504 CAMIONS, JEEPS FOURGONNETTES

MAZDA B 3000 CAB PLUS SE V6 2001 aut., jantes en alliage, régulateur de vitesse, Seulement 82 891 km, 7 995 \$ Stock: /28-3414-514-521-3201

504 CAMIONS, JEEPS FOURGONNETTES

MAZDA B 3000 CAB PLUS SE V6 2001 aut., jantes en alliage, régulateur de vitesse, Seulement 82 891 km, 7 995 \$ Stock: /28-3414-514-521-3201

504 CAMIONS, JEEPS FOURGONNETTES

MAZDA B 3000 CAB PLUS SE V6 2001 aut., jantes en alliage, régulateur de vitesse, Seulement 82 891 km, 7 995 \$ Stock: /28-3414-514-521-3201

504 CAMIONS, JEEPS FOURGONNETTES

MAZDA B 3000 CAB PLUS SE V6 2001 aut., jantes en alliage, régulateur de vitesse, Seulement 82 891 km, 7 995 \$ Stock: /28-3414-514-521-3201

504 CAMIONS, JEEPS FOURGONNETTES

MAZDA B 3000 CAB PLUS SE V6 2001 aut., jantes en alliage, régulateur de vitesse, Seulement 82 891 km, 7 995 \$ Stock: /28-3414-514-521-3201

504 CAMIONS, JEEPS FOURGONNETTES

MAZDA B 3000 CAB PLUS SE V6 2001 aut., jantes en alliage, régulateur de vitesse, Seulement 82 891 km, 7 995 \$ Stock: /28-3414-514-521-3201

504 CAMIONS, JEEPS FOURGONNETTES

MAZDA B 3000 CAB PLUS SE V6 2001 aut., jantes en alliage, régulateur de vitesse, Seulement 82 891 km, 7 995 \$ Stock: /28-3414-514-521-3201

504 CAMIONS, JEEPS FOURGONNETTES

MAZDA B 3000 CAB PLUS SE V6 2001 aut., jantes en alliage, régulateur de vitesse, Seulement 82 891 km, 7 995 \$ Stock: /28-3414-514-521-3201

504 CAMIONS, JEEPS FOURGONNETTES

MAZDA B 3000 CAB PLUS SE V6 2001 aut., jantes en alliage, régulateur de vitesse, Seulement 82 891 km, 7 995 \$ Stock: /28-3414-514-521-3201

504 CAMIONS, JEEPS FOURGONNETTES

MAZDA B 3000 CAB PLUS SE V6 2001 aut., jantes en alliage, régulateur de vitesse, Seulement 82 891 km, 7 995 \$ Stock: /28-3414-514-521-3201

504 CAMIONS, JEEPS FOURGONNETTES

MAZDA B 3000 CAB PLUS SE V6 2001 aut., jantes en alliage, régulateur de vitesse, Seulement 82 891 km, 7 995 \$ Stock: /28-3414-514-521-3201

504 CAMIONS, JEEPS FOURGONNETTES

MAZDA B 3000 CAB PLUS SE V6 2001 aut., jantes en alliage, régulateur de vitesse, Seulement 82 891 km, 7 995 \$ Stock: /28-3414-514-521-3201

DÉCÈS, PRIÈRES,
REMERCIEMENTS

900

INDEX DES DÉCÈS

DUCHARME, Raymond**NASTAS, Antoine**

St-Léonard

PICK WADDELL, Vera

Québec

POIRIER, Simone

Laval

TALIH, Mona (née Elawar)

Montréal

necrologie.cyberpresse.ca



Décès

DUCHARME, Raymond

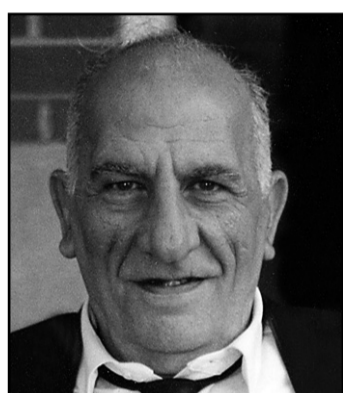
1931 - 2008

C'est avec regret que nous vous annonçons le décès de Raymond Ducharme survenu le 19 septembre 2008 à l'âge de 76 ans. Il laisse dans le deuil parents et amis.

NEGOCIÉ PAR
SÉRENIA
COURTIERS FUNÉRAIRES
1 888 SÉRENIA (737-3642)

www.serenia.ca

Marc Légaré, président

**NASTAS, Antoine**

1927 - 2008

À St-Léonard, le samedi 20 septembre est décédé, à l'âge de 80 ans, Antoine Nastas, époux de Antoinette Debs. Outre son épouse, il laisse dans le deuil ses enfants Robert (Lama Raffoul) et Michel, ses petits-enfants Anthony, Daniel et Rina de même que plusieurs parents et amis.

La famille vous accueillera au complexe funéraire

MAGNUS POIRIER

Complexe Viau

7388, boul. Viau, Saint-Léonard

T: 514 727-2847

www.magnuspoirier.com

le dimanche 21 septembre 2008 de 14 h à 17 h et de 19 h à 22 h.

Les funérailles seront célébrées le lundi 22 septembre 2008, à 10 h, en la cathédrale St-Sauveur, angle l'Acadie et Du Liban.

**PICK WADDELL, Vera**

1933 - 2008

À l'hôpital Hôtel-Dieu de Québec, le 18 septembre 2008, à l'âge de 75 ans est décédée Vera Pick Waddell. Elle demeurerait à Québec.

La famille recevra les condoléances au **Funérarium Lépine Cloutier**
300, chemin Ste-Foy
Québec (Québec) G1R 1T3
le vendredi 26 septembre, de 12 h à 16 h. Elle laisse dans le deuil ses enfants : Ivan (Caroline Houde), Tanya (Luigi Sposato) et Karen (Jon Symons) et leur père Éric Waddell, ses petits-enfants : Flavia, Lucas et Charles, ainsi que sa mère Ely Pick (feu Paul Pick).

Vos témoignages de sympathie peuvent se traduire par un don à la Fondation de l'hôpital Hôtel-Dieu de Québec, 10, rue de l'Espinay, Québec (Québec), G1L 3L5, 418 525-4385.

La direction des funérailles a été confiée à la **Maison Lépine Cloutier Ltée**
Renseignement : 418-529-3371
Télécopieur : 418-529-9506
Courriel : lc@lepinecloutier.com

Un registre à sa mémoire est disponible pour signature au www.lepinecloutier.com

POIRIER, Simone

1929 - 2008

À Laval, le 19 septembre 2008, à l'âge de 78 ans, est décédée Mme Simone Poirier, épouse de feu Marcel Landriault. Elle laisse dans le deuil ses enfants Pierre (Danielle Bélanger), Hélène (Jean Vaillancourt) et Céline (Robert Kelly), ses sept petits-enfants, ses frères et soeurs, beaux-frères et belles-soeurs, neveux et nièces ainsi que parents et amis.

Elle sera exposée le dimanche 21 septembre de 14 h à 17 h et de 19 h à 22 h, et le lundi 22 dès 14 h au complexe funéraire :

YVES LÉGARÉ
Alfred Dallaire
1350, autoroute 13, Laval
www.adyl.com • 514.595.1500

Une célébration aura lieu lundi à 15 h en la chapelle du complexe.
Des dons à la Fondation Maxime Letendre seraient appréciés par la famille.

TALIH, Mona (née Elawar)

1945-2008

C'est avec coeur serré que nous annonçons le décès de Mme Mona Elawar Talih, à l'âge de 63 ans, le matin du 19 septembre 2008, à l'Hôpital Général Juif de Montréal. Elle laisse dans le deuil son époux, M. Rachid Talih, sa fille Nayla, son fils Makram, son frère, ses deux soeurs, de nombreux parents, cousins, nièces et neveux, ainsi que plusieurs amis proches, en Amérique du Nord et outre-mer. La famille recevra les condoléances au

Centre funéraire Côte-des-Neiges

Réseau Dignité

4525, chemin de la Côte-des-Neiges**Montréal, 514 342-8000**

le lundi 22 septembre 2008 de 14 heures à 21 heures.

Vos témoignages de sympathie peuvent se traduire par un don en sa mémoire à la Société canadienne du cancer.

10e ANNIVERSAIRE

**Raymonde Bazinet***Hommage à Raymonde*

La vie c'est comme un livre où chaque anniversaire marque le début d'un chapitre fascinant !

Il y a dix ans, toi tu avais terminé d'écrire le dernier chapitre de ta vie.

Mais lorsque l'on pense à toi, le temps ne peut effacer ni les souvenirs, ni les trésors que l'on porte dans nos coeurs, des bons moments privilégiés partagés ensemble. Notre amour t'accompagne !

Guy, la famille et les amis.

REMERCIEMENTS

**FONTAINE, Gilles**

21 septembre 2008

En cette journée qui est aussi précieuse que tu l'étais pour chacun de nous, nous te disons avec amour (bonne fête). Gilles était apprécié par chacun de vous et nous avons été sincèrement touchés par vos témoignages de sympathie. Nous tenons à vous dire merci.

Suzanne, les enfants et les petits-enfants



Remerciements

REMERCIEMENTS à la Sainte-Vierge pour faveur obtenue. M.P.

REMERCIEMENTS à Mère Marie-Anne pour faveur obtenue. H. et M.

REMERCIEMENTS au Sacré-Coeur pour faveur obtenue. Pascal F.



Prières

MÈRE TERESA

Dites 9 fois Je vous salue Marie par jour durant 9 jours. Faites trois souhaits, le premier concernant les affaires, les deux autres pour l'impossible. Publiez cet article le 9e jour, vos souhaits se réaliseront même si vous n'y croyez pas. Merci Mère Teresa. C'est incroyable mais vrai. L.B.

MÈRE TERESA

Dites 9 fois Je vous salue Marie par jour durant 9 jours. Faites trois souhaits, le premier concernant les affaires, les deux autres pour l'impossible. Publiez cet article le 9e jour, vos souhaits se réaliseront même si vous n'y croyez pas. Merci Mère Teresa. C'est incroyable mais vrai. C.M.

L'ASSOCIATION DE
PARALYSIE CÉRÉBRALEON FAIT
APPEL
À VOTRE
CŒURASSOCIATION DE
PARALYSIE CÉRÉBRALE
DU QUÉBEC INC.

PC 2x40

Ligne d'écoute, d'informations et de références sur le deuil

maison Monbourquette

(514) 523-3596
1 888 423 3596
Un service gratuit

Appelez, ça fait du bien