

VIE de QUARTIER

présenté par



Districts 1*, 5, 6 et 9

*Saint-Jean-sur-Richelieu



PLUS DE
10 000\$
À GAGNER

*Détails à l'intérieur



Émanuelle Pelletier-Guay
REPORTRICE

«Moi, c'est Émanuelle. Ce cahier spécial que vous tenez présentement entre vos mains est un beau projet sur lequel j'ai travaillé pour le journal Le Canada Français. Ma mission ? Vous faire découvrir, par l'intermédiaire de mon appareil photo, un portrait de la vie de quartier de certains secteurs de Saint-Jean-sur-Richelieu et du Haut-Richelieu !

Pour ce troisième cahier, j'ai encore attrapé mon stylo, mon carnet et mon appareil photo pour me promener dans les rues de certains quartiers de Saint-Jean-sur-Richelieu, comme le centre-ville, Saint-Gérard, Saint-Edmond et Saint-Lucien afin de rencontrer quelques-uns de leurs résidents. Découvrez ou redécouvrez ces six secteurs de Saint-Jean et leurs environs en feuilletant les textes de ce photoreportage réalisé sous la rafraîchissante brise estivale !»

Une présentation de



Nos partenaires





BOÎTE À LUNCH : TOUT LE MONDE PARTICIPE!

Les écoliers s'apprêtent à reprendre le chemin de l'école tandis que les parents finalisent les préparatifs entourant la rentrée scolaire. Pour commencer l'année du bon pied, pourquoi ne pas impliquer les enfants dans l'organisation familiale ayant trait aux lunchs? En effet, la préparation des boîtes à lunch en famille est une belle occasion de leur transmettre le plaisir de cuisiner, de les rendre plus autonomes et d'accroître leur estime de soi.

Découvrez des recettes à faire avec les tout-petits et les plus grands, ainsi que des astuces qui optimiseront la planification de vos menus pour les lunchs.

DE 5 À 7 ANS : EN ROUTE VERS L'AUTONOMIE



Pour la plupart des enfants de la maternelle, la boîte à lunch est une nouveauté. Profitez de la préparation des lunchs pour expliquer à votre enfant comment composer un repas santé et **équilibré**. C'est le moment de lui transmettre de saines habitudes alimentaires! Orientez ses choix en lui présentant les différents groupes d'aliments (fruits et légumes, protéines animales et végétales, produits laitiers et produits céréaliers) et les quantités recommandées pour chacun. À l'épicerie, permettez à votre enfant de choisir un nouveau fruit ou légume afin qu'il développe ses goûts.

La préparation des **collations** est une autre manière de faire participer les plus jeunes. Faites d'abord une présélection d'ingrédients sains comme des canneberges séchées, des craquelins de grains entiers, des cubes de fromages, des fruits ou des crudités, puis laissez votre enfant choisir ceux qu'il préfère. Il pourra ensuite les disposer dans différents petits contenants. En sélectionnant lui-même ses collations, il sera plus enclin à les manger.

Vous pouvez aussi éveiller son intérêt pour la cuisine en concoctant avec lui des recettes simples à glisser dans sa boîte à lunch. Cuisiner est également une bonne occasion pour pratiquer la lecture, apprendre à compter et à ranger lorsque tout est terminé. Au final, votre petit chef sera fier de dire à ses amis de la classe qu'il a réalisé lui-même de la **compote de pommes** ou des **muffins aux carottes**. Notez que ces muffins se congèlent très bien. Pratique pour prendre de l'avance et en avoir toujours sous la main!

Une dernière astuce : identifiez une section pour les lunchs dans le réfrigérateur, le congélateur et le garde-manger afin de permettre à votre enfant d'assembler lui-même sa boîte à lunch. Thermos, collations, jus, blocs réfrigérants; chaque chose à sa place!

DE 8 À 10 ANS : MES PREMIÈRES RECETTES

À partir de 8 ans, votre enfant est prêt à accomplir plusieurs tâches en cuisine. Favorisez son autonomie en lui enseignant comment cuisiner des pâtes et des œufs, ou faire des smoothies ou du pain aux bananes. Après quelques essais, il sera en mesure de réaliser lui-même toutes les étapes de la préparation d'une recette, à l'exception de la cuisson, qui doit se faire sous la supervision d'un adulte. De même, en vue de lui confier plus de responsabilités, inculquez-lui les principales règles d'hygiène en cuisine, ainsi que l'importance de nettoyer le plan de travail et de faire la vaisselle après son passage.

Pour l'inciter à mettre la main à la pâte, inspirez-vous des produits les plus populaires auprès des enfants pour en faire des versions maison. **Rouleaux aux fruits, pouding au tapioca, barres tendres au chocolat**, voilà des collations simples et amusantes à faire à la maison. Ce sera aussi un bon prétexte pour lui faire prendre conscience des bienfaits de la cuisine maison sur sa santé en contrôlant le sucre, le sel, le gras et tous les autres ingrédients qui composent une recette.

Vous cherchez quoi faire par un dimanche d'automne un peu frisquet? Profitez-en pour cuisiner en famille et prendre un peu d'avance sur la préparation des repas de la semaine. Faites jouer la musique préférée de votre enfant, enfiler vos tabliers et lancez-vous dans la préparation de sauce tomate, de trempettes, de soupes ou de crudités. Astuce : profitez-en pour cuisiner des recettes à **congeler** que vous pourrez servir plus tard pendant la semaine. Cela vous permettra de gagner du temps.

TROUVEZ TOUT CE QU'IL VOUS FAUT DANS NOS DÉPARTEMENTS.



Marché Laplante IGA
420, 2^E AVENUE,
SECTEUR IBERVILLE
450 347.6411



IGA Pro 40
435, 9^E AVENUE,
SECTEUR IBERVILLE
450 358.2804



IGA Gladu
400, BOUL. SÉMINAIRE NORD,
SAINT-JEAN-SUR-RICHELIEU
450 349-2878

Heures d'ouverture :
Lundi au vendredi : 8 h à 21 h
Samedi et dimanche : 8 h à 20 h

UN MONDE DE SAVEURS À PORTÉE DE MAIN

Par Émanuelle Pelletier-Guay

Se promener dans le secteur du Vieux-Saint-Jean, et tout particulièrement sur la rue Richelieu, c'est comme plonger dans une marre d'odeurs toutes aussi agréables les unes que les autres. En effet, qui n'a pas déjà senti ces multiples effluves d'appétissants mets en circulant dans les environs à l'heure du repas ?

Les restaurants, les cafés, les bars et les brasseries situées dans le Vieux-Saint-Jean sont des incontournables pour de nombreux Johannais. En quelques coins de rue seulement, il est possible de faire un tour du monde des saveurs, allant des sucreries françaises aux plats indiens, de la cuisine portugaise aux bières bien d'ici.

Frédéric-Alexandre Couture, qui habite à quelques minutes à peine de cette zone de Saint-Jean-sur-Richelieu, aime passer d'agréables moments à la brasserie Lagabière. Il trouve d'ailleurs cet endroit particulièrement plaisant et accueillant. Et il n'est pas le seul, car il n'est pas rare d'y voir des groupes d'amis qui s'y réunissent le temps d'une belle soirée !

Jasmine Huyghe, quant à elle, apprécie surtout le restaurant de déjeuners et de dîners Les Bonnes Sœurs. La jeune femme vient fréquemment se promener dans les environs afin de profiter des différentes boutiques. Selon elle, l'environnement et l'offre du Vieux-Saint-Jean se sont améliorés depuis les dernières années.

Cet été, avec les formules pour emporter de plus en plus populaires, il n'est pas rare d'apercevoir des gens du secteur s'installer à la Place publique pour déguster leurs mets préférés. L'aménagement de l'Oasis a transformé l'ambiance de l'endroit d'une manière fort agréable, ce qui plaît beaucoup à ceux qui le fréquentent. Il suffit de voir quelques-uns de ces pique-niques spontanés pour avoir envie de faire la même chose !

Frédéric-Alexandre Couture aime bien se promener sur les différents espaces piétons du Vieux-Saint-Jean.



Le restaurant Vivaldi permet de déguster la succulente cuisine italienne.



Ouvert depuis un an sur la rue Champlain, le restaurant Mont Liban fait découvrir la fine cuisine libanaise à ses clients.



La brasserie artisanale Lagabière est très appréciée des gens de la région pour ses bières originales.



— Therapies —
Louise Guay

450 359-6161

*Pour relaxer ou
prendre soin de soi !*

Nos services:

- **Massothérapie 16 massothérapeutes à votre service**
- **Ostéopathie, 3 ostéopathes d'expérience**
- **Perte de poids avec un naturopathe**
- **Infirmier : soin de pieds / prise de sang / vaccins**
- **Facial - épilation - endermologie LPG - pressothérapie**

Tous les services sont en fonction avec les normes gouvernementales.

1055, BOULEVARD DU SÉMINAIRE NORD. SUITE 303

Suivez-nous sur



UNE COMMUNAUTÉ BIEN VIVANTE

Par Émanuelle Pelletier-Guay

Lorsqu'on se rend dans les environs du Vieux-Saint-Jean, on peut faire plusieurs observations. Parmi celles-ci, il y a l'énergie qui se dégage des gens qui circulent dans les rues. En effet, l'endroit héberge une foule de restaurants, de commerces, mais aussi des lieux de vie bien appréciés, comme une école, une bibliothèque et une salle de spectacles. Ce secteur est souvent fréquenté par les Johannais et les visiteurs.

Céline Gagné, qui habite dans le centre-ville, remarque que les lieux sont régulièrement occupés

par des familles. Selon elle, ça bouge beaucoup, et on n'a pas de mal à la croire. En quelques minutes de marche, il est possible de croiser de jeunes enfants qui jouissent du chaud soleil en compagnie de parents ou de grands-parents ainsi que d'autres adultes qui promènent leurs poupons en carrosse. Céline Gagné qualifie les gens du secteur de plaisants, et le milieu, de festif. Elle-même d'ailleurs profite beaucoup des lieux, dont les parcs qui ont été réaménagés et le mobilier urbain fraîchement rénové.

Un couple de résidents, qui a emménagé seulement cette année, confirme déjà aimer l'ambiance des lieux. Ils y croisent beaucoup de gens qu'ils qualifient de sympathiques et sont heureux de pouvoir faire de la bicyclette dans les différentes rues alentour de leur résidence.

Roxanne Lamarre, une autre résidente, a choisi de s'installer dans le Vieux-Saint-Jean il y a six ans, entre autres en raison de la proximité du bord de l'eau. Ce qu'elle préfère de l'endroit, c'est la beauté de l'église, qui est située tout près, mais aussi les petits commerces et restaurants locaux. Parmi ceux qu'elle privilégie, il y a Complètement Zazal, une boutique cadeau qui fabrique ses propres produits cosmétiques, ainsi que Le Chop Shop, un restaurant de plats mexicains, coréens, japonais et hawaïens.

Les rues environnantes du Vieux-Saint-Jean sont souvent animées ou empruntées par des Johannais, contents de pouvoir bénéficier de la proximité des petits commerces. Ces lieux et ces activités accessibles, à quelques pas les uns des autres, rendent nécessairement le secteur très vivant!

Dans le Vieux-Saint-Jean, on croise régulièrement des piétons ou des cyclistes sur les trottoirs.



Roxanne Lamarre aime profiter des commerces de proximité, comme le Marché public du Vieux-Saint-Jean.



L'Oasis, un nouvel aménagement de la Place publique du Vieux-Saint-Jean, attire de nombreux résidents et visiteurs qui désirent passer un bon moment de détente avec vue sur le bord de l'eau.

LE BONHEUR, C'EST NOTRE LAIT FRAPPÉ AU GÂTEAU AU FROMAGE!

GOÛTEZ À LA NOUVELLE TREMPETTE SAVEUR GÂTEAU AU FROMAGE.

mr. PUFFS
Pâtisserie · Café

1224, rue Douglas, Saint-Jean-sur-Richelieu
450 348.7833

>264970



Subvention
gouvernementale
du programme

ROULEZ VERT



Notre **engagement**,
votre entière
satisfaction !



François Duquette, Président

VENTE 100% EN LIGNE

Nous sommes ouverts,
mais si vous le préférez,
nous offrons aussi un
processus de vente
100% en ligne!

Satisfaction garantie!



- Consultez nos offres et promotions
- Choisissez votre modèle
- Configurez votre auto avec les options que vous désirez
- Faites évaluer votre échange



- Obtenez une offre personnalisée
- Recevez de précieux conseils pour le financement et les garanties



- Faites livrer votre véhicule à votre domicile
- Votre véhicule sera 100% nettoyé après la livraison



Des conseillers toujours disponibles pour vous assister, pour faire un essai routier virtuel, etc.
WWW.SAINTJEANHYUNDAI.CA
appel: 1-833-501-3187
texto: 450-700-1790

**MAINTENANT OUVERT
LE SAMEDI**



Programme de prix préférentiels pour les militaires

Obtenez jusqu'à 1 500\$ en ajustement de prix sur les modèles sélectionnés neufs (achat ou location); Cumulez ce rabais à toutes autres promotions courantes.

PRÈS DE CHEZ VOUS



1000, rue Douglas, Saint-Jean-sur-Richelieu
1866 348-6816 • 450 348-6816
www.saintjeanhyundai.com



VIE de QUARTIER

présenté par **IGA**

DU DIVERTISSEMENT POUR TOUT LE MONDE !

Par Émanuelle Pelletier-Guay

Quand on songe au Vieux-Saint-Jean et aux rues avoisinantes, on pense nécessairement à toutes les options d'activités qu'on peut y faire. Si l'on se promène sur la rue Richelieu et qu'on se dirige vers le nord, on croise déjà une foule d'options : la maison hantée Lhôtel 54, le centre de jeux d'évasion Sauve qui peut, une galerie d'art, la Place publique du Vieux-Saint-Jean, le cinéma Capitol, etc. Et si l'on opte pour d'autres rues, on peut découvrir encore plus de lieux d'amusements et de divertissements à visiter.

Monsieur Morin, qui réside dans le quartier Saint-Edmond depuis un an, aime la proximité de sa résidence avec les attraits du centre-ville. Celui qui souhaitait se rapprocher de la « vie » du secteur dit profiter des spectacles lorsqu'il y en a en ville. C'est aussi le cas d'un autre résident, un papa qui apprécie particulièrement les événements mettant de l'avant des musiciens. C'est pareil pour une propriétaire de chien qui habite non loin et qui affectionne les petits festivals qui ont habituellement lieu l'été sur la Place publique. Lorsqu'il y en a, il n'est pas rare de la voir dans le secteur.

Certains résidents privilégient les endroits où ils peuvent prendre une pause et se détendre. Parmi ceux-ci, on peut compter Martin Bergeron, qui vient souvent relaxer à l'Oasis. Ce dernier trouve les lieux beaux et accueillants, ce qui en fait un espace de choix pour un moment de calme. D'autres Johannais se rendent plutôt dans une galerie d'art du centre-ville ou à la bibliothèque Adélaïde-Berger (qui fonctionne actuellement avec un concept de prêts à emporter) en quête d'une œuvre pour voyager dans une histoire intéressante.

Pour d'autres, les choses doivent bouger un peu plus. Un jeune homme mentionne aimer aller avec des amis au Tome 2, une boutique-bistro qui permet aux clients de jouer à quelques jeux de société autour d'un breuvage chaud ou d'un bon repas, par exemple. Beaucoup profitent également des offres de spectacles au Cabaret-Théâtre.

Il y a décidément du divertissement pour plaire à tout le monde dans le Vieux-Saint-Jean, et ce, quel que soit votre âge !



Martin Bergeron a rapidement pris goût au nouvel environnement de la Place publique du Vieux-Saint-Jean.



Sauve qui peut propose plusieurs scénarios de jeux d'évasion pour une heure de plaisir en famille, entre amis ou avec ses collègues.



La boutique Tome 2 permet d'essayer différents jeux autour d'un repas ou de se mesurer à d'autres joueurs lors de tournois.



La galerie d'art ART[O] présente non seulement des expositions, mais aussi des spectacles, des activités diverses et une boutique de créations originales.





NOUVEAU
Commandez vos boîtes à lunch personnalisées
514 357.8397





GÂTEAU PERSONNALISÉ DISPONIBLE :
• Fête • Baptême • Occasion spéciale

Gélatos et Sorbets
Faits maison

Cafés Glacés
Rafraîchissants

415, boul. Séminaire Nord, Saint-Jean-sur-Richelieu • 514 357-8397
Commande en ligne et livraison gratuite
www.ochef.ca



RESTAURANT NAMASTÉ ST-JEAN
Fine cuisine indienne

LA CUISINE INDIENNE EST UN ART RAFFINÉ

Venez-y goûter!

Belle terrasse intime
Grand stationnement
Service aux tables
Permis d'alcool
Mets sans gluten disponible
Commandes à emporter

Pour réservation : 450 741-4222
125, Conrad-Gosselin, Local #1
St-Jean-sur-Richelieu (secteur Iberville)



Marché Laplante IGA
420, 2^e AVENUE,
SECTEUR IBERVILLE
450 347.6411



IGA Pro 40
435, 9^e AVENUE,
SECTEUR IBERVILLE
450 358.2804



IGA Gladu
400, BOUL. SÉMINAIRE NORD,
SAINT-JEAN-SUR-RICHELIEU
450 349.2878

UN MILIEU SCOLAIRE DE CHOIX

Par Émanuelle Pelletier-Guay

Les quartiers Saint-Lucien et Saint-Edmond, situés côte à côte, permettent à eux deux d'offrir à leurs résidents un environnement scolaire, et ce, de l'âge préscolaire à l'âge adulte. En effet, écoles primaires, secondaire et cégep se trouvent à quelques pas ou quelques rues seulement les uns des autres.

Cette merveilleuse proximité attire facilement plusieurs jeunes familles à s'établir dans le secteur, et elles y restent généralement jusqu'à ce que les enfants « quittent le nid ». Une résidente, aujourd'hui retraitée, confirme avoir beaucoup aimé que ses enfants puissent se rendre à pied ou à bicyclette

à leur école primaire. Non seulement cela lui permettait d'éviter la gestion en lien avec l'horaire d'autobus, mais cela faisait aussi faire un peu d'exercice à ses enfants ! Rendus au secondaire, ceux-ci se plaisaient à circuler librement entre l'école, le dépanneur et les parcs des environs à l'heure du midi ou après les cours. La résidente est convaincue que ses enfants ont apprécié grandir dans leur quartier pour ces raisons.

Lorsque l'on se rend dans les rues bordant l'établissement collégial, les citoyens remarquent que les lieux et les voies de circulation sont particulièrement tranquilles en dehors des heures de classe, et plus encore en saison estivale. Deux hommes disent que la circulation augmente beaucoup lorsque le cégep est ouvert, mais uniquement à des heures précises. Une femme remarque que les rues sont bondées de véhicules stationnés.

Stéphanie Bellavance, qui est native de Saint-Jean-sur-Richelieu, note un regain de vie dans les environs lorsqu'une session est en cours au cégep. Elle constate qu'un plus grand nombre de personnes se promènent à ces moments dans le quartier et relaxent dans les parcs voisins.

Les Johannais des quartiers Saint-Lucien et Saint-Edmond, selon l'emplacement de leur domicile, ont le bel avantage de pouvoir réaliser l'ensemble de leurs études (ou presque, selon le parcours choisi) à quelques minutes à peine de chez eux, à pied ou à vélo. La situation géographique de ces résidents a de quoi susciter l'envie !



Le parc Rémi-Gaulin, situé entre les écoles Saint-Lucien et Joséphine-Dandurand, accueille régulièrement quelques jeunes sur ses bancs, ses tables à pique-nique ou à même le gazon.



Le cégep de Saint-Jean-sur-Richelieu attire de nombreux étudiants du Haut-Richelieu, mais aussi de pays étrangers.

MOULES ET FRITES À VOLONTÉ

AVEC ENTRÉE DU CHEF ET CAPPUCINO !



LES MERCREDIS
SEULEMENT

25\$

Profitez de notre menu complet
dans le confort de votre foyer.

COMMANDES **POUR EMPORTER** :
STEAKFRITES.CA

950, boul. du Séminaire N., Saint-Jean-sur-Richelieu
450 359-4999 | sf.st-jean@steakfrites.ca

STEAK FRITES
St Paul

DES PARCS DIVERSIFIÉS POUR PLAIRE À TOUS !

Par Émanuelle Pelletier-Guay

À Saint-Jean-sur-Richelieu, des parcs, il y en a décidément partout. Si l'on se concentre sur les quartiers de Saint-Lucien et de Saint-Edmond, par exemple, on peut en trouver plusieurs qui sont aménagés pour plaire au plus grand monde. Modules, balançoires, espaces verts, terrains de jeux, etc., les possibilités sont nombreuses !



La majorité des parcs du secteur possèdent des modules pour les tout-petits, tels que ceux du parc Pierre-Trahan.



Le parc Marquis-De Montcalm dispose de deux terrains de shuffleboard très bien entretenus qui n'attendent que des joueurs.

Lorsque l'on se rend dans l'un de ces parcs, on y croise pratiquement toujours d'autres personnes (à condition que la température le permette !). Qu'il s'agisse de jeunes familles avec leurs enfants, d'adolescents qui se réunissent, d'âinés qui prennent le temps de relaxer ou encore de propriétaires canins qui dégourdisent les pattes de leur cher compagnon, tous apprécient de pouvoir bénéficier d'une vaste étendue d'herbe pour quelques minutes de bon temps.

Un résident qui habite le secteur depuis huit ans aime bien profiter de la balançoire adaptée du parc Marquis-De Montcalm. Il s'y assoit quelquesfois pour relaxer durant la semaine quand il n'est pas en train de faire sa marche quotidienne de cinq à dix kilomètres (qui le garde certainement bien en forme !). Pour Marilyne, qui travaille à la librairie du cégep, les parcs sont plutôt un terrain de jeux pour ses enfants. Ceux-ci s'y amusent pleinement cette année avec l'équipe de leur camp de jour.

Au parc Rémi-Gaulin, il est parfois possible de rencontrer des étudiants de quatrième secondaire qui se réunissent pour discuter lorsque la température le permet. Il s'agit de Laurianne, de Rafaëlle et de François-Xavier. Pour le trio, tous les parcs sont bons (incluant celui de planches à roulettes) pour passer un beau moment à relaxer, à parler ou à grignoter.

D'autres se rendent dans les parcs pour que leur chien puisse se divertir, comme c'est le cas d'une résidente des environs. Si elle le peut, elle privilégie même les heures où les parcs sont moins visités pour que son compagnon poilu puisse s'amuser avec un peu plus de liberté.

Les parcs de quartier plaisent décidément beaucoup aux Johannais qui demeurent à proximité de ceux-ci. Lorsqu'ils sont trop loin pour s'y rendre à pied ou à bicyclette, ils peuvent se faire déposer à un arrêt d'autobus située tout près. Toutes les raisons sont donc bonnes pour profiter d'un moment au parc, seul ou en petit groupe !



Le parc de planches à roulettes, récemment réaménagé, fait le bonheur de nombreux planchistes, jeunes et adultes.



François-Xavier, Rafaëlle et Laurianne se plaisent à acheter de la nourriture dans les dépanneurs lorsqu'ils ne sont pas au parc.

DÉJÀ 25 ANS !



Un composant
de votre
succès

Assurances
collectives et
ambiance de
travail agréable !

Nous sommes fiers de notre succès qui ne serait pas possible sans nos partenaires internes, externes et tous nos employés. Merci pour votre contribution !

Pour nous, les valeurs suivantes sont essentielles :

✓ Fierté ✓ Collectivité ✓ Rigueur ✓ Orienté Client ✓ Amélioration continue

Nous voulons nous entourer de gens qui nous ressemblent.
Joignez-vous à notre équipe multi-ethnique !

Nous sommes en
expansion & à la recherche
de personnel qualifié en :

Assemblage
Bobinage
Moulage
Commerce International
Ingénierie/Qualité
Administration



www.dllinc.com



rh@dllinc.com



Marché Laplante IGA
420, 2^e AVENUE,
SECTEUR IBERVILLE
450 347.6411



IGA Pro 40
435, 9^e AVENUE,
SECTEUR IBERVILLE
450 358.2804



IGA Gladu
400, BOUL. SÉMINAIRE NORD,
SAINT-JEAN-SUR-RICHELIEU
450 349.2878

DES LIEUX EMBLÉMATIQUES ET BIEN CONNUS

Par Émanuelle Pelletier-Guay



Un starfighter est exposé à l'entrée de la Garrison, et un mannequin placé à l'intérieur rend la taille du vaisseau encore plus impressionnante.

Quand on pense aux environs des quartiers Saint-Lucien et Saint-Edmond, il y a nécessairement certains lieux qui nous viennent immédiatement en tête, que l'on y réside ou non. Ces éléments font d'ailleurs souvent partie de l'ambiance du secteur depuis plusieurs années, et ils sont connus d'un très grand nombre de personnes en dehors de la ville. Le meilleur dans tout cela, c'est qu'ils font le bonheur des résidents du coin !

Luc et Rodrigue, qui habitent près du cégep depuis environ quinze ans chacun, admettent apprécier le spectacle que leur procure le défilement des ballons lors de l'International de montgolfières. Dès que le vent est favorable, ils se plaisent à les admirer sans même quitter leur cour. Leur emplacement leur permet aussi d'entendre la musique qui se joue sur la scène du vaste site. Nathalie, qui réside non loin depuis 1996, et Johanne, qui demeure à Saint-Jean-sur-Richelieu depuis une cinquantaine d'années, s'émerveillent également à observer les gros ballons circuler dans le ciel.

Des adolescents du secteur confient adorer le festival et en profiter au maximum lorsque l'occasion se présente. Cette année, toutefois, l'expérience sera bien différente. Le nouveau Piko Parc leur semble cependant être une solution de remplacement bien intéressante !

Tout près, c'est le Théâtre des Deux Rives qui attire aussi l'attention. Majestueux et situé contre l'établissement collégial, il accueille régulièrement un grand public d'ici et d'ailleurs pour des spectacles d'humour, de théâtre, des projections cinématographiques et plus encore. Les habitants des environs sont nombreux à se procurer une carte privilège pour prolonger le divertissement durant l'année, et ce, sans avoir besoin de faire plusieurs minutes de route. C'est ce qu'affectionne tout particulièrement une résidente du secteur. Cette proximité lui permet de se divertir plusieurs fois par année, tout en se couchant à des heures suffisamment raisonnables pour retourner travailler le lendemain !

D'autres endroits, comme le site de l'aéroport et celui de la Garrison Saint-Jean, situés tout juste à l'extrémité des quartiers Saint-Lucien et Saint-Edmond, font aussi partie de l'ambiance du secteur. Les membres de l'armée dynamisent les lieux par leur présence, tandis que le ballet des avions offre un joli spectacle aux résidents.



Le Théâtre des Deux Rives offre une programmation variée pour plaire à tous les groupes d'âge.



De l'entrée du Piko Parc, il est possible de voir un immense écran de projection.

SERRURIER
Chamberland inc.

- Emték
- Weiser
- Schlage
- Clé à Puce
- Résidentiel, Commercial et Industriel

Vente et Installation

450 359-1919

197 Boulevard du Séminaire N., Saint-Jean-sur-Richelieu



GALERIE DU VIEUX SAINT-JEAN

208, rue Richelieu
Saint-Jean-sur-Richelieu
450 741-3939

LA PASSION À L'ŒUVRE



RE/MAX EVOLUTION
AGENCE IMMOBILIERE

STÉPHANE RAINVILLE
COURTIER IMMOBILIER

514 576-1678
450 349-5868

STEPHANERAINVILLE.CA

Pour **VOUS** et avec **VOUS!**

ÉVALUATION GRATUITE



LE MERVEILLEUX PAYSAGE DU BORD DE L'EAU

Par Émanuelle Pelletier-Guay

Quelques quartiers de la ville de Saint-Jean-sur-Richelieu ont le bel avantage de longer le canal de Chambly ou la rivière Richelieu. Parmi ceux-ci, on peut entre autres compter Notre-Dame-Auxiliatrice et le centre-ville du Vieux-Saint-Jean. Le bord de l'eau offre ici un magnifique paysage aux résidents qui ont directement une vue sur celui-ci, mais c'est aussi un merveilleux endroit où tous les gens des environs et les visiteurs peuvent venir relaxer tout en regardant l'horizon.

Un résident du quartier Saint-Edmond confie venir régulièrement admirer le panorama que lui offre le bord de l'eau. Le site, qu'il trouve tranquille, lui procure un sentiment de calme bien apprécié. Et c'est également le cas de plusieurs autres personnes qui s'installent fréquemment sur les bancs qui bordent la rive ou encore sur les chaises longues ou de type Adirondack des deux emplacements de l'Oasis Vieux-Saint-Jean. Qu'ils soient seuls ou en famille, beaucoup se plaisent à relaxer sous les chauds rayons du soleil, et ce, au son des vagues ou des bateaux.

Chantal Brissette habite Saint-Jean-sur-Richelieu depuis environ 28 ans. Attirée par le bord de l'eau, elle s'y rend souvent pour faire du vélo, de la course ou marcher sur la bande du canal. Lorsque cette dernière n'est pas accessible, elle s'assoit sur un banc de la rive et observe le paysage. Celle qui désirerait voir plus d'aménagements pour les adultes dans

les parcs de la ville affirme toutefois qu'elle trouve les lieux beaux et tranquilles. Chantal spécifie même que si ce n'était de l'eau tout près, elle se serait certainement installée à un autre endroit. La présence de la rivière Richelieu est, à son avis, l'une des raisons pour lesquelles la ville de Saint-Jean-sur-Richelieu est aussi intéressante. Son amie Patricia, qui est en visite, le confirme: «Le cours d'eau rend les environs plutôt jolis!»

La proximité avec le bord de l'eau, qu'il s'agisse de la rivière Richelieu ou du canal de Chambly, est un petit bonus pour les Johannais. Beaucoup l'apprécient et n'hésitent pas à venir passer une partie de leur temps à l'admirer, et cela se comprend!



La marina du Nautique accueille un grand nombre de bateaux depuis plus de 50 ans.



Chantal Brissette profite d'un bel après-midi pour regarder le paysage aquatique en compagnie de son amie Patricia.



Le passage de l'écluse numéro 9 permet d'admirer l'eau et les embarcations qui empruntent le canal de Chambly.



Des bancs et des rampes d'observation permettent de prendre un moment pour regarder la rivière Richelieu et le nouveau pont Gouin.

Super Marché du Quartier au Coeur du Vieux St-Jean



SUPER MARCHÉ
du Quartier

f Tél. : 450-349-5557

371 Laurier, Saint-Jean-sur-Richelieu

PLUSIEURS VARIÉTÉS DE BIÈRES

SPECIALITÉ DE MICRO-BRASSERIE À BAS PRIX



Sac de lait Québon au prix minimum prescrit par la loi

NOUVEAUTÉ

Restaurant sur place
Pizza, sous-marins et plus

LIVRAISON À DOMICILE



VOTRE EMPLOI DE RÊVE DANS VOTRE QUARTIER ? C'EST POSSIBLE !



PLUSIEURS POSTES À COMBLER AVEC TÂCHES DIVERSES :

Journaliers : de production, à l'assemblage, opérateur de granulateur

Postes techniques: Machiniste conventionnel, Ajusteur / monteur (quart de soir), Inspecteur Qualité (quart de soir)

QUI SOMMES-NOUS

- Une entreprise en pleine expansion et établie à Saint-Jean-sur-Richelieu depuis 45 ans
- Chef de file dans le domaine de l'injection de plastique;
- Fabrication de pièces moulées en thermoplastiques, conception & fabrication de moules, texturisation
- Un équipe loyale : 25 % de notre personnel ont plus de 20 ans d'ancienneté chez nous

LES AVANTAGES

- Horaire fixe, sur semaine, sans rotation
- Environnement climatisé et propre
- Assurance collective
- Formation sur place (de base ou complémentaire selon emploi postulé)
- Reconnaissance des années de service (vacances, cadeaux)
- Temps supplémentaire souvent disponible, jamais obligatoire
- Encouragement à l'amélioration des connaissances (remboursement des frais de formation reliés au poste)

QUI ÊTES-VOUS? QUE CHERCHEZ-VOUS?

VOUS CHERCHEZ DU TEMPS PLEIN?
40 h garantie /semaine à l'année

VOUS ÊTES ÉTUDIANT, RETRAITÉ?
Nous avons aussi du temps partiel

VOUS N'AVEZ PAS D'EXPÉRIENCE?
Formation sur place

VOUS AVEZ DE L'EXPÉRIENCE?
Certains postes plus spécialisés peuvent vous convenir

VOUS ÊTES FONCEURS?
Plusieurs possibilités d'avancement

Les personnes intéressées doivent faire parvenir leur C.V.
à l'attention d'Audrey Senneville à l'adresse suivante : audrey.senneville@glphi-tech.com 450 348.4918 poste 260



VOTRE EMPLOI DE RÊVE DANS VOTRE QUARTIER ?

THERMOVISION

L'Innovation au cœur de nos activités !

Depuis plus de 20 ans, notre entreprise s'est établie une place à travers le Canada dans le domaine manufacturier de portes d'armoires de cuisine de polyester et de polymère. Nous sommes déterminés à demeurer parmi les leaders de ce marché.

Nous passons de vision à l'action en innovant constamment afin d'offrir des produits de qualité, aux tendances actuelles.

Nous avons toujours su nous démarquer par des programmes de portes d'armoires et accessoires des plus complets, simples et très appréciés des acteurs de l'industrie, qu'ils soient fabricants d'armoires et salles de bains, fabricants de meubles ou Designers.

Nos valeurs, nos «TRIPPES» sont le reflet de notre culture d'entreprise et de notre façon d'agir. Le Travail d'équipe, le Respect, l'Innovation, la Performance, le Plaisir et l'Engagement sont au cœur de nos actions et de nos relations.

Présentement, notre entreprise est en pleine expansion. Nous comptons 120 employés au sein de l'équipe. Nous recherchons des personnes motivées et dynamiques pour se joindre à notre équipe. Pour nous, le succès de l'entreprise c'est une affaire d'équipe.

Nous sommes à la recherche de

Manoeuvre et opérateur CNC

Soir - Poste temps plein permanent

Nous offrons:

- Peut atteindre 17,70 \$ dès l'embauche et jusqu'à 21,66 \$ après deux ans.
- Prime de soir
- Assurances collectives
- Fonds de solidarité avec contribution de l'employeur
- Congés mobiles, etc.



Les candidats peuvent faire parvenir leur curriculum vitae à cv@thermovision.ca

680, boul. industriel,
Saint-Jean-sur-Richelieu, QC J3B 7X4

www.thermovision.ca

>268736

Comment réussir l'entrevue téléphonique qui vous mènera à l'entrevue officielle ?

Vous êtes en recherche d'emploi et avez fait parvenir votre curriculum vitae à un certain nombre d'employeurs potentiels? Vous êtes impatient de recevoir un appel, car cela signifiera que votre candidature a attiré l'attention? Pour mettre toutes les chances de votre côté lors du premier contact par téléphone, lisez les conseils suivants !

SOYEZ PRÉPARÉ

Prévoyez le coup en effectuant quelques recherches sur chacune des entreprises pour lesquelles vous postulez. Prenez des notes que vous aurez à portée de main le moment venu, qu'il s'agisse de phrases pour vous vendre, de questions, etc. En outre, conservez votre CV à proximité et assurez-vous que votre téléphone est toujours allumé et chargé.

SOYEZ DISPOSÉ

Vous êtes contacté par courriel pour une entrevue téléphonique à une heure précise? Rafraîchissez-vous la mémoire en relisant l'offre d'emploi et en vous informant sur la compagnie puis, l'heure venue, installez-vous dans un endroit tranquille pour discuter. Vous recevez un appel sans prévenir? Si vous êtes dans des conditions favorables, décrochez sans hésiter. Autrement, laissez agir votre boîte vocale et rappelez plus tard ou décrochez et demandez à l'interlocuteur s'il peut vous contacter à un autre moment de la journée.



SOYEZ ATTENTIF

Écoutez attentivement le recruteur ou votre patron potentiel et veillez à ne pas l'interrompre. Profitez du fait que vous n'êtes pas en personne pour prendre des notes et impressionnez votre interlocuteur en utilisant ces informations plus tard au cours de l'appel.

Pour diminuer votre sentiment d'incertitude à la fin de l'entrevue téléphonique, n'hésitez pas à demander quelles seront les prochaines étapes du processus d'embauche. Bonne chance !



HÉRITAGE
Ébénisterie Architecturale

Garantir l'excellence en matière d'**ébénisterie architecturale** : voilà la mission que nous relevons avec brio depuis 1990. Notre clientèle, institutionnelle et commerciale, peut compter sur le savoir-faire et l'intégrité de nos experts, pour qui offrir un service exceptionnel est la clé du succès.

Vous souhaitez évoluer au sein d'un environnement dynamique ?

Nous recherchons actuellement :

- Technicien comptable (4 jours/sem.)
- Apprenti-ébéniste
- Ébénistes
- Débiteur
- Programmeur CNC
- Contremaître machinage (jour)
- Contremaître machinage (soir)
- Machiniste (soir)

Faire parvenir CV à l'adresse suivante :
rh@heritage-architectural.com

>268905

C'EST POSSIBLE !



Trouver un emploi, un travail en soi !

Trouver un nouvel emploi à la hauteur de vos attentes signifie y mettre des énergies et du temps. C'est parfois un travail à temps plein. Vous êtes l'architecte qui doit mettre en place les conditions gagnantes en vue de l'obtention de ce nouvel emploi.

- 1- Rédigez un CV étoffé mais concis, à jour et sans faute. Veillez à ce que votre lettre de présentation soit dynamique et reflète bien vos forces, compétences et ambitions. On ne sait jamais quel mot peut faire la différence en votre faveur.
- 2- Impliquez les membres de votre famille et vos amis. Le bouche à oreille est parfois surprenant.
- 3- Feuilletez les quotidiens et les hebdomadaires. L'hebdomadaire a bien souvent l'avantage de vous offrir des emplois dans votre région.
- 4- Consultez les sites d'emploi sur Internet. Rappelez-vous que les sites sont nombreux, mais les candidats qui postulent le sont tout autant.
- 5- Contactez les entreprises pour lesquelles vous aimeriez travailler qui sont près de chez vous. Vous économiserez sur vos frais de transport et gagnerez du temps.
- 6- Surveillez l'arrivée de nouvelles entreprises dans votre région ou encore mieux, dans votre quartier.
- 7- Soyez actif et déterminé dans chacune de vos démarches, tout en étant vrai du début à la fin. Tout ce qui sonne faux finira par vous rattraper.

Ce nouvel emploi ne tombera pas du ciel. Vous êtes l'artisan de votre réussite. L'important est d'y croire : vous êtes le meilleur candidat !



Feuilletez les journaux locaux est la meilleure façon de trouver un emploi dans votre région.



INFIRMIÈRE, INFIRMIÈRE AUXILIAIRE RECRUTEMENT SUR MESURE

À L'HÔPITAL DU HAUT-RICHELIEU

Dis-nous ce que tu cherches et on trouve un poste pour toi !



EN SAVOIR PLUS :
NOUSRECRUTONS.CA

Centre intégré
de santé et de
services sociaux de
la Montérégie-Centre

Québec





VOTRE EMPLOI DE RÊVE DANS VOTRE QUARTIER ? C'EST POSSIBLE !

Une localisation de choix

Par Émanuelle Pelletier-Guay

Quand on circule dans les quartiers de Notre-Dame-de-Lourdes et de Saint-Gérard, mais aussi dans leurs environs, on se rend rapidement compte que le secteur présente certains avantages plutôt intéressants pour ses résidents. Parmi ceux-ci, il y a la localisation de l'endroit. Situés de chaque côté du secteur industriel, à proximité de la route régionale 219 et tout près de l'autoroute 35, ces quartiers proposent des demeures judicieusement placées pour ceux qui y vivent.

À Notre-Dame-de-Lourdes, il est parfois possible de rencontrer Patrick. Emménagé dans cette zone de la ville il y a 20 ans pour demeurer à quelques minutes de marche uniquement de son lieu de travail, l'homme est heureux que ses deux garçons aient pu grandir ici. Après avoir vécu dans des villes comme Montréal et Québec, Patrick affirme ne plus vouloir quitter son emplacement actuel.

Un autre résident du secteur, qui s'y trouve depuis plus de 40 ans, mentionne avoir choisi sa maison pour sa position stratégique, car elle est située dans un espace tranquille et à une distance plutôt courte de la ville de Montréal et des États-Unis. L'aîné se fait un plaisir de dire que c'est cette proximité qui le garde sur place depuis toutes ces années.

Certains habitants du quartier Saint-Gérard bénéficient d'un autre avantage, celui de pouvoir se rendre à pied ou à bicyclette au terminus de Saint-Jean-sur-Richelieu, et ce, en tout juste quelques minutes. Pour cet homme qui travaille en informatique dans la grande ville, la faible distance qui le sépare de la station d'autobus lui permet avec joie de ne pas avoir à se procurer une voiture ni à faire lui-même le trajet dans le trafic quotidien. Une option qui fait également le bonheur d'un grand nombre d'étudiants de niveau universitaire d'ici.

Pour plusieurs Johannais, l'emplacement de leur domicile a été choisi de façon judicieuse : dans un quartier paisible, près d'une école et de commerces, à quelques minutes des grandes villes et des voisins du sud. Quels qu'aient été les critères de leur choix, ces résidents sont pour la plupart bien satisfaits de la décision qu'ils ont prise !

La rue Lanoue du quartier Notre-Dame-de-Lourdes, qui se situe non loin de grandes artères, fait preuve d'un calme enviable.



Le terminus permet à une foule de travailleurs et d'étudiants de faire la navette entre Saint-Jean-sur-Richelieu et Montréal.



Patrick adore son quartier et son voisinage.

DHL, une entreprise internationale, opère trois importants centres de distributions à St-Jean-sur-Richelieu.

Nous offrons:

- Environnement sécuritaire
- Salaires et bénéfices compétitifs
- Temps supplémentaire
- Formation cariste offerte par l'employeur
- Opportunité d'évoluer dans l'entreprise
- Équipe dynamique qui carbure aux défis et au travail bien fait!

Faites nous parvenir votre CV par courriel à:

DSC.SJSR@DHL.COM

en personne:

760 Grand Bernier, St-Jean-sur-Richelieu

DHL Supply Chain



TRAVAIL D'ENTREPÔT

Dû à notre croissance, nous avons plusieurs postes à combler en entrepôt.

Les postes offerts sont opérateur de chariot élévateur, préparateur de commandes et emballeurs.

Nous avons des opportunités sur la plupart des quarts de travail incluant les équipes de jour, soir, nuit et fin de semaine.

Nous recherchons des gens qui travaillent de manière sécuritaire, ont de l'endurance physique, sont ponctuels, assidus et débrouillards.

Avoir de l'expérience en milieu industriel est un atout. Venez nous rencontrer afin de discuter de nos opportunités et de vos expériences de travail!

Des opportunités pour des postes gestionnaires sont aussi disponibles dont Superviseur, Analyste de données et Ressources humaines.

L'utilisation du genre masculin a été adoptée afin de faciliter la lecture et n'a aucune intention discriminatoire.

Solide

de la rentrée

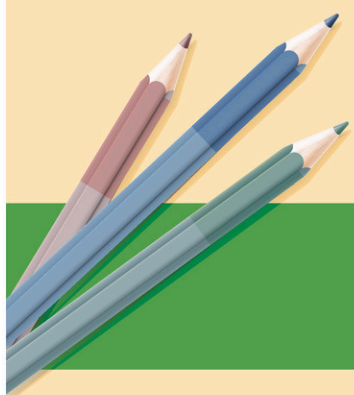
Nous payons l'équivalent des

2 TAXES

sur tous les matelas et sommiers de marque MIRABEL



Valide pour un temps limité. Détails en magasin.



Congélateur
3,5 pied cubes

199\$



Quantité limitée



Laveuse et sècheuse

1199\$

Sècheuse

- 7,2 pieds cubes
- 4 niveaux de chaleur
- Cycle délicat
- Duradrum

Laveuse

- 9 cycles de lavage
- 2 ans de garantie avec agitateur

3 pour 2
sur les vêtements



** Une seule promotion applicable sur tous les vêtements, si une autre promotion est en cours, la plus avantageuse des 2 vous sera appliquée.

Détails en magasins.

meublesetdavantage.ca

info@meublesetdavantage.ca

OUVERT 7 JOURS



FARNHAM

1555, boul. Industriel
450 293-4727

SAINT-JEAN-SUR-RICHELIEU

370, rue Laberge
450 348-0006



NOTRE MISSION :
Vous offrir le meilleur prix

UNE BANDE DU CANAL BIEN PRISÉE

Par Émanuelle Pelletier-Guay

L'une des particularités de la portion sud du quartier Notre-Dame-Auxiliatrice, c'est qu'on y trouve un accès pour s'engager sur la bande du canal. Longue de plusieurs kilomètres, la bande du canal permet aux Johannais ainsi qu'aux visiteurs de pédaler jusqu'à Chambly en empruntant les pistes cyclables. Nombreux sont ceux qui profitent de cet endroit pour pratiquer un peu d'activité physique.

Raynald Brochu, qui vient de se procurer un nouveau vélo cargo pour se balader avec ses deux jeunes filles, dit apprécier beaucoup le paysage et la vue de la rivière Richelieu. L'emplacement de l'écluse numéro 9 est également bien divertissant pour la plus vieille, car il est possible d'y admirer les bateaux, de tailles plus ou moins impressionnantes, qui circulent par ce passage. Le père affirme aussi participer à l'occasion aux courses qui ont parfois lieu sur le canal.



Raynald Brochu et sa fille se préparent pour une petite promenade à vélo.



La bande du canal permet de voir le canal de Chambly d'un côté et la rivière Richelieu de l'autre.

Parmi les gens des environs qui choisissent de passer une partie de leur temps à se promener sur la bande du canal, il y a le groupe de femmes composé de Marcelle, Michèle, Claire, Jacqueline et Laurence. Celles-ci viennent généralement marcher au minimum une fois par semaine sur la bande du canal, qui est d'ailleurs devenue leur lieu de prédilection cet été, bien que ces grandes marcheuses aient aussi fait le tour de plusieurs quartiers durant les dernières semaines. Très en forme, elles ont hâte que davantage d'activités soient organisées, car elles se disent prêtes à sortir !

Jeanine Lainesse, qui réside dans le Vieux-Saint-Jean, aime beaucoup se promener dans les alentours. Elle adore son environnement qui lui donne l'impression d'être en vacances sans même s'éloigner. La bande du canal est le site qu'elle préfère pour ses marches quotidiennes. Denis Tremblay, qui a emménagé dans le secteur au printemps dernier, affectionne particulièrement l'endroit. Il y vient chaque semaine, voire plusieurs fois par semaine. Il a eu un coup de cœur pour la végétation et la vue sur l'eau.

Outre ces Johannais, plusieurs autres familles et amis profitent du vaste espace pour bouger ou relaxer. Ils peuvent non seulement y rencontrer des gens, mais aussi bénéficier d'un lieu de vie plus près de la nature.



Marcelle, Michèle, Claire, Jacqueline et Laurence prennent plaisir à marcher dans les différentes parties de la ville.

MESSIER

Bicyclettes

Original

DEPUIS 1921 SINCE

Votre partenaire cycliste depuis 100 ans.

messierbicyclettes.ca
254, Rue Richelieu,
Saint-Jean-sur-Richelieu

450-741-7776
A+ASPIRATEUR
APLUSASPIRATEUR.COM
478, St-Jacques, St-Jean-sur-Richelieu

Ensemble d'accessoires **inclus**

Combo arrêt-départ 30'
599⁹⁵\$ rég. : 679⁹⁵\$

Combo arrêt-départ 35'
629⁹⁵\$ rég. : 699⁹⁵\$

Combo **Retraflex**
Combo 30'
849⁹⁵\$ rég. : 999⁰⁰\$

Combo 40'
879⁹⁵\$ rég. : 1 049⁰⁰\$

650 AW

CYCLO VAC

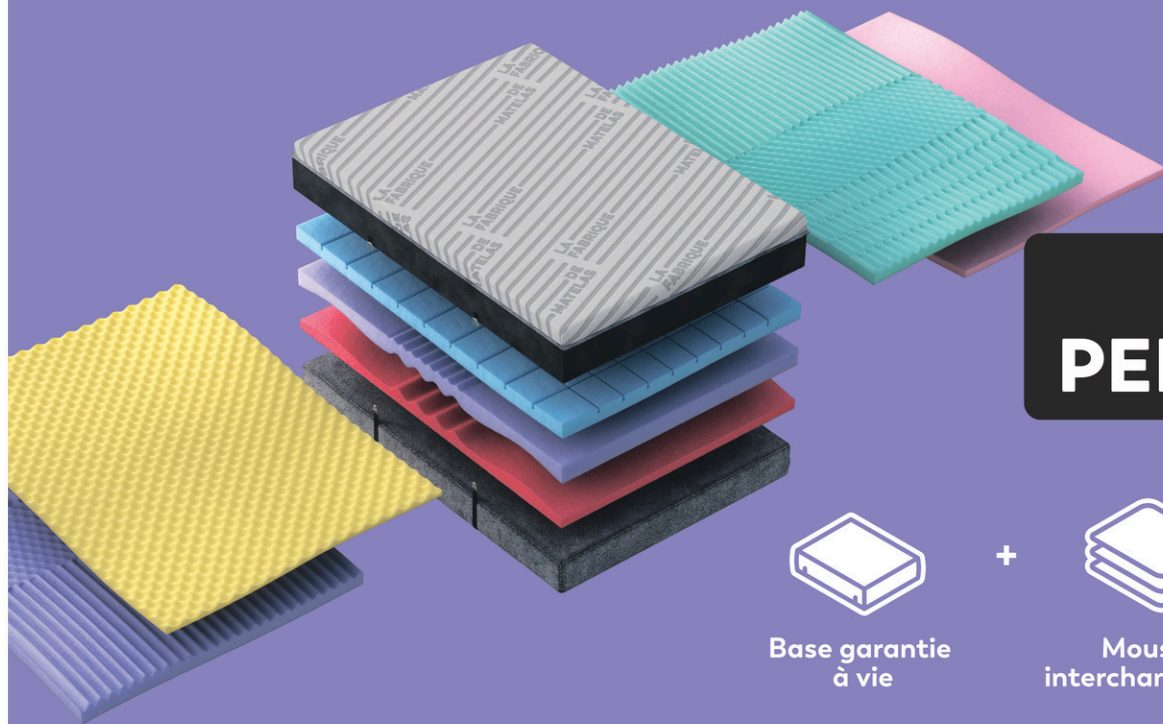
Aussi disponible :
Combo électrique

Seulement 749⁹⁵\$
rég. : 949⁰⁰\$

LA FABRIQUE DE MATELAS

Financement disponible

6^e boutique



À partir de
499\$

MATELAS PERSONNALISABLE



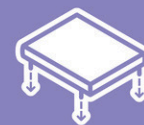
Base garantie à vie

+



Mousses interchangeables

+



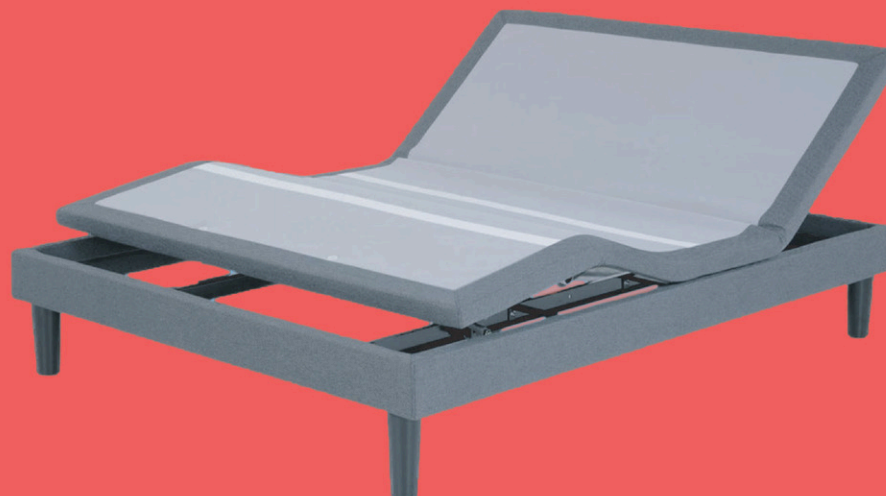
Housse amovible

=



Parfait pour vous!

LIT AJUSTABLE électrique



Queen
999\$

MATELAS VR SUR MESURE

DIMENSION ET FORME



À partir de
339\$

matelas.ca

UNE PROXIMITÉ COMMERCIALE BIEN UTILE

Par Émanuelle Pelletier-Guay

L'une des particularités de demeurer dans l'ouest de la ville de Saint-Jean-sur-Richelieu, c'est qu'on y retrouve un secteur commercial très pratique. Situés le long du boulevard Omer-Marcil, ses magasins font le bonheur de tous les Johannais des environs et qui s'y rendent sur une base régulière.

Si l'on décide de circuler d'un établissement à un autre, en allant du Bouclair au E.B. Games, par exemple, on peut rencontrer une foule de personnes de tous âges qui sont à la recherche de produits spécifiques ou qui font tout simplement leur magasinage hebdomadaire habituel. Les stationnements sont généralement bien occupés, et ce, encore plus lors des jours de fin de semaine.

Parmi les clientes, on peut retrouver Ginette Lépine. La dame vient faire son épicerie et ses autres commissions dans les environs depuis de nombreuses années déjà. Aujourd'hui, si elle continue de magasiner dans ce secteur, c'est surtout parce que c'est devenu son habitude. Ses magasins préférés sont le Maxi, le Walmart (bien évidemment très populaire) et le Michaels. Quant au restaurant, c'est le Barbies qui fait fondre ses papilles gustatives de bonheur !



Le Maxi fait le bonheur de nombreux clients avec ses bas prix et offre même un service de livraison.



Cette zone commerciale est composée de plusieurs restaurants, dont le Amir, le Sushi Shop et le Subway.

Serge, qui habite non loin, profite surtout des commerces pour faire son épicerie, le plein d'essence et quelques achats occasionnels. Le secteur lui permet de se procurer l'essentiel dont il a besoin. Et parfois, il s'offre un petit plaisir avec un arrêt au Tim Hortons.

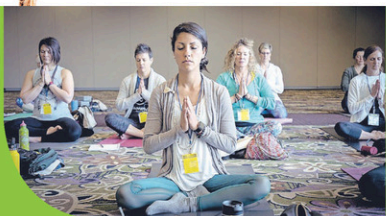
Pour Ginette Girard, employée du Walmart, l'endroit est avant tout son lieu de travail. Elle remarque que les Johannais qui se rendent sur place sont particulièrement gentils et que le coin est bien achalandé. Selon elle, les temps morts dans le secteur se font rares, un signe que les lieux ont été adoptés par plusieurs consommateurs.

Boutiques de mode, de décoration, de jeux vidéo et de matelas, station-service, pharmacie, épicerie

et banques, cette zone commerciale de Saint-Jean-sur-Richelieu est composée de pratiquement tout ce dont les résidents des environs pourraient avoir besoin. La proximité de chaque établissement constitue d'ailleurs le grand intérêt que les gens y accordent. Tout est à portée de main... et de pas !



Une station-service sur les lieux permet de faire le plein avant de repartir sur la route.



Un havre de paix au centre-ville !

Les derniers mois ont pu être une source de stress et d'anxiété pour plusieurs d'entre nous. La nouvelle réalité du moment a forcé plusieurs personnes à se questionner sur leurs habitudes de vie. Revenir à l'essentiel, simplifier le quotidien, ralentir, apprendre à vivre avec l'inconnu.

Se retrouvant maintenant seul, isolé ou avec de faibles possibilités de socialiser, l'importance d'être bien avec soi-même s'est avéré devenir essentiel pour tous.

Pour d'autres, ce fut la quantité de temps qu'ils avaient soudain sous la main qui a pu être anxiogène. Quoi faire de toutes ces heures à la maison? Durant ce tourbillon, le yoga est pour plusieurs apparu comme une nouvelle façon de maintenir son corps en mouvement tout en se détendant complètement.

Le studio Origine Yoga a été de ceux qui ont décidé d'offrir des cours de yoga en ligne gratuitement pour rendre accessible au plus grand nombre de personnes ces différents enseignements et ainsi en aider plusieurs de la communauté à garder un esprit sain dans un corps sain.

Depuis plus de 2 ans déjà, ce magnifique centre de yoga a vu le jour dans le centre-ville de Saint-Jean. Une multitude de cours y sont offerts, avec des professeurs qualifiés qui ont à cœur le bien-être de chacun de leur étudiant.

Cet automne, le studio Origine Yoga offrira une grande diversité de cours pour que tous et chacun puissent trouver une option qui convienne à son rythme, sa condition, mais surtout pour ses besoins du moment.

Des sessions de méditation avec des professeurs de renommée tels que Lise Benoit, en passant par le yoga pour le dos ou le yoga pour seniors seront des cours spécifiquement offerts pour ceux qui souhaitent prendre le temps de se détendre et s'apaiser dans le respect de sa condition physique.

Il y aura également une grande variété de cours de yoga pour la famille sans oublier nos cours de yoga plus actifs pour ceux qui ont envie de se dépasser.

Des cours pour les tout-petits et les plus grands, pour que chacun ait l'espace de venir se ressourcer et faire le plein d'énergie.



André-Claude Beaulac, Origine Yoga
204 rue Saint-Louis | 579 381.9000
www.origineyoga.ca | info@origineyoga.ca

J'attends votre appel !



LE MOIS DE SEPTEMBRE, NOUS Y SOMMES PRESQUE

Appelle-nous au Carrefour pour en savoir plus : 450 347-4717



**CARREFOUR
JEUNESSE-
EMPLOI**
comtés Iberville / St-Jean

Reprendre tes études pour obtenir ton diplôme est ta priorité pour l'automne? Informes-toi sur ce que L'Autre école peut t'offrir.



RÉSOLUTIONS
VÉLOS



Tu es sportif[ve] et curieux[se]? Tu aimes savoir comment les choses sont faites?

Viens apprendre les rouages de la mécanique de vélos!

Début le 21 septembre

monbouleau

Tu es créatif[ve]? Tu as une soif d'apprendre? Tu adores l'odeur du bois? Tu as un intérêt pour les travaux manuels et tu cherches un emploi rémunéré? Viens t'inscrire à Mon Bouleau et le pin, le frêne et le merisier n'auront plus de secrets pour toi!

Début le 14 septembre

espace SESAME



Tu cherches ce qui te conviendrait comme emploi? Viens te découvrir et prendre connaissance de ta palette de couleurs à travers l'art visuel.

Début le 14 septembre

Toutes ces formations te permettront d'accéder à un emploi en fonction de tes compétences. Tu recevras une allocation de 425\$/semaine pour 32.5h/semaine. Places limitées, fais vite!



VOX POP

Question posée : **Quel est votre endroit coup de cœur dans le secteur ?**



Florence et de Damien Boucher

Réponse de Florence et de Damien Boucher :

F.B. : *J'aime les grandes chaises longues et les peintures sur la Place publique du Vieux-Saint-Jean.*

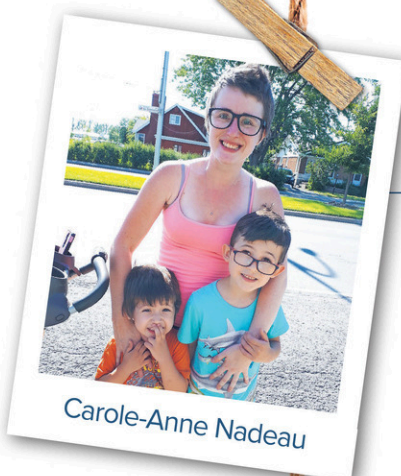
D.B. : *J'aime le mur de fleurs et l'ombre des grandes voiles!*



Mylène Hamel

Réponse de Mylène Hamel :

J'adore la rue Richelieu au complet! C'est beau, attrayant, et il y a plein de petits restaurants locaux.



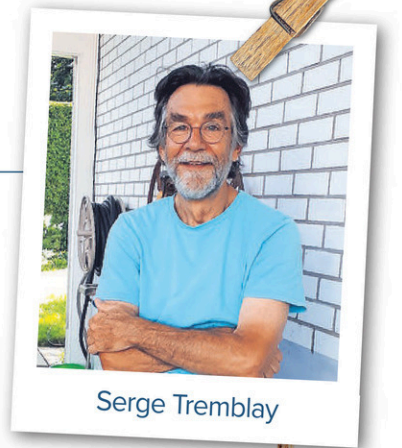
Carole-Anne Nadeau

Réponse de Carole-Anne Nadeau :

L'endroit que je préfère, c'est le site de l'International de montgolfières. On essaie d'y aller souvent avec les enfants quand c'est possible.

Réponse de Serge Tremblay :

J'affectionne particulièrement les rues résidentielles du quartier pour faire mon jogging. C'est très tranquille!



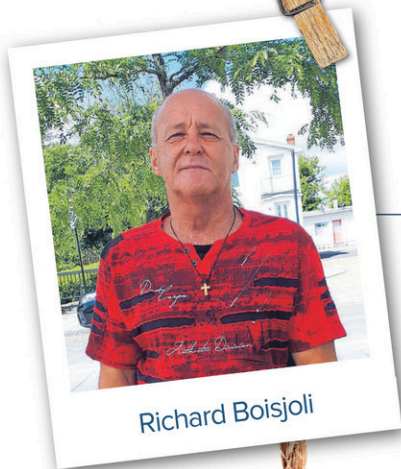
Serge Tremblay

Réponse de Marie-Pier Blanchard :

Mon coup de cœur, c'est la boutique Petit Roy. J'y vais pour acheter les chaussures de mes deux enfants.

Réponse d'Émilie Roy-Bernatchez :

Mon coup de cœur, c'est l'Oasis, que je trouve très génial. Cette bonne idée est conviviale, autant de jour que de soir!



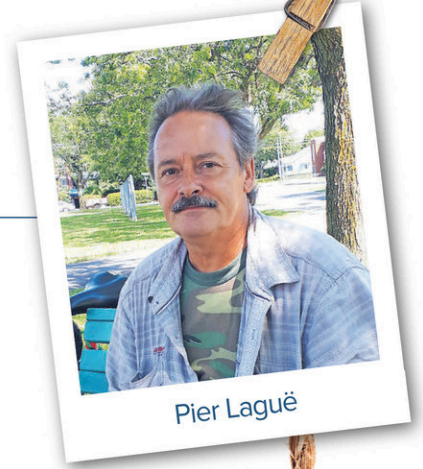
Richard Boisjoli

Réponse de Richard Boisjoli :

Je trouve l'Oasis bien le fun! C'est agréable, il y a de la musique et c'est l'endroit parfait pour manger un morceau.

Réponse de Pier Laguë :

Je n'aime pas un endroit en particulier, mais le centre-ville en général. Je m'y rends tous les jours, et souvent en vélo.



Pier Laguë

GRANDE VENTE FIN DE SAISON



**SACOCES • FOULARDS
PORTE-MONNAIE**

La Sarnonerie ENR.
DEPUIS 45 ANS

450 347-1867
761, rue St-Jacques,
Saint-Jean-sur-Richelieu
(situé près du boul. Industriel)

>268628

**GARAGE
H.O.P. Inc.**

Richard Ouimette

Mécanique générale
SPÉCIALITÉ MAZDA

Tél.: 450 347-1636
270, rue Richelieu
Saint-Jean-sur-Richelieu
Québec J3B 6Y4

>268851

**LAVE
AUTO**
FAIS MOI LA RELUIRE

**Lavage - Compound
Esthétique Automobile**

**Auto - Moto - Bateau
Camion - Avion**

129, Bouthillier,
Saint-Jean-sur-Richelieu

**SUR RENDEZ-VOUS
514 898-2464**

>268517

IG

Auto Parts Plus.

**PIÈCES D'AUTO
ST-JEAN INC.**

650 de Dijon, Saint-Jean,
Québec J3B 8G3

Tél.: 450 348-3871
Fax : 450 348-0133
www.pastjean.com

>268494



Marché Laplante IGA
420, 2^e AVENUE,
SECTEUR IBERVILLE
450 347.6411



IGA Pro 40
435, 9^e AVENUE,
SECTEUR IBERVILLE
450 358.2804



IGA Gladu
400, BOUL. SÉMINAIRE NORD,
SAINT-JEAN-SUR-RICHELIEU
450 349.2878



PRUDENCE DANS LES ZONES SCOLAIRES

Le Service de police de Saint-Jean-sur-Richelieu (SPSJSR) tient à vous rappeler que le retour en classe arrive à grands pas. Le SPSJSR sera présent pour assurer la sécurité de nos élèves et faire respecter les règles de sécurité routière dans les zones scolaires. Il est très important de respecter la signalisation des autobus qui doivent arrêter fréquemment.

ÉCOLIERS EN AUTOBUS

Le plus grand risque pour la sécurité des enfants se trouve à l'extérieur de l'autobus scolaire et provient soit de l'autobus lui-

même, soit de la circulation environnante. Quand un autobus scolaire a activé ses feux intermittents ou son panneau d'arrêt, il faut s'immobiliser à plus de 5 mètres, qu'on roule dans la même direction que l'autobus ou dans le sens inverse.



**En cas d'infraction,
le contrevenant peut avoir :**

- une amende de 200\$ à 300\$
- 9 points d'inaptitude

ÉCOLIERS PIÉTONS

Pour garantir la sécurité de nos écoliers pié-tons, les automobilistes doivent redoubler de prudence et faire preuve de courtoisie.

Ils doivent également :

- respecter les aires réservées aux autobus scolaires;
- arrêter le véhicule aux endroits désignés par l'école;
- respecter les limites de vitesse;
- surveiller la présence d'enfants dans les passages pour piétons et autour de l'école;
- respecter les signaux du brigadier scolaire, qui assure la sécurité des enfants.

Plusieurs surveillances sont déjà prévues pour le retour en classe.

**BONNE
ANNÉE SCOLAIRE
À TOUS !**



Texter au volant ? Faites une croix là-dessus.



+



=

TOLÉRANCE ZÉRO

Société de l'assurance
automobile

Québec





VIE de QUARTIER

présenté par



CONCOURS

PLUSIEURS COMMERÇANTS DU COIN S'UNISSENT POUR VOUS GÂTER!

PLUS DE **10 000\$** À GAGNER

BONNE CHANCE À TOUS!

2000\$

chez



1500\$

chez



1500\$

chez



1500\$

chez



1000\$

chez



1000\$

chez



1000\$

chez



750\$

chez



375\$

chez



200\$

chez



UN FINALISTE PAR SEMAINE

LE TIRAGE AURA LIEU LE 2 NOVEMBRE 2020

Les finalistes seront annoncés dans la page *Bell Nouvelle* du journal *Le Canada Français* à chaque semaine, jusqu'à la fin du concours

* Surveillez les éditions du journal *Le Canada Français* des 17 septembre, 8 octobre et 22 octobre pour les autres coupons de tirage.



VIE de QUARTIER

CONCOURS
COUPON DE TIRAGE

Nom : _____

Adresse : _____

Tél. : _____

Courriel : _____

POUR PARTICIPER, C'EST SIMPLE!

- 1) Sur notre site Web : www.canadafrancais.com/concours
- 2) En remplissant le coupon de tirage et en allant le porter dans une boîte de tirage qui se trouve dans l'un des trois IGA participants.



Marché Laplante IGA
420, 2^e AVENUE,
SECTEUR IBERVILLE
450 347.6411



IGA Pro 40
435, 9^e AVENUE,
SECTEUR IBERVILLE
450 358.2804



IGA Gladu
400, BOUL. SÉMINAIRE NORD,
SAINT-JEAN-SUR-RICHELIEU
450 349.2878

*Tous les règlements du concours sont disponibles sur notre site Web : www.canadafrancais.com/concours et au bureau du journal *Le Canada Français* au 315, rue MacDonald, bureau 250 à Saint-Jean-sur-Richelieu.

À Saint-Jean-sur-Richelieu, tous les citoyens et citoyennes méritent une qualité de vie d'exception. La Ville place donc au premier plan l'aménagement d'espaces de vie pour se divertir, se détendre et s'émerveiller, et ce, en toute sécurité.

Se détendre ou s'amuser dans un parc. S'imprégner du riche patrimoine. Poursuivre des études jusqu'à l'aube de l'université dans sa propre ville. S'entraîner en plein air dans un parc tout près de chez soi. Avoir le privilège d'observer la nature dans toute sa splendeur dans un parc naturel au cœur de la ville. Profiter des joies de la rivière et des pistes cyclables, de l'animation du centre-ville. Tout cela et encore plus! **Allez, il ne reste plus qu'à vous approprier cette ville qui est la vôtre!**



VILLE DE
SAINT-JEAN-
SUR-RICHELIEU

*Votre quartier. Votre ville.
Votre milieu de vie.*



Pour en savoir plus sur les services à votre disposition: ✨ SJSR.CA



CONSEIL D'EXPERT

par Mélanie Mercier



Les 7 astuces de Mélanie, pour un plafond réussi!

Le plafond est une des surfaces de la maison qui comporte le plus de particularités lorsqu'un veut le peindre. L'enjeu est de contrôler le séchage. En effet, un séchage trop rapide laissera paraître les coups de rouleaux. Avec ces astuces, vous n'aurez plus de problèmes de plafond « bariolés ».

1- Couche de fond

À moins qu'il ait été peint récemment, le plafond est possiblement « trop poreux », soit parce qu'il est resté sur le primer depuis longtemps ou qu'il a été peint depuis un grand nombre d'années. Si c'est le cas, on aura l'impression que la peinture sèche au fur et à mesure qu'on l'applique. L'application d'une couche de fond appropriée viendra sceller la surface.

2- Quantité de peinture

Mesurez votre plafond et assurez-vous d'avoir la quantité de peinture requise pour le projet en considérant le nombre de couches. Si vous « étirez » la peinture, vous aurez une couche trop mince, qui séchera trop vite et vous causera des ennuis.

3- Les bons accessoires

Un pinceau synthétique de qualité est requis pour le découpage et un rouleau sans charpie ou en microfibres à poils longs (15mm ou plus) vous permettront de mettre une quantité suffisante de peinture sur le plafond.

4- Retardateur de séchage

Une peinture mate pour murs est formulée pour sécher rapidement, alors qu'on veut que le plafond ne sèche pas trop vite. Des retardateurs existent pour vous permettre d'allonger le temps de séchage et vous éviter des problèmes.

5- Peinture pour plafonds

Pour de très grands plafonds ou des plafonds très éclairés, le retardateur ne suffit pas et il faut opter pour une peinture formulée spécialement pour les plafonds. Le temps de séchage de ces produits est ajusté et ce sont les peintures les plus mates sur le marché.

6- Fermer les fenêtres, baisser le chauffage

Au moment de peindre, fermez les fenêtres et baissez un peu le thermostat, juste pour assurer que le chauffage ne se mettra pas en marche pendant le projet. La chaleur monte et fera sécher la peinture des plafonds trop vite.

7- Commencer devant la fenêtre

Faites votre découpage en entier, sans laisser une bordure trop épaisse. Ensuite, divisez mentalement le plafond en carrés d'environ 5 pieds par 5 pieds. Roulez le plafond en commençant avec le « carré » devant la fenêtre la plus éclairée et roulez tous les carrés, sans pause, en chevauchant d'environ une demi-longueur de rouleau sur le carré déjà peint, avant qu'il ne commence à sécher. Ne revenez pas sur des zones déjà peintes, faites confiance au séchage.

Pour tout projet, n'oubliez pas de travailler de façon sécuritaire. Pensez à porter des lunettes de sécurité pour protéger vos yeux des gouttelettes, non pas de Covid cette fois, mais bien de peinture et assurez-vous que la pièce est bien dégagée et que vous ne risquez pas de trébucher...



EN VEDETTE



ALEXIS RAYMOND

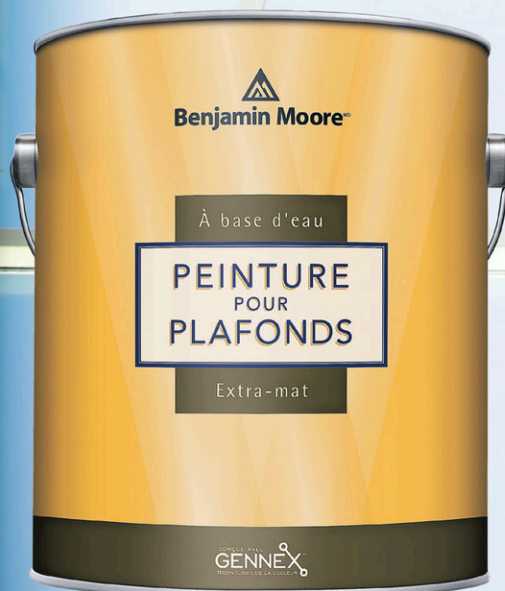
Étudiant en Gestion de commerces, Alexis Raymond est notre passionné qui a toujours une histoire à raconter. Il est particulièrement friand de tout ce qui est motorisé ! Les voitures et les bateaux, ça l'allume !

Les pompes pour pulvériser la peinture ? Bien sûr que c'est à moteur ! Venez voir Alexis pour qu'il vous en parle !

Saviez-vous qu'Alexis est déjà un cinéaste d'expérience ? Il sera le créateur des capsules vidéo que nous vous présenterons sur le site web au cours des mois à venir !



Benjamin Moore®



Peinture à base d'eau pour plafonds ULTRA MAT (K508)

- Fini ultra mat
- Sans éclaboussures
- Aucun COV même après l'ajout de colorant



1075, boul. du Séminaire Nord, Saint-Jean-sur-Richelieu
450 348-2323 • peinture-mercier.ca

