



Guide d'achats Super Hebdo

Communauté Métropolitaine de Montréal

PAGE 2

ALLUNOX INC.
CEGEP MARIE-VICTORIN
ACCRO SKI LTÉE

PAGE 3

CEGEP MARIE-VICTORIN
AGENCES PRODEX
TOURNOI DE GOLF HECTOR TOE BLAKE
MONDI ALUMINIUM

PAGE 4

CENTRE DE LIQUIDATION
DE L'EST

FLYERS ALL-STARZ

LE CHEERLEADING POUR TOUS!

Un sport accessible et passionnant à découvrir!

SPÉCIAL
199.99\$*

13 séances d'initiations
incluant un spectacle
inscription avant le 3 septembre
(3-13 ans)



Flyers Cheer Gym

- À 15 min de chez **VOUS** (ou moins)
Facilement accessible en voiture
et en transport en commun
- **Trampolines** et trampolines linéaires
- Fosse remplis de cubes en mousse
- Entraîneurs et animateurs **CERTIFIÉS**
- Déjà 10 ans de clients **SATISFAITS**

Nos services

- ★ - Cours de cheerleading **RÉCRÉATIF** pour TOUS
(3ans et +) session septembre et janvier
- ★ - Cours de **TUMBLING** initiation/débutant/avancé
(5ans et +) inscriptions en tout temps
- ★ - Cheerleading **COMPÉTITIF** de débutant à élite pour TOUS
(3ans et +) en tout temps
- ★ - Fête d'enfants et plus encore

CONTACTEZ-NOUS À :
info@flyerscheerleading.net

PAR TÉLÉPHONE AU : **514.332.3777**

VISITEZ NOTRE SITE INTERNET

WWW.FLYERSCHEERLEADING.NET

5708683

* Taxes incluses, plus frais de service, Flyers Cheer Gym : 9233 rue Thimens, angle de l'autoroute 40 et 13, Qc H8Y0A1

Guide d'achats
Super Hebdo
Communauté Métropolitaine de Montréal

8000, Avenue Blaise-Pascal, Montréal,
Québec H1E 2S7
Tél. : 514 643-2300 Fax : 514 899-5001

Super Hebdo est distribué et inséré dans les hebdomadaires de TC Media

Ile de Montréal: Avenir de l'Est / Cités Nouvelles / Courrier Ahuntsic / Courrier Bordeaux-Cartierville / Express d'Outremont et de Mont-Royal / Flambeau de l'Est / Guide Montréal-Nord / Informateur de Rivières-Prairies / Journal de Rosemont Petite-Patrie / Journal de Saint-Michel / Magazine de l'Île des Soeurs / Messenger Lachine Dorval / Messenger Lasalle / Messenger Verdun / Nouvelles Hochelaga-Maisonneuve / Nouvelles

Saint-Laurent News / Le Plateau / Progrès Saint-Léonard / Progrès Villeray / The Chronicle / The Westmount Examiner / La Voix Populaire

Laval: Courrier Laval
Rive-Sud: Rive-Sud Express

Infographie: Innograp Montréal

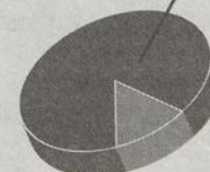
Impression: Imprimeries Transcontinental 2003 inc. 10 807, rue Mirabeau, Anjou (Qc) H1J 1T7 Division Transmag

Distribution: Distribution Transcontinental inc. Division Publi-Sac Montréal
Publié par: Médias Transcontinental S.E.N.C.

Division des journaux
Vice-Président: Serge Lemieux

Tirage 919 130 exemplaires

Pénétration moyenne **82%**



tc • MEDIA

Dépôt légal : Bibliothèque Nationale du Québec. Société canadienne des postes - Envoi de publications canadiennes. Contrat de vente de produit no 40005266. © 2005 Médias Transcontinental S.E.N.C. Toute reproduction des annonces ou informations, en tout ou partie de façon officielle ou déguisée est interdite sans la permission écrite de l'éditeur. Le Journal Super Hebdo ne se tient pas responsable des erreurs typographiques pouvant survenir dans les textes publicitaires mais il s'engage à reproduire uniquement la partie du texte où se trouve l'erreur. La responsabilité du journal et de l'éditeur ne dépassera en aucun cas le montant de l'annonce.

Produits d'aluminium depuis 1969



- Garde-corps et escaliers en aluminium
- Plancher en Aluminium et Fibre de Verre
- Auvents et Clotures
- Aluminium Ornemental
- Colonne Coloniale

Estimation Gratuite



VISITER NOTRE SALLE DE MONTRE
1980, Le Chatelier, Laval

www.allunox.com
450-682-0512

COURS À LA CARTE

HORS PROGRAMME | NON CRÉDITÉS | SOIRS ET FINS DE SEMAINE

PAVILLON CENTRAL: 7000, rue Marie-Victorin, Mtl
PAVILLON BÉLANGER: 767, rue Bélanger, Mtl | Métro Jean-Talon
PAVILLON NAMUR: 5010, rue Paré, Mtl | Métro Namur

Vaste choix de cours dans les domaines suivants:

- BUREAUTIQUE
- COMPTABILITÉ
- GESTION
- COMMERCE INTERNATIONAL
- LANGUES
- ÉDUCATION À L'ENFANCE

➤ SESSION AUTOMNE 2014

INFORMATION: 514 325-0150, poste 2389
info-cours-adultes@collegemv.qc.ca

INSCRIPTION

- ✳ En ligne: collegemv.omnivox.ca
- ✳ En personne: Pavillon Central (local C-108)
les 7 et 13 août 2014 (de 13h à 20h)
et le 9 août 2014 (de 10h à 14h).

www.collegemv.qc.ca/fc
Types de formation: Cours à la carte

Vente DE FERMETURE

Du 7 au 17 août

ACCRO
SKI-VÉLO



L'ENTREPÔT DE ST-LÉONARD

Skis alpins • Planches à neige
Raquettes à neige • Vélos
Vêtements • Accessoires

jusqu'à

70%
de rabais

www.accroskivelo.com
Accro Ski Velo Entrepôt

6755, boul. Métropolitain Est,
St-Léonard H1P 1X8
Voisin du Golf Town (Sortie Langeller)

*Modèles sélectionnés, quantités limitées jusqu'à épuisement de la marchandise. Ne peut être jumelée à aucune autre promotion, valide jusqu'au 17 août 2014.



TOURNOI DE GOLF ALZHEIMER DES CÉLÉBRITÉS HECTOR «TOE» BLAKE

Si vous êtes un fervent de golf ou de hockey, vous ne voudrez pas rater la 21^e édition du Tournoi de golf Alzheimer des célébrités Hector «Toe» Blake, qui se tiendra le jeudi 21 août 2014 au club de golf Le Diamant à Sainte-Monique de Mirabel. Le départ simultané est prévu à 11 heures.



Guy-carbonneau et jacques-demers

Au cours de la journée, vous aurez la chance de côtoyer les coprésidents d'honneur de 2014, deux gagnants de la coupe Stanley avec les Canadiens de Montréal en 1993 : Jacques Demers, ex-entraîneur chef des Glorieux de 1992 à 1996, et Guy Carbonneau, qui a œuvré au sein du Tricolore de 1980 à 1994 et qui a conduit les Canadiens de Montréal à la coupe Stanley en 1993.

Plusieurs anciens des Canadiens de Montréal ont confirmé leur présence, dont Christian Bordeleau, Pierre Bouchard, André Boudrias, Karl Dykhuis, Bob Fillion, Gaston Gingras, Réjean Houle, Yvon Lambert, Pierre Mondou, Oleg Petrov, Stéphane Richer et Bobby Rousseau. En outre, le

commentateur de golf professionnel de RDS et la voix du Canadien de Montréal, Michel Lacroix, a accepté d'animer le Tournoi. Jacques Demers est devenu un bénévole du Tournoi parce que celui-ci porte le nom d'un personnage légendaire du hockey, Hector «Toe» Blake, lequel était atteint de la maladie d'Alzheimer.



(Producteur Présent)

Michel Lacroix

« L'idée est que mon nom et celui d'autres Anciens des Canadiens de Montréal servent à faire connaître la maladie grâce au Tournoi de même qu'à aider les personnes atteintes et leurs proches. L'objectif est également d'amasser des fonds pour améliorer les programmes et services ainsi que pour la recherche médicale. Il faut donner de l'espoir aux personnes atteintes de vivre un jour une vie normale. »

...Il reste quelques quatuors : à qui la chance... Et pourquoi pas se faire plaisir et jouer avec une de vos idoles ! Fait à noter, une toute nouvelle tarification, plus accessible, est en vigueur : 395 \$ par personne ou 1 500 \$ pour un quatuor.

Un fabuleux Tournoi vous attend !

Renseignements : Réginald Godin, coordonnateur du développement du financement 514-369-0800
rgodin@alzheimermontreal.ca

5712752

L'huile de KRILL, une nouvelle source révolutionnaire d'oméga 3 à absorption rapide aux multiples bienfaits sur la santé.

Réduit le cholestérol !

Une étude menée par l'université McGill, a démontré que l'huile de Krill était de 8 à 10 fois plus efficace que l'huile de poisson, pour abaisser le taux sanguin de cholestérol.

Effets sur le syndrome prémenstruel (SPM) !

Dans une autre étude réalisée au Canada, les chercheurs ont constaté que l'huile de Krill était très efficace pour soulager et réduire les effets du syndrome prémenstruel.

Anti-inflammatoire !

Une étude qui a été publiée dans le « Journal of American College Nutrition » a découvert que la consommation quotidienne de 300 mg d'huile de Krill, durant 30 jours, s'accompagnait par une diminution de 30,9 % de la protéine C-réactive et une diminution importante de l'inflammation, des symptômes et douleurs accompagnant cette affection.

Un puissant anti-oxydant !

L'huile de Krill contient de l'Astaxanthine, un antioxydant très puissant de la famille des caroténoïdes. Son action pour lutter contre les radicaux libres peut être jusqu'à 50 fois plus efficace que la vitamine E ou le Beta-Carotène.

Soutien pour la vision !

Une des propriétés les plus intéressantes est son rôle dans la protection et la réparation de dommages de la rétine et de la dégénérescence maculaire.

L'huile de Krill est un aliment très nutritif et complet à consommer de façon régulière.

Disponible chez



Valide du 14 au 20 août 2014

Consultez votre pharmacien lors de l'achat de produits de santé naturels.



Source d'acides gras oméga-3 (AEP/AOM) pour le maintien d'une bonne santé

60 gélules

EN SPÉCIAL

14,99 \$

563544



POUR TRAVAILLEURS EN EMPLOI ET TRAVAILLEURS AUTONOMES

Cours de perfectionnement à temps partiel - Financés partiellement par Emploi-Québec

PAVILLON BÉLANGER : 767, rue Bélanger, Montréal
PAVILLON NAMUR : 5010, rue Paré, Montréal

- COMPTABILITÉ
- RÉDACTION EN FRANÇAIS
- FINANCEMENT DES ORGANISMES COMMUNAUTAIRES
- PLANIFICATION ET COORDINATION D'ÉVÈNEMENTS COMMUNAUTAIRES

➤ DATE LIMITE D'INSCRIPTION : 29 AOÛT 2014

INFORMATION : 514 325-0150, poste 2389
info-cours-adultes@collegemv.qc.ca

INSCRIPTION

En ligne: collegemv-cnc.omnivox.ca

www.collegemv.qc.ca/fc
Types de formation: Formations pour travailleurs en emploi (offertes avec Emploi-Québec)

LICENCE R.B.Q. 8259-7568-26 MEMBRE A.P.C.H.Q.

MONDI
ALUMINIUM
www.mondialuminum.com



DIRECTEMENT DU MANUFACTURIER
GARANTIE ÉCRITE DE 5 ANS



RAMPES EN ALUMINIUM, BALCONS ET MARCHES EN FIBRE DE VERRE, ESCALIERS EN ALUMINIUM
AUVENTS EN POLYCARBONATE, COLONNES EN ALUMINIUM, LIMONS EN ALUMINIUM
NOUVEAUTÉ PLANCHER EN ALUMINIUM

SALLE DE MONTRE OUVERT AU PUBLIC
HEURES D'OUVERTURE: LUN AU VEN 8H À 18H & SAMEDI 9H À 15H

8910, Pascal-Gagnon, Montréal, Québec H1P 1Z3 514.327.6110

5820522

Centre de LIQUIDATION de l'est

www.renoliquidation.ca

LES PLUS BAS PRIX POUR RÉNOVER

DE TOUT POUR VOS ESCALIERS

Marches massives

Chêne, Érable, Merisier	
36"	18,00 \$ ch.
42"	22,00 \$ ch.
48"	25,00 \$ ch.

Contre marche plaqué

Chêne, Érable, Merisier	
36"	5,50 \$ ch.
42"	6,00 \$ ch.
48"	6,50 \$ ch.
54"	7,00 \$ ch.
60"	7,50 \$ ch.

Marche en angle massive

Chêne, Érable, Merisier	
42" (Paquet de 3 mcx)	200,00 \$ ch.
48" (Paquet de 3 mcx)	220,00 \$ ch.



Moulures et rampes

Cadrage en Chêne 5/8"	1,90 \$ pi.
O'Gee 4 1/4" X 3/4" Chêne	2,25 \$ pi.
Plinthe 4 5/8" X 3/4" Chêne	3,50 \$ pi.

Nez de palier

Chêne - Merisier - Érable	
3/4" ou 5/16"	5,00 \$ pi.

Main courante

Chêne - Merisier - Érable	
4 1/2" x 11/16"	6,00 \$ pi.

MARCHE MASSIVE 36" **18\$**

VASTE CHOIX DE PORTES

À PARTIR DE **20\$**

Porte française AVEC COUCHE DE FOND BLANC **-25%**

Porte intérieur Coloniale pliante

12" à 36" (sans rail)	
à partir de	20,00 \$ ch.

Porte française

À partir de	40,00 \$ ch.
-------------	--------------

Porte pleine

(20 minutes au feu) 30" à 36"	
Avec motif	45,00 \$ ch.
Sans motif	35,00 \$ ch.

Porte intérieur Coloniale

12" à 16"	5,00 \$ ch.
18"	10,00 \$ ch.
20"	15,00 \$ ch.
22" à 36"	25,00 \$ ch.

Porte intérieur Loane

22" à 36"	15,00 \$ ch.
-----------	--------------

Porte en acier

(20 minutes au feu) 30" à 36"	
Avec motif	80,00 \$ ch.

PLINTHES et CADRAGES



Quart de rond 8' **2\$**

Plinthes assorties MDF

T322 3/8" X 3-1/8" X 8'	3,00 \$ ch.
T389A 3/8" X 3-7/8" X 8'	4,00 \$ ch.
T354 5/8" X 5/16" X 8'	8,00 \$ ch.
T365 5/8" X 6-1/2" X 8'	10,00 \$ ch.

Pin jointé

Jambage / Cadrage de Porte	
9/16" X 3-5/8"	4,00 \$ ch.
9/16" X 4-3/4"	5,00 \$ ch.

Arrêt de porte

7/16" X 1-3/16" X 7'	2,00 \$ ch.
----------------------	-------------

Quart de rond

1/2" X 3/4" X 8'	2,00 \$ ch.
3/4" X 3/4" X 8'	2,50 \$ ch.

Cadrage MDF

T186 3/8" X 2-1/8" X 7'	2,25 \$ ch.
T127 5/8" X 2-3/4" X 8'	4,00 \$ ch.
T154 3/4" X 3-1/2" X 8'	6,50 \$ ch.
T165 3/4" X 3-1/4" X 8'	6,00 \$ ch.

O'gee MDF

T-412 5/8" X 4-1/2" X 8'	7,00 \$ ch.
T-470 5/8" X 4-1/4" X 8'	6,50 \$ ch.
T-296 Cimaise	
5/8" X 2-1/2" X 8'	5,00 \$ ch.
T-410 5/8" X 3-1/2" X 8'	6,00 \$ ch.

NOUVEAU

T499 5/8" X 6 3/8" X 8'	15,00 \$ ch.
-------------------------	--------------

PEINTURE, ARTICLE DE DÉCORATION, ACCESSOIRES DE SALLE DE BAIN, ET PLUS !

514 645-4085
377 AVENUE MARIEN, MONTRÉAL
40 Est, sortie 83 - 40 Ouest, sortie 85

OUVERT du MARDI au SAMEDI
DIMANCHE et LUNDI FERMÉ
MARDI - MERCREDI - JEUDI - VENDREDI 9h30 à 17h30
SAMEDI 9h30 à 17h00

NOS PRIX AFFICHÉS PEUVENT ÊTRE SUJETS À DES AJUSTEMENTS SANS PRÉAVIS.

PRIX EN VIGUEUR du 15 juillet au 18 août 2014 - QUANTITÉ LIMITÉE - JUSQU'À ÉPUISEMENT DES STOCKS