MERCREDI 22 MARS 2017 | VOL. 20 | NO 11 |

Accès
LE Journal des Pays-d'en-Haut

DOSSIER JEUNESSE D'AUJOURD'HUI

JEUNESSE SACRIFIÉE ?

PAGES 15 À 18
ET 39 À 40



CHRONIQUE D'UN X
L'ÉCOLE QU'OSSA DONNE?
PAGE 5

LA CHRONIQUE À MIMI
SCANDALES ET CORRUPTION
PAGE 8

CHRONIQUE 55+
QUE LA FORCE SOIT AVEC TOI!
PAGE 13

DUPONT & GIGNAC
CLINIQUE AUDITIVE - AUDIOPROTHÉSISTES
Entendez bien. Vivez mieux!
450 431-2185

AVEZ-VOUS ENTENDU
LA BONNE NOUVELLE?
Lisez-la en page 10

Jean Coutu
GALERIES DES MONTS
SAINT-SAUVEUR | 450 227-8488
Comptoir postal • Photo passeport • Livraison



PORTES
OUVERTES

DIMANCHE
26 MARS ET 30 AVRIL

13H À 16H

« **ICI ON S'AMUSE BEAUCOUP** et la nature est à ma porte »

VALÉRIE LUCAS
CONSEILLÈRE EN HÉBERGEMENT

Les Résidences du Manoir de la Vallée

100, AVENUE MONT-MOLSON, SAINT-SAUVEUR
450 240.1333

VENEZ NOUS VISITER ! 7/7

COMPLEXE IMMOBILIER POUR RETRAITÉS ACTIFS
APPARTEMENTS ET CHAMBRES EN LOCATION

MEMBRE DU GROUPE
Les résidences du MANOIR

UN CHOIX DE 5 RÉSIDENCES AU CŒUR DES LAURENTIDES

Manoir de la Vallée	Manoir de la Falaise	Manoir Quatre Saisons	Manoir Sainte-Adèle	Manoir Saint-Adolphe
SAINT-SAUVEUR	SAINT-SAUVEUR	SAINTE-AGATHE-DES-MONTS	SAINTE-ADÈLE	SAINT-ADOLPHE-D'HOWARD
450 240-1333	**450 227-5994**	**819 326-8264**	**450 229-4611**	**450 226-1168**

1 877 333-0933 | residencesdumanoir.com

PHOTO: MICHEL KIEFFER



TRAVAUX À SAINT-SAUVEUR

Rencontres d'information

Accès – Les travaux de réfection de la rue Principale, entre les avenues de la Gare et des Seigneurs, débuteront bientôt.

Afin que les commerçants et les propriétaires qui sont situés ou ont un immeuble situé sur le tronçon de la rue Principale touché par les travaux, soient bien informés de la nature des travaux, de leur durée et des entraves et inconvénients qui en résulteront, sont invités par la Ville à participer à l'une des deux rencontres d'information qui se tiendront les mercredi 22 mars à 18 h et jeudi 23 mars à 8 h 30.

Ces rencontres auront lieu à la salle du conseil municipal située à l'hôtel de ville au 1, place de la Mairie à Saint-Sauveur.



SAINTE-ADÈLE

Semaine des Écoles Hôtelières du Québec

Accès – L'École Hôtelière des Laurentides (ÉHDL) participe à la Semaine des Écoles Hôtelières du Québec en partenariat avec la Tablée des Chefs.

Cette expérience culinaire à saveur sociale se tiendra le 24 mars prochain, à l'ÉHDL, établissement basé à Sainte-Adèle. Cet événement permettra aux étudiants de produire 10 000 portions de pain de viande, qui seront ensuite redistribuées à travers les Banques alimentaires du Québec qui en ont bien besoin.

C'est aussi l'occasion d'encourager les élèves et de rencontrer un représentant de la Tablée des Chefs, les chefs enseignants, la directrice de l'ÉHDL, ainsi que la présidente et la vice-présidente du conseil des commissaires.



CLUB OPTIMISTE DE LA VALLÉE DE SAINT-SAUVEUR

Inspirer le meilleur chez les jeunes

Accès – Le Club Optimiste de Saint-Sauveur (nommé depuis de la Vallée de Saint-Sauveur) a été fondé il y a 42 ans, par le curé Jean Adam et une quarantaine d'hommes d'affaires. Cet OBNL organise et subventionne des activités pour les jeunes, afin de leur permettre de développer leurs personnalités. « Ski Jeunesse », la première activité de l'année, vient de se terminer, au Mont Habitant et au Sommet Morin-Heights. Cette année plus de 150 enfants de 6 à 14 ans, parrainés par le Club Optimiste, étaient inscrits pour les 10 leçons de ski ou planche, se terminant par une course chronométrée lors de la onzième semaine. La remise des médailles et prix a eu lieu récemment à ces deux centres de ski de la région.



COOP DES 4 PÔLES

Spectacle d'Yvon Boutin

Accès – La Coop des 4 pôles organisera un spectacle avec le conteur d'histoire Yvon Boutin afin de souligner la clôture de sa saison hivernale de skis de fond, raquettes et fatbikes.

Ce spectacle se déroulera le 25 mars prochain, à compter de 20 heures, au 160, rue principale à Wentworth-Nord.

Le coût d'entrée est de 20$ et servira entre autre à soutenir cette coopérative dans ses activités.

Pour obtenir plus d'informations et réserver : Hélène Chartier, Coop des 4 Pôles, 160, rue Principale Wentworth-Nord.

Tél : 450 226-2428.

Info@coop4poles.com.
Site internet : www.coop4poles.com.



Je suis 4MATIC, chez Franke Mercedes-Benz.

Je suis votre Mercedes-Benz 4MATIC à rouage intégral. Votre véhicule qui vous amène à votre destination avec un sourire.

CLA250 4MATIC 2017 démo, ensemble haut de gamme, caméra de recul, toit ouvrant, Apple Car play et avertisseur d'angle mort. Prix total : 38 240$**

Taux à la location
2,9 %**
Bail de 48 mois

A partir de
399 $**
Paiements mensuels

0 $* Versement initial + Pneus d'hiver inclus

Mercedes-Benz

Franke Mercedes-Benz • Ouvert les samedis • 1751 rue Principale, Ste-Agathe-des-Monts • 1 888 480-9075 • mercedes-benz-franke.ca

*© Mercedes-Benz Canada Inc. Véhicule montré ci-dessus; WDDSJ4GB3HN399298 : CLA250 Coupe 4MATIC 2017 prix total des offres de location et de financement basées sur cette CLA250 4 matic 2017, disponibles uniquement par l'intermédiaire de Services financiers Mercedes-Benz sur approbation du crédit, pendant une durée limitée. *Prix total 34268.72 $ MSRP pour le véhicule annoncé, plus toutes taxes applicables et frais de concessionnaire applicables. **Exemple de location basé sur 399.$ par mois pour 48 mois avec versement initial de 0$. Première mensualité plus dépôt de garantie de 500.$ et taxes applicables dus à la date d'entrée en vigueur du bail. PDSF à partir de 43840. $. Taux de location annuel de 2,9%. Obligation totale: 22020.$ Kilométrage limité à 18 000km/an (des frais de 0,20 $/km supplémentaire s'appliquent). Frais d'immatriculation, d'enregistrement et d'assurance, ainsi que taxes en sus. Les offres peuvent changer sans préavis et ne peuvent être jumelées à aucune autre offre. L'offre prend fin le 30 mars 2017.

GILLES DAZÉ

55 ans d'enseignement de ski

THOMAS GALLENNE – L'histoire de Gilles Dazé n'est pas banale, mais elle était pourtant écrite dans le ciel quand on sait que, dès l'âge de trois ans, il dévalait la côte enneigée à côté de la maison familiale au lac Millette à Sainte-Adèle. « Par la suite, j'ai skié à la station Sun Valley qui se trouvait proche de chez nous. »

En 1962, à l'âge de 15 ans, Gilles va faire une rencontre déterminante. « Le directeur de l'école de ski Ben Lépine est sorti de sa boutique de ski et m'a dit : "Je t'ai vu skier. T'as l'air pas mal bon, puis je manque de moniteurs ce matin. Tu as un groupe de 14 élèves de 8 à 9 ans." Sauf que le groupe ne parle pas français. Je leur ai dit : "*Follow me. Do this and do that.*" Ça venait de commencer pour une longue carrière d'enseignement », se souvient-il.

Par la suite, il lie amitié avec Gerard Siegmann, propriétaire de la station, Jano Whitty et Alan Last avec qui il va encore souper aujourd'hui une fois par mois. « Durant cette période, je fus initié par Gilles Parent, guide de montagne à l'escalade de roche à Val-David ainsi qu'à l'ascension du mont Washington durant quatre années consécutives pour le ski en altitude et très pentu. »

En 1971, il rencontre un Américain à Sun Valley, lequel tombe sous le charme du ski. « Deux mois plus tard, il m'envoie un contrat pour enseigner le ski et gérer sa boutique de ski à Beech Mountain en Caroline du Nord. J'y suis resté pendant un an. »

À son retour, il contacte une élève qui travaillait à Air France pour organiser des voyages de ski en Europe, ce qu'il fera durant neuf ans. En 1973, Gilles se lie d'amitié avec un autre Américain, celui-ci de Philadelphie, Mike Mc Ginn. « En 1978, je le *coache* pour qu'il passe son niveau 1 de l'Alliance des moniteurs de ski du Canada dont je faisais moi-même partie en tant que niveau 3 depuis 1970. Il est par la suite devenu directeur de l'école de ski Big Boulder en Pennsylvanie.

DU SKI À LA POLICE

En 1973, Gilles Dazé rejoint la Sûreté du Québec. « J'y ai travaillé comme patrouilleur, enquêteur et formateur à l'École nationale de police à Nicolet. Je m'organisais pour concentrer tous mes congés durant l'hiver. » En 1976, un des superviseurs du Mont Saint Sauveur, Pierre-Paul Rodrigue, rencontre Gilles Dazé et lui demande d'enseigner pour l'école de ski de soir de la Fraternité des policiers



PHOTO : COURTOISIE



de Montréal. Ce qu'il accepte. « Nous avons tellement travaillé qu'en 1989, nous avions 700 élèves chaque mardi soir à la montagne. Je m'occupais d'engager 85 moniteurs de ski, ce qui n'était pas toujours évident. Je suis resté avec eux pendant 20 ans. J'ai aussi créé l'École de ski des pompiers de Montréal où je suis resté pendant 12 ans. »

En 1980, il travaillera au Mont Saint-Sauveur comme superviseur. « J'y ai donné des cours, des sessions aux moniteurs, aux pré-moniteurs, préparé des moniteurs pour leur premier niveau d'enseignement de l'Alliance des moniteurs de ski du Canada. J'ai d'ailleurs donné de la formation niveau 1 pendant 25 ans dans les stations de la Vallée de Saint-Sauveur. »

En 1982, il se marie à Lise Bourgie, une « vraie skieuse », selon lui. « Nous avons eu deux filles qui ont 31 et 33 ans et qui vivent des sports de glisse en Alberta et en Colombie-Britannique. Je remercie ma conjointe d'avoir été si patiente durant mes nombreuses heures d'enseignement! »

En 2006, Gilles se joint au Musée de ski des Laurentides duquel il devient président six ans plus tard.

Avec son conseil d'administration, il organise des tournois de golf et met sur pied le *Hall of Fame* à la station Mont Saint-Sauveur. « Nous avons intronisé des skieurs, des moniteurs, des *coachs* de ski, des bâtisseurs, et ce, depuis 32 ans. Nous en avons 156. Le travail fut ardu afin de récupérer, chaque mois d'octobre, au-dessus de 80 cadeaux, chèques-cadeaux et autres pour l'encan silencieux. Et tout cela n'aurait pu être accompli sans l'aide précieuse des bénévoles et des membres du conseil d'administration. »

Depuis cinq ans, M. Dazé donne uniquement des leçons privées. « L'enseignement du ski durant 55 ans nécessite différentes qualités : persévérance, empathie, complicité, bonne humeur pour aider les personnes à s'améliorer. Je remercie toutes les personnes qui m'ont permis de transmettre ma passion : les familles Hébert et Dufour, le comité de direction des Sommets, ainsi que tous les directeurs de mon école de ski, dont Suzanne Bergeron, Georges Dufour, Sylvain Pelletier, Michel Lamothe et Chistopher Jean », conclut Gilles Dazé, qui a bien l'intention de vivre sa passion encore longtemps.





Chronique d'un X

PAR **JEAN-CLAUDE TREMBLAY**

L'ÉCOLE, QU'OSSA DONNE?

MARI, PÈRE ET FILS. X DE GÉNÉRATION, HOMME D'AFFAIRES DE PROFESSION. REBELLE SENSIBLE ET CONSTRUCTIF, ARDENT DÉNONCIATEUR D'INJUSTICES. PROTECTEUR DES MIENS, ÉTERNEL LAURENTIEN. AMOUREUX DE LA PLUME ET CONTRIBUTEUR À EN DEVENIR, SOUHAITANT MÉRITER L'ATTENTION DES LECTEURS QUI LE DÉSIRENT.

Les familles, elles, sont tantôt éclatées, souvent reconstituées, et résolument renouvelées. De la clé dans le cou jusqu'à l'enfant roi, les générations se suivent, mais ne se ressemblent pas.

L'environnement, lui, est publicité. Il est médiatisé. Il est surexcité. Il est performance et anxiété. Il est essoufflé.

Le système d'éducation, lui, est usé. Il est ignoré par des parents désengagés, animé par des éducateurs débordés, modifié par des élites déconnectées, subi par des jeunes humains en quête de nouveauté. Ultimement, il est dépassé par une nouvelle réalité.

Si nous étions en 1968, le grand Deschamps nous ferait sûrement réfléchir en nous demandant : « L'école, qu'ossa donne? ».

Un peu plus de 100 ans avant l'Osstidcho s'amorçait la révolution industrielle, qui allait bouleverser le monde, d'hier à aujourd'hui.

Chemin faisant, il fut une époque où l'objectif en Occident était de fournir en main-d'œuvre l'industrie. Depuis longtemps, le modèle d'éducation est à la remorque de la société, au lieu d'en être le fondement, malgré les doléances des élus, qui argueront le contraire sûrement.

À preuve, le fonctionnement scolaire était calqué sur la réalité d'un travailleur d'usine. Le système remplissait ainsi son mandat de conditionner ses adhérents au régiment du 8 à 5, aux pauses à heures fixes, au son de la cloche à la Pavlov, au modèle d'obéissance maître-élève (patron-employé). Nous formions donc des employés, et non des écoliers. En langage chic d'aujourd'hui, on appellerait ça des vieux paradigmes. Est-ce moi où les choses ne semblent guère avoir changé ?

Bienvenue dans une nouvelle ère, une sans frontières. En ces temps de surperformance, où la collectivité ne sait plus où mettre les pieds, où elle ne sait plus comment danser, ne devrions-nous pas nous questionner? Dupuis frères n'est plus, Eaton non plus, leurs semblables ne tarderont plus. Les modèles économiques traditionnels ont été remplacés, et le système scolaire, lui, peine à évoluer.

Nos jeunes n'apprennent plus de la même façon et, pourtant, nous pressons toujours le même vieux citron.

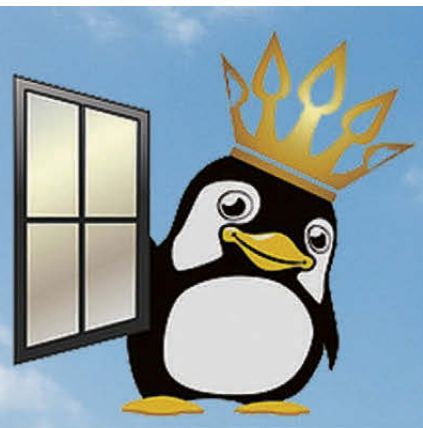
Aujourd'hui, vous pouvez apprendre l'allemand sur votre téléphone intelligent à Saint-Colomban, étudier à Harvard de votre ordinateur à Saint-Sauveur – toutes les connaissances et le savoir-faire sont accessibles en quelques clics. L'Internet ne coûte pas 17,2 milliards par année, on doit donc se questionner sur la nouvelle manière de soi-disant éduquer. Chose certaine, je crois que le tout devra s'articuler autour du savoir-vivre et du savoir-être, dans notre culture où il fait trop souvent bon paraître. L'école doit devenir une référence comme jamais auparavant, un lieu culte, un lieu de rassemblement. Un endroit amusant, inspirant, et invariablement stimulant.

Approche inspirée de Waldorf, de Pikler-Loczy ou de Montessori ? Finlandais comme environnement ? …Où il fait bon décrocher à moins de 1 %? Au régulier, école spécialisée, en format alternatif ou au privé? Il faut définitivement se le botter : rien ne doit être écarté pour assurer notre pérennité. Il est grand temps de se lancer et de tester, arrêtons de tergiverser. Inspirons-nous des meilleurs, mais utilisons notre créativité de bâtisseurs.

Pendant que nous nous entredéchirons, à coups de table ronde plutôt carrée, le bateau a percuté le glacier et est en train de couler. Nous? Eh bien nous, nous sommes en train de tranquillement le peinturer. Il est grand temps de laisser l'eau coulée, et de quitter avec le bébé.

Nous n'avons pas besoin d'un autre plan quinquennal ni d'une autre réforme qui finit toujours par nous faire mal. Nous avons besoin d'une toute nouvelle vision, de rien de moins qu'une révolution. Une à hauteur de nos ambitions, à l'image de ce que nous voulons, et surtout, de ce que nous méritons.

VOUS SOUHAITEZ RÉAGIR ? ÉCRIVEZ AU JOURNAL À **REDACTION@JOURNALACCES.CA** OU À L'AUTEUR: **JCTREMBLAYINC@GMAIL.COM**



PORTES & FENÊTRES IMPERIAL

MANUFACTURIER • OUVERT AU PUBLIC

VISITEZ NOTRE SALLE DE MONTRE IMPRESSIONNANTE À PIEDMONT

Profitez du programme RÉNOVERT

Rénovez ! Épargnez !

20% en crédit d'impôt

avec une entente signée avant le 31 mars. Installation avant le 30 septembre 2017

APPELEZ DÈS MAINTENANT !

INSTALLATION PROFESSIONNELLE

NOS PRODUITS SONT EXCLUSIFS ET CERTIFIÉS

ENERGY STAR

NOUS SOMMES VERT

INVESTISSEZ DANS VOS FENÊTRES POUR LA DERNIÈRE FOIS

RÉCIPIENDAIRE DU PRIX 'OR' EN DÉVELOPPEMENT DURABLE

VENEZ VIVRE UNE BELLE EXPÉRIENCE !

Service personnalisé à domicile – estimation gratuite !

FENÊTRES - PORTES - PORTES PATIO - PORTES DE GARAGE

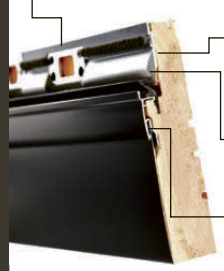
PROMOTION PRINTANNIÈRE

PORTES EN FIBRE DE VERRE

BIEN PLUS QU'UNE BELLE PORTE !

DURABILITÉ - ISOLATION - SÉCURITÉ

LA PRÉPARATION DE LA SERRURE EN USINE GARANTIT UNE FINITION IMPECCABLE ET UNE FERMETURE ÉTANCHE.



À L'INTÉRIEUR, LE RECOUVREMENT EN ALUMINIUM EXTRUDÉ ASSURE UNE SÉCURITÉ OPTIMALE.

TRIPLE COUPE-FROID POUR LES TEMPÉRATURES EXTRÊMES.

À L'EXTÉRIEUR, UN PROFILÉ D'ALUMINIUM RETIENT LE RECOUVREMENT ET GARDE LES JAMBAGES ALIGNÉS.

Commandez une porte EDGE ou NOVOBOIS avec clenche TAVARIS ou équivalent et améliorez GRATUITEMENT pour une quincaillerie multi-point ALEGRO ou CAPRIS

Une valeur de 200 $

579 995-0152 | 690 Chemin Avila, Piedmont | www.portefenetreimperial.com | R.B.Q. 5638-8168-01

5 À 7 VISITE D'ENTREPRISE

Découverte d'un concept unique dans les Laurentides

ACCÈS – Mars étant le Mois de la nutrition, la Chambre de commerce du grand Sainte-Agathe poursuivait ses activités de réseautage sous cette thématique en invitant ses membres à ce 5 à 7 en entreprise, le mardi 14 mars, pour visiter une toute nouvelle entreprise sur le territoire.

Pour ceux qui auraient oublié, le 14 mars était la journée de la tempête de l'année. Qu'à cela ne tienne, un grand nombre de membres avaient bravé le froid pour venir rencontrer la dynamique Catherine Hamé et son équipe au Dépanneur Charbonneau et Cuisine des Pays-d'en-Haut pour découvrir ce concept de cuisine collective, la seule dans les Laurentides.

Mme Hamé, qui est diplômée en droit de l'Université d'Ottawa, a présenté son parcours et les raisons de son retour au bercail. Étant la fille d'un entrepreneur bien connu dans la région, on comprend mieux ce changement de cap. Cet espace qui, autrefois, était une boulangerie et par la suite occupé comme espace traiteur pendant de nombreuses années par sa mère, est maintenant une cuisine de catégorie C1, la plus haute cote du MAPAQ.

« Je disais à ma mère qu'elle devait changer son concept d'affaires, mais elle n'était pas du tout convaincue », a raconté Mme Hamé. Celle-ci se dit très chanceuse de tout le support qu'elle a eu des nombreux intervenants économiques du territoire, sans compter le support de son conjoint qui a conçu le site Web de l'entreprise. Cet élément lui permet de gérer efficacement les demandes de location de la cuisine, et de la rendre disponible pour différents types de besoins, allant de la transformation alimentaire à la production en passant par des tests de produits.


PHOTO : MICHEL GUERTIN

Jean Touchette, directeur général CCGSA, Sonia Giguère, 2e vice-présidente CCGSA, Catherine Hamé, propriétaire Cuisine des Pays-d'en-Haut, et Nathalie Dion, administratrice CCGSA.

« Je dis souvent à la blague que la location à l'heure revient moins cher que de louer un vélo à Montréal », lance Catherine.

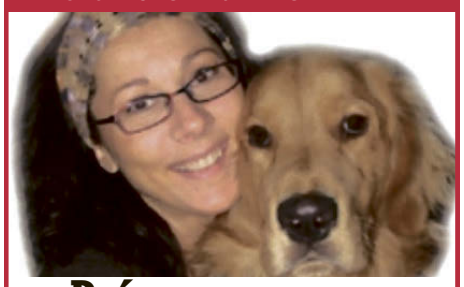
Le prochain 5 à 7 de la Chambre de commerce se déroulera le mardi 18 avril à Olives & Aromates. Pour obtenir plus d'informations ou pour vous inscrire, contactez la Chambre de commerce au 819 326-3731 ou à info@sainte-agathe.org.


PHOTO : COURTOISIE

La cuisine collective et des participants au 5 à 7.

Les chroniques de MONSIEUR WATSON

Vogel St-Jérôme



Préparez-vous… La saison des tiques approche!!

Ah ces tiques que nous craignons tant. Pourquoi? Parce qu'elles peuvent être porteuses de la maladie de Lyme. Même si le pourcentage des cas rapportés est bas, cette maladie peut avoir des conséquences très graves si non détectée à temps. Il est donc très important de se protéger contre leurs morsures. Vaut mieux prévenir que guérir comme disait l'autre…vous connaissez l'autre? Moi je le connais bien!!!

La compagnie **Homéodel** a spécialement conçu un produit naturel pour nous aider à prévenir les piqûres des tiques. Un produit sous forme de gouttes, homéodel Tiques et Puces, que l'on prend oralement une fois par semaine. Aussi lors de randonnée ou période de jeux à l'extérieur, on peut l'appliquer sur notre fourrure, à rebrousse poils, pour avoir un double effet.

Saviez-vous que nos amis les humains peuvent utiliser **Tiques et Puces**? Oui oui! Cette formule a été conçue pour tous, car les tiques aiment aussi les humains! Les conséquences de piqûres de tiques infectées par la maladie de Lyme sont autant sérieuses pour eux que pour nous.



Chez nous tout le monde l'utilise! Peu coûteux et non-toxique, homeodel Tiques et Puces, un incontournable dans notre pharmacie de saison!

Parlant de saison, les tiques ont autant hâte que nous au printemps! Dès la fonte des neiges, elles se réveillent et sont prêtes à dégainer! Les périodes les plus propices sont au printemps et en fin d'été, périodes où les herbes et gazons sont plus humides. Mais il importe de poursuivre pendant toute la saison d'été car elles adorent se cacher dans les herbes hautes.

Alors préparons-nous dès maintenant!

M.Watson

www.watsonetcie.com

N.B. N'hésitez pas à consulter votre vétérinaire pour tout trouble persistant

>7034049

Vogel St-Jérôme
450 432-3388
Vogel St-Jérôme



TERRAIN SYNTHÉTIQUE DE FOOTBALL ET DE SOCCER

Une répartition des coûts qui divise

VALÉRIE MAYNARD – C'est à l'unanimité que le conseil des maires s'est prononcé en faveur du règlement d'emprunt de 1 133 000 $ pour la construction d'un terrain synthétique de football et de soccer sur le terrain adjacent à l'école secondaire Augustin-Norbert-Morin, à Sainte-Adèle. Mais c'est sur fond de division que s'est voté le mode de répartition de la facture.

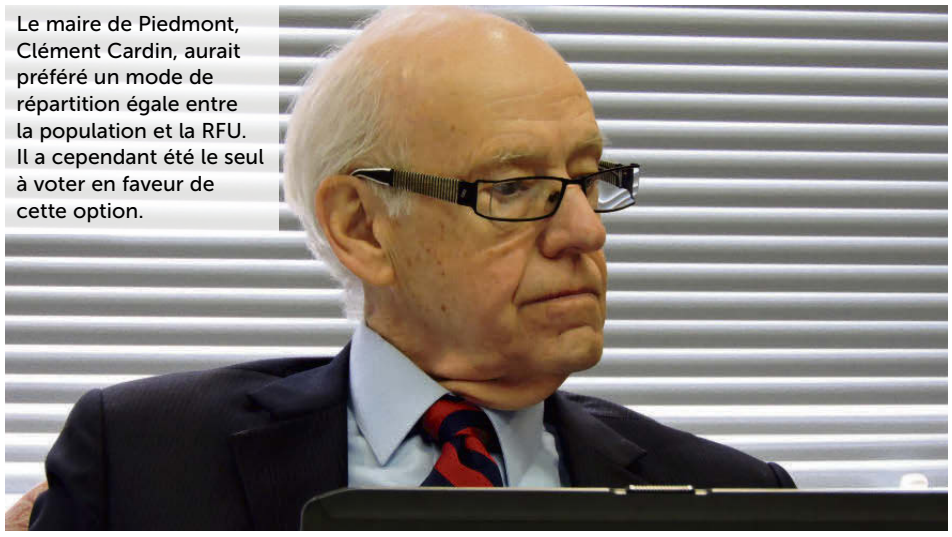


PHOTO : MICHEL KIEFFER

Le maire de Piedmont, Clément Cardin, aurait préféré un mode de répartition égale entre la population et la RFU. Il a cependant été le seul à voter en faveur de cette option.

« Ça ne fait pas mon affaire du tout », a commenté le maire de Piedmont, Clément Cardin. La formule retenue est celle du 40-40-20, c'est-à-dire que la facture sera calculée en fonction du prorata de la population (40 %), de la richesse foncière uniformisée, communément appelée la RFU (40 %), et de la distance parcourue entre l'hôtel de ville et le terrain synthétique (20 %), et ce, pour chacune des dix municipalités de la MRC. Pour Piedmont, l'option retenue représente un coût supplémentaire de 6 531,75 $, un montant unique qui sera réparti sur 20 ans. La facture totale de Piedmont, incluant le 20 %, s'élèvera à 94 996 $.

Cinq municipalités ont voté en faveur de cette formule, soit Sainte-Adèle, Saint-Sauveur, Morin-Heights, Sainte-Anne-des-Lacs et Sainte-Marguerite-du-Lac-Masson. Or, selon le maire Cardin, jamais ce mode de calcul n'a fait partie des discussions. « Ma prétention, c'est qu'en 2015, au moment d'adopter le premier règlement, jamais il n'a été question de ce mode de répartition. On a parlé de calculer la facture selon la population, ensuite selon la population et la RFU (50/50). D'ailleurs, j'aimerais bien savoir qui a amené ce 40-40-20 dans le dossier. »

Lui-même aurait souhaité que la formule 50/50 soit retenue, mais il a été le seul à voter en faveur de ce calcul, avant de se rallier à l'Estérel, Saint-Adolphe-d'Howard et Wentworth-Nord pour un calcul basé à 100 % selon le prorata de la population. Mais c'était trop peu, trop tard. La mairesse de Saint-Adolphe-d'Howard, Lisette Lapointe, a obtenu que la dissidence des quatre municipalités, dont la sienne, soit dûment inscrite au procès-verbal. Quant à la Municipalité du Lac-des-Seize-Îles, en l'absence de son maire ou d'un représentant, elle a perdu son vote.

UN PIÈGE ?

Selon le calcul 40-40-20, trois municipalités devront payer davantage en raison de leur proximité avec le terrain synthétique : Sainte-Adèle, Sant-Sauveur et Piedmont. Or, M. Cardin croit que cette façon de calculer la quote-part cacherait autre chose. « On demande aux sept autres municipalités de voter contre un mode de calcul qui en réalité les favorise. On dirait un piège. Est-ce que c'est parce que Sainte-Adèle et Saint-Sauveur veulent tout mener? », soulève-t-il.

Finalement, Piedmont affichant une croissance moins élevée que Sainte-Adèle et Saint-Sauveur, M. Cardin a insisté pour que le calcul selon la population et la RFU soit refait chaque année. Il a obtenu gain de cause.

Le coût de construction du terrain synthétique est estimé à 2 266 000 $. Le projet sera subventionné à 50 % par le gouvernement du Québec et 50 % par la MRC des Pays-d'en-Haut. Les discussions entre la MRC et la commission scolaire laissent entendre que c'est cette dernière qui assumerait la gestion des horaires d'utilisation du terrain, l'entretien préventif et le maintien de la surface, la consommation électrique en soirée et la collecte des ordures.







La chronique
À MIMI

SCANDALES ET CORRUPTION

MIMI LEGAULT – L'ex-député provincial et ancien chef de police de Montréal, Jacques Duchesneau, vient d'être nommé inspecteur général de la Ville de Saint-Jérôme pour mener une lutte à temps plein contre la collusion et la corruption. J'applaudis devant cette initiative et, en même temps, je me dis qu'on en est rendus là. J'ai fait rire une amie qui m'a ramené rapidement les deux pieds sur terre. Car, selon sa propre expérience, le système des enveloppes brunes existe depuis belle lurette. Elle-même travaillait pour le bureau d'un grand avocat à Montréal. On parle des années 60. Il est question ici des filles de joie. « Lorsqu'il y avait une descente, la première partie de mon travail était de savoir quel groupe avait été arrêté. Mettons que c'était celui de Mme Marie (non fictif), je devais communiquer avec le pimp attitré au bordel. Ce dernier me remettait trois enveloppes : une pour le juge, une autre pour le cautionnement et la dernière pour l'avocat. Les jeunes filles étaient alors relâchées. Elles devaient simplement se présenter devant le tribunal municipal. Si elles avaient la chance de tomber dans l'œil du juge, elles avaient un contrat en vue, car elles avaient des recommandations à lui faire en privé. » Ne vous étouffez pas en lisant ces propos, ils sont véridiques. J'ai, bien sûr, suivi les travaux de la commission Charbonneau. J'étais tellement dégoûtée des propos de certains qu'il m'arrivait d'avaler une Gravol. L'un après l'autre, chacun venait vomir sa filouterie. Ta gueule, mon oncle. Tant de mensonges éhontés que j'écoutais avec mon air d'oison bridé.

La corruption, ce manque de dignité, cette absence de scrupules, cette exploitation des gens sans défense me hantent chaque fois qu'il en est question. À quel moment de sa vie cette gangrène naît-elle dans le cœur de l'homme? D'après ce que je vois, la conscience des gens égale l'épaisseur de leur portefeuille. L'autre jour, un politicien se targuait d'avoir la conscience nette, peut-être était-ce parce qu'elle n'avait jamais servi! Et si tout simplement, elle n'existait pas chez certains. Qu'on leur en greffe une! Ce qu'il y a d'épouvantable de nos jours, c'est que les collusions et corruptions se multiplient tant, que le danger est que ceux qui écoutent les nouvelles les grands yeux fermés finissent par s'habituer aux scandales. Un de plus, un de moins… Heureusement, la vérité est comme du pop-corn, un jour ou l'autre, elle finit par éclater.

****

La caricature dans le journal Le Courrier du Sud du 8 mars dernier montrait Philippe Couillard vêtu d'une djellaba en train de lancer des cailloux à son ex-députée Fatima Houda-Pepin. Le premier ministre avait-il le droit d'être offusqué? Certes. L'avait-il de demander à l'un de ses sbires de contacter la haute direction de TC pour démontrer son dissentiment? C'est un NON en lettres majuscules! On nomme ça faire de l'ingérence. Or, ce dernier vante la démocratie à tout vent. Des fois, je dis bien des fois, il m'arrive de mettre dans la même chambre, mais pas dans le même lit, Couillard et Trump. Ce dernier, avec ses coups de gueule, attaque à plein régime les médias et, l'autre, poissé dans sa cape linguistique qui, sous des mots impeccablement bien dits, finissent par atteindre la même cible : ébranler la liberté d'expression d'une façon tellement subtile pour le premier ministre qu'il faut décaper ses paroles pour apercevoir le vernis qui l'habite. J'observe beaucoup l'attitude de M. Couillard et lors de sa rencontre avec les journalistes concernant l'affaire Fatima, son sourire paraissait congelé alors que l'ire le rongeait.

Je me suis demandé pour quelle raison le journal avait fini par retirer sa caricature sur le Web puisqu'elle avait auparavant été acceptée. La réponse résidait dans un petit paragraphe du Journal de Montréal, 14 mars 2017 : TC (Transcontinental) a lancé un cri du cœur au début du mois à l'Assemblée nationale pour dénoncer le projet de loi 122 qui priverait les hebdos locaux d'une importante source de revenus en abolissant l'obligation de publier les avis publics dans les journaux. Piteux comme un pitou repentant face à son maître, le journal a admis que la caricature était déplacée et de mauvais goût. Voyez? Il est précisément là le vrai scandale.

Des commentaires? Contactez Mimi Legault à mimilego@cgocable.ca et réagissez également sur www.journalacces.ca



ÉCONOMIES ALLANT JUSQU'À 4 220$
PROFITEZ DE NOS PROMOTIONS
JUSQU'AU 31 MARS 2017**

500$ pour votre déménagement†
+ 2/1 2 repas pour le prix de 1 pendant 1 an††
+ Jusqu'à 1 an de téléphonie et de télé numérique‡

APPARTEMENTS MODERNES À PARTIR DE 999$/MOIS*

Formule confort-santé
Une gamme complète de services et de soins évolutifs se modulant selon tous vos besoins de santé afin d'assurer votre plus grand confort.

Renseignez-vous!

30, rue Larocque Est, Sainte-Agathe-des-Monts | 819 774-1414 | www.ResidenceDesLaurentides.com

*Prix pour une unité 2 1/2. Un rabais a déjà été appliqué à ce prix. †Un crédit de 500$ sera appliquée au paiement du 2e mois de loyer. ††Offre par individu. Non transférable. À l'achat d'un forfait 1 repas par jour. ‡Les services gratuits sont sélectionnés par La Résidence des Laurentides. Offre valable sur entente de location signée (bail), une fois l'emménagement du futur résident confirmé. L'offre est d'une durée limitée. Promotions en vigueur jusqu'au 31 mars 2017 et applicables du 1er février 2017 au 30 décembre 2017. **Le signataire d'un bail d'un appartement 2 1/2 aura droit au choix à l'une des 3 promotions. Le signataire d'un bail d'un appartement 3 1/2 aura droit au choix à 2 des 3 promotions. Le signataire d'un bail d'un appartement 4 1/2 aura droit aux 3 promotions. Ne peut être jumelé à aucune autre offre précédente. L'administration de La Résidence des Laurentides se réserve le droit de modifier, de suspendre, et de mettre fin à ces offres en tout temps. Des conditions s'appliquent. Consultez un conseiller en hébergement pour plus de détails 819 774-1414.

LA CORPORATION DU PARC LINÉAIRE LE P'TIT TRAIN DU NORD

Vers un avenir prometteur

VALÉRIE MAYNARD – La Corporation du parc linéaire Le P'tit Train du Nord vient de déposer son rapport annuel 2016. Et les nouvelles sont bonnes. Après le retrait de la subvention du programme Véloce II de la Route verte en 2015, son retour en 2016 et l'annonce récente d'une subvention de 500 000 $ du gouvernement fédéral, la Corporation se tourne résolument vers l'avenir.


PHOTO : COURTOISIE

La Corporation assure le lien entre les MRC (entretien/sécurité) et les usagers. parc-linéaire s'étend sur 232 kilomètres, de Saint-Jérôme à Mont-Laurier.

« C'est avec enthousiasme et inspiration que nous poursuivons vers le plan d'action 2017 », a déclaré son directeur général, Jean-Sébastien Thibault.

En poste depuis près d'un an, Jean-Sébastien Thibault a eu comme première tâche de rebâtir l'équipe de la corporation en engageant une adjointe administrative, un coordonnateur à l'aménagement et une coordonnatrice aux communications, événements et patrouille. Cette nouvelle équipe, jumelée aux subventions accordées et à l'engagement des six MRC des Laurentides de contribuer à la relance du parc linéaire, constitue en quelque sorte le fer de lance de la corporation.

Les efforts ont ensuite été concentrés sur la mise en place d'un plan d'action afin de déterminer les objectifs en matière de développement du parc linéaire. Un plan d'action triennal (2018 à 2020) sera déposé d'ici la fin de 2017.

TRAVAUX À VENIR

Plusieurs travaux de réfection se dérouleront au cours des prochains mois sur le parc linéaire : ponceaux et stabilisation de pentes; tabliers et garde-corps des ponts; surfaces de roulement en pavage; surfaces de roulement en criblure de pierre et stabilisation des pentes.

Déjà, le tronçon situé dans la MRC Antoine-Labelle a fait l'objet de travaux préparatoires aux correctifs qui seront apportés durant l'été. Il s'agit plus précisément de la réparation de 31 ponceaux et de l'enlèvement de roches et racines d'arbres qui faisaient relever l'asphalte dans plusieurs sections de son territoire. À l'automne, des travaux d'asphaltage sont prévus afin de remettre en état les sections réparées.

D'autres travaux seront annoncés au fur et à mesure que les appels d'offres seront lancés.

Une mise à jour de l'étude d'impact économique du parc, dont la dernière mouture remonte à 2008, sera également effectuée. À l'époque, on estimait à 500 000 les passages annuels et à 15,8 millions de dollars les retombées économiques dans les Laurentides. Or aujourd'hui, le nombre de passages annuels atteint le million, ce qui suppose une hausse significative des retombées économiques.





DUPONT
& GIGNAC

CLINIQUE AUDITIVE - AUDIOPROTHÉSISTES

2 cliniques pour mieux vous servir
Saint-Sauveur et Saint-Jérôme

305, rue de Montigny, Saint-Jérôme
68, avenue de la Gare, bureau 201, Saint-Sauveur

450 431-2185
DupontGignac.ca | MjpaulAudio.ca

*UNE CLINIQUE DE **MARIE-JOSÉE PAUL**, AUDIOPROTHÉSISTE*

*Gratuit pour un temps limité !**
Test de dépistage auditif

** Valide jusqu'au 30 juin 2017. Sur prise de rendez-vous seulement.*

PROJET DE LIGNE À 120 KV DU GRAND BRÛLÉ — DÉRIVATION SAINT-SAUVEUR

Sainte-Adolphe, la battante

VALÉRIE MAYNARD – Le 22 mars 2013, une équipe de huit spécialistes de la société d'État Hydro-Québec débarquait à Saint-Adolphe-d'Howard pour présenter le projet de ligne à 120 kV du Grand Brûlé – Dérivation Saint-Sauveur. Présentée comme une activité « Portes ouvertes », cette rencontre visait deux objectifs : présenter la justification du projet, les variantes de tracé et les caractéristiques techniques de la ligne, en plus de recueillir les avis, commentaires et préoccupations du public.

Or, ce qui avait toutes les allures d'une simple formalité s'est rapidement transformée en amorce de bataille, celle d'une population pour la sauvegarde de ses paysages. « Comprenez-nous bien : nous ne sommes pas contre Hydro-Québec et nous n'avons jamais contesté l'efficacité de cette ligne. Tout ce que nous tentons de faire, c'est protéger nos ressources, nos paysages », ont tenu à souligner à l'unisson la dizaine de membres du comité aviseur rencontrés pour l'occasion.

Ce comité, c'est Sarah, Denise, Monique, Nicole, Jean, Nicolas et bien d'autres. Ils sont des pères, des mères, des retraités, des travailleurs : ingénieur, avocat, scientifique, gens de la construction, des communications et de la politique, qui ont tous en commun un profond attachement à leur village.

> « Depuis quatre ans, je vis avec cette impression d'être constamment méprisée.
>
> - Une membre du comité aviseur. »

Pendant près de deux heures, ils ont accepté de revenir sur ces quatre années écoulées depuis les fameuses portes ouvertes d'Hydro-Québec. Quatre années marquées par leurs efforts pour tenter de modifier le tracé proposé dans le but de limiter les dégâts environnementaux et de sauvegarder les paysages. En vain, si ce n'est quelques modifications mineures, selon eux, consenties ici et là et la hauteur des pylônes, réduite de 60 à 47 mètres.

Quatre années qui laisseront aussi des traces dans le cœur de ces gens. « Au départ, je ne voulais pas m'impliquer. Mais j'ai été happée là-dedans », explique l'une d'eux. « Depuis quatre ans, je vis avec cette impression d'être constamment méprisée », ajoute une autre.

Au fil du temps, le comité aviseur s'est construit, allant jusqu'à recruter des experts indépendants pour l'assister dans le montage et la présentation de ses arguments. « Peu importe nos arguments, nos présentations, les gens d'Hydro-Québec ont systématiquement démoli tout ce qu'on a proposé. Pour eux, la seule solution, le seul tracé possible, c'est le leur. C'est quand même incroyable! »

Quatre ans plus tard, la colère et la frustration côtoient toujours ce sentiment de ne pas avoir été écoutés. Malgré les marches, les pétitions et les manifestations. « Ce n'est pas politiquement payant. Il n'y a aucun gain à faire ici. »

NE LÂCHEZ PAS!

Si le travail du comité aviseur n'a pas donné les résultats escomptés, cette mobilisation sans précédent aura tout de même fait place à de belles démonstrations de solidarité, entre les gens du comité, mais aussi avec d'autres citoyens également aux prises avec un projet de tracé dont ils redoutent les impacts : Lanaudière, Dollard-des-Ormeaux, Hertel-des-Cantons. « On se parle souvent et on s'inspire les uns des autres. Je reçois aussi des courriels de gens qui me disent de continuer, de ne pas lâcher », raconte Sarah, somme toute fière de la rigueur dont ont fait preuve les membres du comité. Pour Denise, une citation de James Baldwin est venue donner tout son sens à sa



PHOTO: COURTOISIE

Il y a quatre ans jour pour jour que les citoyens de Saint-Adolphe-d'Howard se mobilisaient pour dénoncer le projet Hydro-Québec du Grand-Brûlé.

démarche : « On ne peut changer tout ce qu'on affronte, mais nous ne pouvons rien changer si nous ne l'affrontons pas ».

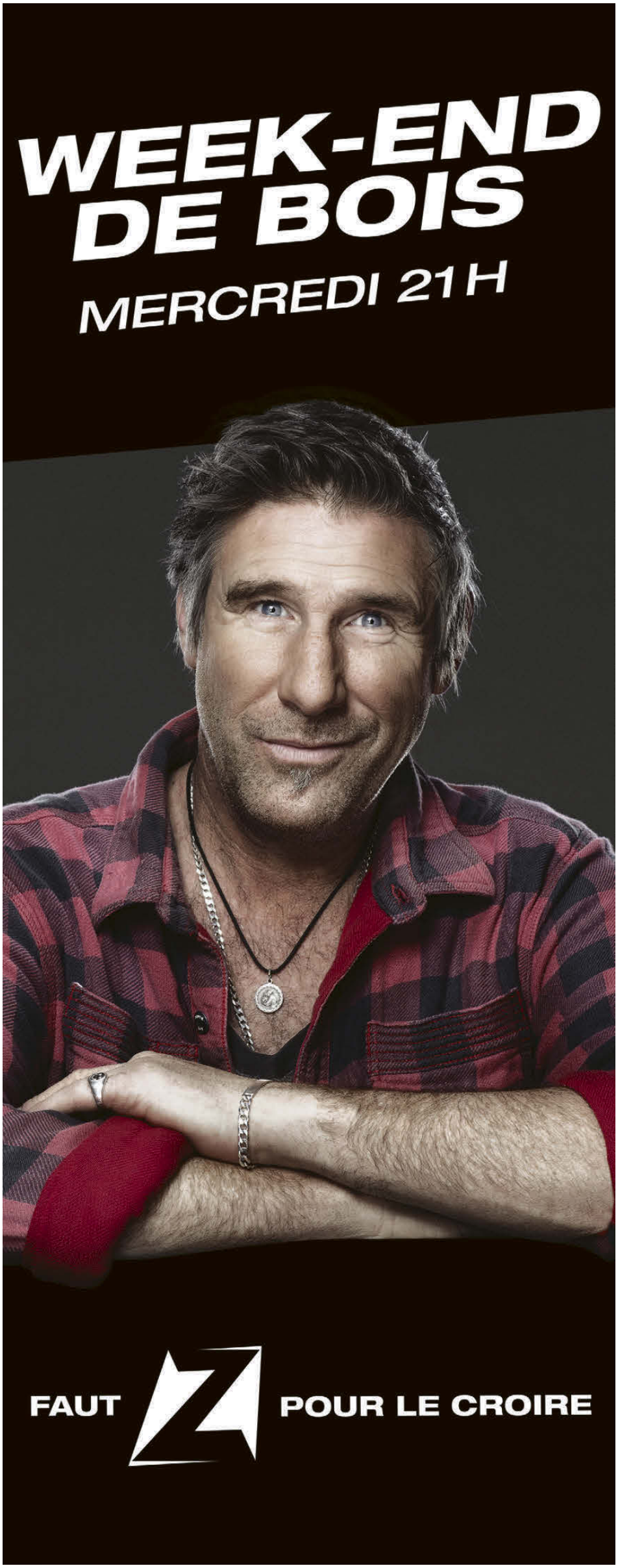
Activement impliquée dans le dossier depuis le début, la Municipalité de Saint-Adolphe-d'Howard refuse elle aussi, malgré les revers, de baisser les bras. Une rencontre récente avec le président-directeur général d'Hydro-Québec, Éric Martel, laisse croire à la mairesse Lisette Lapointe qu'une éventuelle collaboration avec la société d'État pourrait voir le jour, à tout le moins pour tenter de minimiser les impacts du tracé privilégié sur les collines du lac St-Joseph, notamment. « Je garde espoir qu'on travaillera ensemble », a-t-elle confié.

Quant aux membres du comité aviseur, au-delà du sentiment d'impuissance qui les habite, tous tentent aujourd'hui de retrouver une vie plus normale en « sortant le dossier Hydro-Québec de la maison », et en réduisant leur implication parce que « ça prenait toute la place dans ma vie ».

Mais tous refusent de s'avouer vaincus. « On ne pourra jamais dire que tout ce qu'on a fait a été vain. Tant que les bulldozers ne seront pas sortis, on garde espoir. »







SPAGHETTITHON LE 4 AVRIL PROCHAIN

Le restaurant Mikes soutient la Fondation médicale

ACCÈS – Les initiatives des commerçants pour aider la Fondation médicale des Laurentides et des Pays-d'en-Haut ne manquent pas. Cette fois, David Constantineau, propriétaire du restaurant Mikes de Sainte-Agathe-des-Monts, tiendra, le 4 avril de 11 h à 22 h, un spaghettithon dans son établissement.

« La Fondation médicale salue l'initiative de ce jeune homme d'affaires dynamique qui prendra entièrement en charge cette activité de financement. Nous serons là pour le supporter dans son aventure. L'implication des gens d'affaires de chez nous est un appui de taille pour la fondation », explique le directeur général de la fondation, Daniel Desjardins.



David Constantineau, propriétaire du restaurant Mikes de Sainte-Agathe-des-Monts, en compagnie du directeur général de la Fondation médicale des Laurentides et des Pays-d'en-Haut, Daniel Desjardins.

TOUJOURS PLUS LOIN

Malentendant de naissance, David Constantineau continue d'abattre tous les obstacles. Ambitieux, il veut s'impliquer un peu plus auprès de la Fondation médicale en s'associant avec son collègue du restaurant Mikes de Mont-Tremblant pour faire de cette activité de financement un succès croissant. L'objectif, en 2017, est de 5000 $. M. Constantineau est confiant d'atteindre, voire de dépasser, cet objectif. Les clients pourront choisir entre un spaghetti à la viande et un spaghetti napolitain. Notez que la totalité des sommes perçues sera remise à la Fondation médicale. Les billets sont en vente au coût de 12 $. On peut se les procurer au restaurant Mikes (621, rue Principale Est), ou à la Place de la Fondation (ancien presbytère de l'église Notre-Dame-de-Fatima).

TOURNAGE À SAINT-JÉRÔME

Quand le cinéma verse pour une bonne cause…

ACCÈS – L'Ami-e du quartier de Saint-Jérôme a reçu un don de 1 000 $ à la suite du tournage de grande envergure de Paramount Pictures qui s'est déroulé à Saint-Jérôme en février dernier à la station-service Super Gaz, située sur la rue de Martigny dans le secteur Bellefeuille.



Sophie Desmarais, responsable de l'organisme, Julie Charpentier, bénévole, Johanne St-Laurent, membre bénéficiant des services de l'Ami-e du Quartier et Stéphane Maher, maire de Saint-Jérôme.

Selon la politique de tournage de la Ville, toute compagnie de production cinématographique a l'obligation de remettre un don à un organisme communautaire de la région.

« Il s'agit sans aucun doute du plus grand tournage s'étant déroulé sur le territoire de Saint-Jérôme et nous en sommes très fiers ! Saint-Jérôme a beaucoup à offrir et c'est toujours un plaisir d'accueillir les équipes de tournages chez nous et de voir notre ville à l'écran » a déclaré le maire de Saint-Jérôme, Stéphane Maher.

L'AMI-E DU QUARTIER, IMPLIQUÉ À SAINT-JÉRÔME DEPUIS 28 ANS

L'Ami-e du quartier offre de l'aide alimentaire à une centaine de ménages du quartier Notre-Dame à Saint-Jérôme. L'aide alimentaire est offerte à des familles à faible revenu. L'organisme comprend également une équipe d'intervenants et des centaines de membres qui participent à des activités comme le club de lecture, le club de tricot ou la cuisine collective. L'objectif est de permettre aux participants de prendre en main leur propre vie, d'interagir avec les autres et de retrouver ou d'augmenter leur estime de soi et leur autonomie.

Que la force soit avec toi!

SUZANNE ST-MICHEL, COLLABORATION SPÉCIALE – Depuis quelques années, je répétais dans ma tête « J'aimerais faire du bénévolat ». Mais ça s'arrêtait là! Pourquoi? Je savais que je ne voulais pas d'engagement ni d'un horaire comme au travail. Je voulais garder ma liberté.

Je ne savais quoi faire ni où me présenter. Voici une nouvelle avenue de solution : à l'automne 2016, l'Entraide bénévole a obtenu son financement de la MRC des Pays-d'en-Haut pour un projet dont l'objectif est de favoriser l'harmonisation des besoins des organismes communautaires avec ce que les bénévoles ont le goût de faire.

J'étais motivée, mais par quoi? Me constituer un réseau, rencontrer des gens, mettre à profit mes compétences et mon expérience, contribuer à l'épanouissement de la communauté…

Une chose était certaine : il fallait que je sois personnellement touchée par la cause. Quels sont les secteurs qui pouvaient m'intéresser?

La défense des droits des aînés m'interpellait, mais la santé et la pénurie de services sociaux devaient compléter mon choix.

Selon une étude parue en 2017 avec des données de 2013, huit Canadiens sur dix font du bénévolat non encadré auprès des amis et des voisins.

Cependant, mon besoin de rencontrer de nouvelles personnes n'était pas pour autant comblé. Bien sûr, il y avait les courriels et les réseaux sociaux, mais je n'étais pas encore satisfaite.

Je suis du genre à souligner les événements de la vie (anniversaire, deuil, etc.) par une carte que je prends le temps de choisir et de payer tout en réfléchissant au texte que je composerai avec amour et amitié. Un timbre et elle est postée.

S'ensuivent un téléphone, un rendez-vous, une rencontre. Le contact humain et les échanges me nourrissent le cœur. Une autre chose dont j'étais certaine : j'étais prête à m'engager sur une longue période de temps.

Une fois lancée, je fus surprise par le cheminement des autres bénévoles. Malgré les coups durs de la vie, ces gens sont encore bien vivants et dynamiques, ils ont le goût féroce de vivre et de partager avec les autres.

Avec ce projet de bénévolat qui me paraissait si compliqué, l'angoisse s'est envolée. Je sais que je vais retrouver mon chez-nous et ma solitude si essentielle à mon équilibre.

C'est sûr que quelques cases de mon calendrier sont remplies, mais je choisis ma dose.

J'aime ce sentiment d'accomplissement et je réalise que l'expression classique *le bénévolat rapporte plus que l'on donne* trouve sa place en moi.

Les aînés constituent 25 % des bénévoles et donnent 75 % des heures de bénévolat. Cette réalité confirme la valeur de notre temps et je suis fière d'appartenir maintenant à cette force vivante.

L'ensemble des bénévoles québécois, soit 2,4 millions de personnes, constitue une force dont la société et tout particulièrement le gouvernement ne peuvent se passer.

Cette prestation représente 385 millions d'heures qui, si elles étaient rémunérées au salaire moyen, atteindraient 7 milliards de dollars, un montant que le gouvernement n'a pas à verser aux organismes puisque 1 $ de subvention génère 4 $ de prestation auprès de la communauté.

La morale de cette histoire : pas de bénévoles, pas d'organismes communautaires.

Enfin, j'ai une primeur pour vous : Danièle Corbeil, directrice de l'Entraide bénévole, m'a confié et confirmé que le premier Salon du Bénévolat aura lieu le mercredi 4 octobre 2017 à la Place des citoyens de Sainte-Adèle.

Dites-vous que tous les organismes ont besoin d'un coup de main.

Pour vous inspirer, consultez le Répertoire des ressources pour les 55+ à votre hôtel de ville ou sur le site de la MRC, vous aurez de belles surprises. Vous pouvez aussi consulter le www.jebenevole.ca.

Si je vous ai donné le goût de faire partie de cette force individuelle et collective, il ne vous reste qu'à choisir l'organisme qui vous convient.

Ça me fait penser à une expression bien connue : *Que la force soit avec toi!*

Suzanne St-Michel est membre de la Table des Aînés et de son comité de communications et membre du C.A. de Prévoyance envers les aînés.



POUR FAIRE LE BON CHOIX DE CARRIÈRE

Empruntez un professionnel à Saint-Hippolyte !

ACCÈS – La Municipalité de Saint-Hippolyte invite les jeunes de 14 à 18 ans à prendre part à une soirée de « speed dating » professionnel qui aura lieu le mercredi 5 avril prochain, de 18 h 30 à 20 h 30, à la bibliothèque de Saint-Hippolyte (2258, chemin des Hauteurs).

Cette soirée des plus originales se déroulera sous forme de rencontres individuelles de 15 minutes où les jeunes pourront, à tour de rôle, s'entretenir avec les professionnels de leur choix pour obtenir des réponses à plusieurs de leurs questions sur les métiers qui les intéressent.

La conseillère en orientation de l'école secondaire des Hauts-Sommets, Nathalie Raymond, proposera également aux jeunes présents de judicieux conseils sur les formations et choix de carrière présentés.

15 MINUTES ET C'EST RÉGLÉ!

Électricien, enquêteur, animatrice radio, cuisinière, éducateur à la petite enfance, professeur d'éducation physique, travailleuse sociale, pompier, c'est au total neuf professionnels qui attendent les jeunes pour les éclairer sur les dessous de leur métier.

Parmi les sujets qui pourront être abordés lors de ces rencontres, notons la formation requise, les employeurs potentiels, les aptitudes et intérêts nécessaires et les salaires inhérents à la profession.

L'équipe de la bibliothèque de Saint-Hippolyte récidive avec cette activité qui avait connu un beau succès l'an dernier d'où l'importance cette année, vu le nombre de places limitées, de réserver les rencontres individuelles à l'avance en composant le 450 224-4137.

MÉTIERS D'ART À SAINTE-AGATHE-DES-MONTS

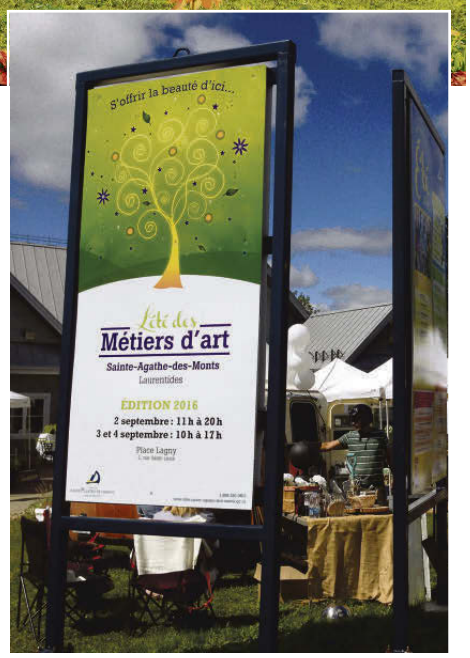
Artisans recherchés pour l'édition d'été et de noël

ACCÈS – Le comité organisateur est actuellement à la recherche d'artisans désireux de participer à L'été des Métiers d'art qui se tiendra les dimanches 6, 13, 20 et 27 août et 3 septembre prochains ou encore au Noël des Métiers d'art qui aura lieu du 1er au 3 décembre 2017.



NOUVELLE FORMULE POUR L'ÉDITION D'ÉTÉ

Dans un souci de dynamiser le centre-ville par une activité qui se tiendrait sur plusieurs fins de semaine durant la période estivale, l'événement L'été des Métiers d'art est de retour avec une toute nouvelle formule : 5 dimanches thématiques, diverses animations et démonstrations en lien avec les thématiques et collaboration de la Chambre de commerce du grand Sainte-Agathe dans la mise en œuvre du projet.



APPEL DE DOSSIERS

Pour participer à l'un ou l'autre de ces deux événements, les artisans de même que les producteurs de produits du terroir sont invités à déposer leur candidature en remplissant le formulaire d'appel de dossiers disponible sur le site Web de la ville au www.vsadm.ca. La sélection pour les deux événements se fera simultanément, la date limite d'inscription est le 7 avril.

L'an dernier, été comme hiver, plus de 4000 personnes se sont déplacées pour admirer le travail exceptionnel des exposants. L'ambiance festive et la qualité de l'animation sont toujours au rendez-vous.

Ces deux événements sont présentés par le Service de la culture et des communications de la Ville de Sainte-Agathe-des-Monts en collaboration avec un comité organisateur composé de commerçants et de citoyens.

Souffrez-vous de douleur au pied ou à la cheville ?

✔ Solution novatrice pour soulager rapidement la douleur au pied

✔ Retrouvez votre pleine mobilité et mettez fin à votre douleur aujourd'hui



Nous identifierons la cause de votre problème au pied et vous proposerons la solution optimale

Consultation Gratuite

✔ Évaluation avec scanner à la fine pointe de la technologie
✔ Analyse biomécanique de votre démarche
✔ Prise de rendez-vous rapide



CLINIQUE DU PIED CDP

Les Promenades
200 rue Principale local 21-C
Saint-Sauveur
Prenez un rendez-vous :
Nouveau numéro de téléphone:
450 227-6772
www.cliniquedupiedcdp.com



David Graham
député fédéral • Laurentides—Labelle

D'ICI, POUR ICI

80A boul. Norbert-Morin (route 117),
Sainte-Agathe-des-Monts J8C 2V8
819-326-4724

424, rue du Pont, Mont-Laurier J9L 2R7
819-440-3091

1-844-750-1650

david.graham@parl.gc.ca • www.davidgraham.ca

/daviddebgraham

Les enfants sont « brûlés! »… Déjà ?

MARTINE LAVAL – Dans un monde où tout va vite et une société dans laquelle on prône la performance et la rentabilité en tout, comment vivent et réagissent les enfants forcés de suivre le rythme? Leur cerveau et leurs émotions sont-ils à la hauteur de la demande d'être des petits humains adaptés au système dans toutes les sphères de leur jeune vie? Qu'en pensent le neuroscientifique Joël Monzée et la *COACH* de vie familiale Manon Vicky Gauthier?



PARENTS *SPEEDÉS*. ENFANTS BRÛLÉS!… DÉJÀ?

Le stress chez les enfants est un sujet que s'évertue à explorer, expliquer et vulgariser le réputé neuroscientifique Joël Monzée. Source de tant de maux chez les enfants et les adolescents qui sont soignés à coup de médication qui les déséquilibre, comment mieux comprendre leur mécanisme cérébral pour favoriser leur développement affectif et ainsi vivre de façon plus harmonieuse entre les différentes générations? « Les enfants ne sont plus capables de tolérer ce que la génération adulte a accepté, et on les médicamente parce qu'ils ne sont plus capables d'en prendre!, explique Joël Monzée. La vie va tellement vite pour les parents et les défis sont si importants au niveau des familles - finances, séparation, reconstruction de familles, conjoints de passage, attachement/détachement -, que le système de l'enfant n'est plus apte à gérer les adaptations qu'on lui demande de faire. Bien que dans les écoles il y ait d'excellents pédagogues, ils n'ont pas nécessairement les outils nécessaires pour comprendre l'affectivité des enfants, si bien qu'on force parfois les choses sur le plan de l'apprentissage sans tenir compte de la disponibilité émotionnelle de l'enfant. Comme il y a de plus en plus d'adultes en difficulté (pour plein de bonnes raisons), ou de moins en moins d'adultes solides autour d'eux, l'un dans l'autre, les enfants ne sont plus capables d'en prendre! »

LA MATURITÉ DU CERVEAU

« Le cerveau n'arrive à pleine maturité qu'entre 40 et 45 ans, rappelle le neuroscientifique. On comprendra donc que les professeurs, éducateurs, parents qui sont dans la vingtaine et la trentaine, vivent eux-mêmes une adaptation importante qui peut les amener à un état de détresse personnelle ou un surmenage qui malheureusement les fait se comporter bien involontairement de façon inadéquate auprès des enfants (agressivité, abus de pouvoir, manque de compassion, contrôle, critique, violence, narcissisme, etc.), faisant en sorte que les enfants ne savent plus où se déposer. De plus, les habitudes de vie empreintes de performance scolaire et sportive, et l'usage des jeux vidéo qui modifient de façon bien regrettable le cerveau des enfants, font en sorte qu'on a de plus en plus d'enfants en surmenage. »

QUELLES SONT LES CONSÉQUENCES POUR NOS ENFANTS EN PLEINE CROISSANCE?

Si on ne réagit pas adéquatement rapidement, on risque de se retrouver avec des diagnostics psychiatriques de plus en plus alarmants. Il y a déjà un trop grand nombre de jeunes sous lithium parce qu'incapables de gérer le degré d'angoisse dans lequel ils sont. Le problème est que leur environnement n'est pas adéquat et qu'on ne peut pas agir sur le parent ou qu'on n'a pas de prise sur le comportement de certains professionnels qui les accompagnent dans leur développement.

L'EXIGENCE D'UNE VIE QUI TOURNE TROP VITE!

Manon Vicky Gauthier, *coach* de vie familiale dans les Laurentides, rapporte qu'on en met épais sur les épaules de certains enfants dès leur plus jeune âge, et que le cumul des situations affectant leur équilibre les entraîne à vivre la détresse. Alors qu'ils ont besoin de continuité et de stabilité, les tout-petits qui fréquentent un Centre de la petite enfance (CPE) doivent s'adapter à un grand nombre de nouvelles personnes entre 0 et 5 ans, ce qui trouble le lien d'attachement dont ils ont besoin pour confier leur bien-être, explique celle qui soutient les familles de près en les *coachant* en situation d'aide. Un autre facteur est aussi la séparation des parents et l'adaptation que ça demande. En garde partagée, continuellement dans les valises pour certains, le manque de constance et de régularité pèse très lourd pour l'enfant. Et puis, on est pressé! Combien de fois par jour l'enfant entend-il les mots *Vite! Dépêche-toi!* entre la maison, l'école et la garderie! Exigeant et surtout stressant, non!?

ÉVACUER LE TROP-PLEIN

« Au retour de la garderie ou de l'école, beaucoup d'enfants sont bougonneurs, chialeurs ou font des crises. Peut-on imaginer l'effort émis tout au long de la journée pour gérer ses émotions, pour faire "comme il faut"

Suite page 16 »





Jeunesse d'aujourd'hui

» Suite de la page 15

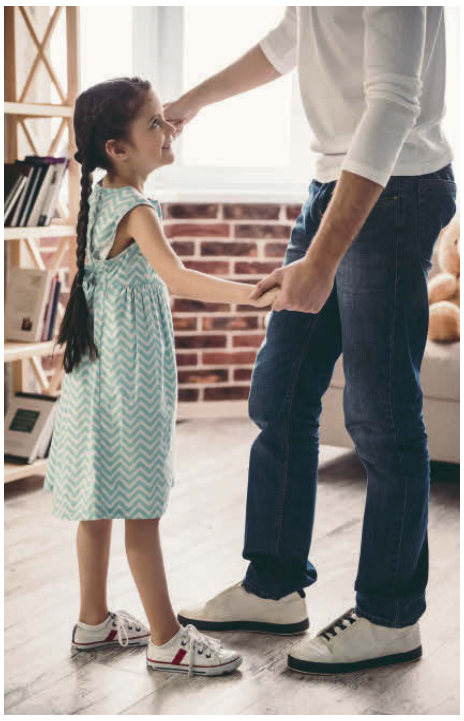
devant l'autorité du moment?, explique Manon Vicky Gauthier. Est-ce qu'une fois rendu à la maison auprès des personnes avec lesquelles il est à l'aise et que le lien d'attachement n'est pas menacé, il ne pourrait pas déverser son trop-plein accumulé durant la journée au lieu d'être une fois de plus bousculé dans la routine des choses à faire? »



Accueillir l'enfant et s'offrir un moment comme parent de sortir de sa tête pour descendre dans son cœur le temps d'une décompression de part et d'autre, prévoir une période tampon entre la garderie ou l'école et la maison au cours de laquelle l'enfant peut évacuer le trop-plein en parlant, en bougeant ou même en pleurant est un investissement qui porte fruit, car il n'en sera que plus disponible par la suite, suggère la *coach* de vie familiale.



Joël Monzée, l'éminent docteur en neurosciences, s'intéresse particulièrement au développement des enfants.



ET SI ON NIAISAIT UN PEU!

Dans la société de performance dans laquelle nous vivons, ne rien faire de pertinent est aussi important que la scolarisation et tout le reste, s'accordent à dire les deux spécialistes. Les enfants de nos jours manquent de périodes d'oisiveté dans leur cerveau. C'est pourtant pendant ces moments que l'information se classe et que les émotions se placent. On a besoin d'être lunatique dans la vie, de ne rien faire et de regarder les nuages. Ce sont de grands moments de ressourcement que les enfants ne connaissent plus. On ne peut être occupé et stimulé constamment. Il faut savoir niaiser aussi. C'est une question d'équilibre.

Informations :
www.youtube.com/c/joelmonzee
www.coupdepouce-education.com/

Quand les parents démissionnent!

Martine Laval – Quant aux TES (techniciens en enseignement spécialisé) qui œuvrent dans les écoles, ce n'est plus seulement l'aide aux enfants éprouvant des difficultés d'adaptation, ou atteints d'une déficience physique ou intellectuelle afin de permettre leur intégration sociale ou de faciliter leur réadaptation dont ils sont responsables, c'est carrément de l'éducation de base, révèle Annie Ranger, TES dans une école primaire de Saint-Jérôme.

« Il y a des bases qui ne sont même pas là, raconte Annie. Les parents trop pressés et stressés ne voient même pas à la base de l'éducation pour certains enfants! Les enfants n'ont plus peur de l'autorité de nos jours et dépassent les limites. Ils savent en plus qu'ils pourront manipuler leurs parents qui, se sentant coupables pour toutes sortes de raison – trop occupés donc pas assez disponibles, séparés, en famille reconstituée et autres -, « achètent » la paix, et le bon comportement ne dure pas, en fait, parce qu'il y manque la constance. L'enfant n'apprend pas. Si les parents démissionnent, soulève la TES, comment peut-on agir de notre côté pour nous consacrer à la vraie mission de notre travail? »



LA SEXUALITÉ ET LES JEUNES

Au cœur des réalités des milléniaux

SANDRA MATHIEU – Hypersexualisation, hypergénitalisation, fluidité sexuelle… Les jeunes d'aujourd'hui vivent des troubles et des questionnements sexuels que leurs parents peinent à comprendre et à gérer. Nicole Desjardins, M.A. sexologue clinicienne et psychothérapeute, a accepté de discuter de ce sujet encore souvent tabou dans cette société où les enfants et les adolescents sont déstabilisés par toute l'information bombardée par la cybersexualité.

« Il y a un peu plus de vingt-cinq ans, alors que j'étais travailleuse sociale, j'offrais des ateliers sur la sexualité dans des classes de 3e, 4e et 5e secondaire, accompagnée d'une infirmière, se souvient Mme Desjardins, aujourd'hui sexologue et psychothérapeute de couple et familiale. Nous traitions des aspects relationnels de la sexualité en parlant plus spécifiquement de la première fois. »

Elle déplore le fait que ces interventions ont peu à peu quitté les salles de classe au début des années 2000. « Le problème réside dans le fait qu'il n'y a pas de contre-discours par rapport à tous les messages et les images véhiculés aujourd'hui sur Internet et ceux-ci les réduisent souvent à de simples objets sexuels. L'aspect affectif est trop souvent mis de côté. »

Aujourd'hui, elle reçoit dans ses bureaux de consultation de Laval et de Val-Morin de jeunes adultes et des parents qui sont le fruit de ce manque d'éducation émotionnelle et de cette commercialisation des corps, et qui sont entre autres aux prises avec des troubles érectiles, des pannes de désir ou encore l'angoisse de la performance.

LA SOCIÉTÉ DE SEXUALITÉ-PLAISIR

« La fluidité sexuelle est un phénomène que je vois de plus en plus dans le cadre de ma pratique. Les jeunes sont influencés par tout ce qui est véhiculé. Les frontières sont plus larges et certaines pratiques longtemps marginalisées, comme l'échangisme, faire l'amour à trois, les relations anales, ou faire une fellation à 12 ans par exemples, sont devenues des expériences à vivre. »

Mme Desjardins abonde dans le même sens que la chercheuse sexologue Francine Duquet qui affirme que notre

Suite page 18 »

FORTE LX+BA 2017
LOCATION 39 MOIS
51$* / SEMAINE | 0$* COMPTANT | 0%
CRÉDIT DE LOCATION 2665$
*DÉTAILS EN CONCESSION.

ÉQUIPEMENT:
BOÎTE AUTOMATIQUE
CLIMATISEUR, ÉCRAN D'AFFICHAGE DE 7PO.
FONCTIONNALITÉ ANDROID AUTO ET APPLE CARPLAY
PHARES ANTI-BROUILLARD
CAMÉRA DE RECUL
SIÈGES CHAUFFANTS

ICI PAS DE CACHETTES!

LE MEILLEUR PRIX

SORENTO LX FWD 2017
LOCATION 39 MOIS
77$* / SEMAINE | 0$* COMPTANT | 0%
CRÉDIT DE LOCATION 2000$
*DÉTAILS EN CONCESSION.



LOCATION 39 MOIS



KIA
Le pouvoir de surprendre

5 ANS | 100 000 KM GARANTIE

• GARANTIE COMPLÈTE
• GARANTIE SUR LE GROUPE MOTOPROPULSEUR
• ASSISTANCE ROUTIÈRE
• 100% TRANSFÉRABLE

KIA DES LAURENTIDES ST-JÉRÔME
1 844 319-0770 • KIALAURENTIDES.COM
2352, BOUL. DU CURÉ-LABELLE , ST-JÉROME • 117 NORD - SORTIE 45



Deux exemples du projet *Je t'aime, je capote*.

» Suite de la page 17

société est passée d'un excès à l'autre : « La révolution sexuelle des années '60 a permis de passer d'une sexualité-péché à une sexualité-plaisir, ce qui est très positif, mais, malheureusement, cette libération sexuelle vient actuellement avec une forme de commercialisation des corps. »

Puisque la cyberpornographie est là pour rester, elle insiste sur l'importance de l'éducation pour amener les jeunes à développer un esprit critique et ainsi leur permettre de déterminer où ils sont rendus, ce qu'ils veulent réellement et qu'ils apprennent à se respecter dans tout ça. « Pour ce faire, je crois qu'il est indispensable de parler de sexualité plus tôt dans la vie d'un enfant en adaptant bien sûr le discours selon l'âge, précise-t-elle. Certains jeunes sont littéralement vulgaires sans nécessairement comprendre la portée de leurs paroles et de leurs gestes. »

Elle ajoute que les parents sont souvent bouche bée et ne savent pas toujours comment réagir et ils ne sont pas tous équipés pour accompagner leur enfant dans toutes les étapes de cette éducation sexuelle et de répondre adéquatement aux différentes situations. C'est pourquoi on ne peut, selon elle, remettre ce contrat dans les seules mains des parents.

« Comme le dit si bien la sexologue Jocelyne Robert, ne faisons pas de l'amour un nouveau tabou! », conclut Mme Desjardins.

JE T'AIME, JE CAPOTE

Nancy Gaussiran, enseignante en arts plastiques à la Polyvalente de Saint-Jérôme, a mis en place le projet artistique *Je t'aime, je capote* qui consiste en la conception d'un emballage de condoms inspiré d'un produit ou d'une publicité et qui a pour but d'inciter les jeunes de 5e secondaire à penser à se protéger lors d'une relation sexuelle. Cette année, elle a mené son projet en collaboration avec une étudiante en sexologie pour amener plus loin les discussions.

« Ce projet nous a permis d'aller au-delà des tabous et le fait de parler de sexualité à travers un volet artistique m'a rendue à l'aise », confie Jeanalie, secondaire 5, en ajoutant qu'elle a beaucoup apprécié la rencontre avec la stagiaire en sexologie en préambule au projet.

« Je crois que ce projet devrait faire partie de chaque programme d'arts pour les élèves de secondaire 5. Il ne s'agit pas seulement d'un dessin avec des jeux de mots amusants. Lors de la présentation de ce projet, notre professeur nous a raconté des histoires vécues par des amis ou vues aux nouvelles pour nous parler de l'importance de se protéger. Encore aujourd'hui, j'ai mon enveloppe de condoms et je suis fière de celle-ci », lance Amélie, ancienne élève de Mme Gaussiran, en guise de témoignage.

L'éducation sexuelle est, selon Mme Gaussiran, un besoin flagrant. La preuve, depuis cinq ans, sa collègue Annie Turpin offre le très populaire cours à option Éducation de la vie sexuelle et, chaque année, l'impact est phénoménal et permet de beaux échanges.

« Aujourd'hui, la sexualité est banalisée, on doit donc tenter de rétablir un dialogue avec les jeunes et, le plus important, c'est la création d'un environnement où le jeune se sent respecté, souligne Mme Gaussiran. Plusieurs parents et certains enseignants sont mal à l'aise avec ce sujet, c'est pourquoi il importe d'avoir l'appui d'intervenants compétents en la matière. »

ÉDUCATION À LA SEXUALITÉ DANS LES ÉCOLES

Pour offrir à tous les élèves de l'éducation à la sexualité, le ministère a décidé d'accorder une place plus formelle à celle-ci dans leur cheminement scolaire. Une vingtaine d'écoles mènent un projet pilote depuis 2015. Différents sujets sont abordés, dès la maternelle, en fonction de l'âge des élèves, pour favoriser le développement de ces derniers et réduire leur vulnérabilité à certains problèmes.

Infos : www.education.gouv.qc.ca/enseignants/dossiers/education-a-la-sexualite



Petit lexique

Milléniaux : Jeunes nés entre 1980 et 2000.

Fluidité sexuelle : Expérimenter l'hétéro ou homoflexibilité.

Hypersexualisation : Prendre des raccourcis vers l'âge adulte sur le plan de la sexualité.

Hypergénitalisation : Seuls les organes génitaux sont investis : on ne donne pas aux corps l'occasion d'établir la complicité, le désir et l'ouverture à l'autre.

Infos : www.sexologuelaurentides.com







ACCÈS

SAINTE-ADÈLE

AU RYTHME DES SAISONS

Accès LE Journal des Pays-d'en-Haut

MARS 2017





Une nouvelle succursale pour mieux vous servir !



Venez visiter votre toute nouvelle succursale Banque Nationale et rencontrer notre équipe d'experts.

944, boul. Sainte-Adèle
450 229-3529

HEURES D'OUVERTURE

Opérations bancaires

Lundi	10:00 à 15:00
Mardi	10:00 à 15:00
Mercredi	10:00 à 15:00
Jeudi	10:00 à 19:00
Vendredi	10:00 à 16:00
Samedi	Fermé
Dimanche	Fermé

Services financiers

Lundi	09:00 à 17:00
Mardi	09:00 à 17:00
Mercredi	09:00 à 20:00
Jeudi	09:00 à 20:00
Vendredi	09:00 à 16:00
Samedi	Fermé
Dimanche	Fermé

MC RÉALISONS VOS IDÉES est une marque de commerce de la Banque Nationale du Canada.

BANQUE NATIONALE | Réalisons vos idées MC



Éditorial

Sainte-Adèle, au **rythme** des saisons

La Ville de Sainte-Adèle, en collaboration avec *Accès LE Journal des Pays-d'en-Haut*, est fière de vous proposer ce cahier spécial dédié exclusivement à Sainte-Adèle et à ses innombrables attraits.



Lieu de résidence prisé par les citoyens qui aspirent à une qualité de vie incomparable et destination de choix pour les villégiateurs qui souhaitent s'évader le temps d'un week-end pour être en contact avec la nature, vivre des expériences culturelles enrichissantes ou encore passer du bon temps en famille, Sainte-Adèle offre une pléiade d'activités qui font le bonheur de tout un chacun.

Ce cahier se veut une invitation à venir découvrir ou redécouvrir notre belle municipalité, son histoire, ses attraits naturels, ainsi que la panoplie d'activités culturelles, sportives et familiales proposées aux citoyens comme aux nombreux villégiateurs qui choisissent Sainte-Adèle comme pied-à-terre et lieu de ressourcement et de divertissement.

Nous avons choisi d'aborder quatre thèmes qui représentent les principaux atouts de Sainte-Adèle : l'histoire, la culture, le sport et le plein air et la famille. Issue d'une histoire digne d'une série télévisée, considérée comme un pôle culturel régional, entourée de paysages bucoliques spectaculaires et animée par les nombreuses familles qui y ont élu domicile, Sainte-Adèle est une ville phare au cœur de la MRC des Pays-d'en-Haut.

On vient à Sainte-Adèle pour s'imprégner des Belles-histoires des Pays-d'en-Haut, racontées de façon mémorable par l'écrivain Claude-Henri Grignon, et présentes par l'entremise de nos bâtiments patrimoniaux et de nos murales qui évoquent les moments charnières de notre histoire. On y vient également pour s'abreuver de culture, d'art, de musique, de cinéma, de théâtre, de spectacles en plein air et d'une vie artistique vivante et constamment en effervescence. On y vient pour s'oxygéner, se ressourcer, reprendre contact avec la nature et profiter des innombrables opportunités de bouger et de prendre l'air que nous propose Sainte-Adèle, avec son magnifique parc linéaire quatre saisons qu'est Le P'tit Train du Nord, ses centaines de kilomètres de sentiers, ses quarante lacs, ses quatre rivières et ses nombreuses infrastructures sportives. On y vient finalement pour passer du bon temps en famille; qu'on soit jeune ou moins jeune, sportif ou rat de bibliothèque, casanier ou aventurier, hyperactif ou contemplatif! Il y en a vraiment pour tous les goûts à Sainte-Adèle!

C'est donc une invitation à découvrir ou redécouvrir Sainte-Adèle... une ville accueillante et un lieu de villégiature qui bat au rythme des saisons et qui vous convie à explorer son histoire, sa culture, sa nature et son esprit familial.

Restaurant Chez Milot
Pâtes - grillades - fruits de mer



Diner Chez Milot, c'est *divin* et c'est *rapide*!

Du lundi au vendredi
Table d'hôte du midi
3 services ou plus à partir de 15$

Une table d'hôte différente chaque semaine, des plats conçus par le chef afin de combler vos papilles : Steak frites, canard confit, moules, poisson, pâtes, pizza, de tout, pour tous les goûts! Consultez notre menu en ligne.

OUVERT pour votre dîner de Pâques, dimanche 16 avril !

958, Valiquette, Sainte-Adele 450 229-2838 | www.chez-milot.qc.ca

Les marchés FAMILLE JASMIN

Là où vous servir est un plaisir!!



IGA 1300, boul. de Ste-Adèle
SAINTE-ADÈLE • 450 229-4256

IGA extra
130, ch. Lac-Millette
SAINT-SAUVEUR
450 227-2141

MARCHÉ BONICHOIX
15, rue des Lilas
STE-MARGUERITE
450 228-2080



Sainte-Adèle… ville d'histoire

Difficile de résumer plus de 160 ans d'histoire en quelques lignes. La Ville de Sainte-Adèle, telle que nous la connaissons aujourd'hui, est le reflet d'une longue et belle histoire parsemée d'événements déterminants, marquée par des personnages plus grands que nature et ponctuée de périodes charnières qui ont façonné notre magnifique municipalité. Voici néanmoins quelques dates importantes, recensées par notre comité patrimonial, qui ont contribué à faire de Sainte-Adèle la ville bien actuelle dans laquelle nous vivons aujourd'hui.

1855

La Ville de Sainte-Adèle fut créée officiellement le 1er juillet 1855 par Augustin-Norbert Morin. C'est sa femme, Adèle Raymond, qui lui aura inspiré le nom de la ville. Isidore Legault en est le premier maire. Avec le lotissement, un premier noyau villageois s'organise près du lac Rond. On y compte un hôtel, un magasin général, une forge, un moulin à farine, quelques boutiques et une petite chapelle de bois. Le cultivateur Paschal Longpré occupe les postes d'huissier et de secrétaire du conseil du village et des écoles. Isidore Legault se charge de la construction de l'église.

1869

L'œuvre d'Augustin-Norbert Morin trouve écho auprès de François-Xavier-Antoine Labelle, nommé curé de la paroisse de Saint-Jérôme en 1869, alors préoccupé par la colonisation vers les Laurentides.

1878

Le docteur Wilfrid Grignon arrive à Sainte-Adèle. Grand précurseur, il fait la promotion de son village et fait l'acquisition de quelques maisons qu'il répare et loue aux touristes. Alors que M. Grignon agit à titre de maire, la Municipalité consent une subvention de 10 000 $ pour la construction du chemin de fer. Le premier train entre en gare en 1891, peu après la mort du curé Labelle, instigateur du projet. L'apport de ce nouveau moyen de transport contribue grandement à la vie économique du village.

1902

Tandis que son projet d'usine de papier bat son plein dans la Ville de Saint-Jérôme, Jean-Baptiste Rolland visite les terres entourant la rivière du Nord, à la hauteur de ce que l'on connaît aujourd'hui comme le secteur de Mont-Rolland. L'appui du docteur Grignon n'est pas négligeable et l'entrepreneur fait construire une usine pour la fabrication du papier fin. La Municipalité de Sainte-Adèle leur consent une exemption de taxes de 25 ans. Le développement d'habitations et de constructions communautaires autour de l'usine conduira à la création du village de Mont-Rolland en 1918 et, donc, à son détachement de Sainte-Adèle.

L'USINE DE MONT-ROLLAND VERS 1914 (CARTE POSTALE, ARCHIVES DE LA VILLE).



1904

Alors que la première feuille de papier sort de l'usine, Wilfrid Grignon fait installer dans sa résidence de la rue Beauchamp le premier central téléphonique au nord de Saint-Jérôme, desservant onze abonnés. Puis, le docteur fait construire un aqueduc privé qui fournit l'eau courante en haut du village.

1914

L'effervescence du ski alpin s'amorce avec l'arrivée du Suisse Émile Cochand qui s'installe dans la région et devient le premier instructeur de ski. Ce sport attire les touristes en grand nombre à Sainte-Adèle.

LE CHALET COCHAND EN 1921 (COLL. SOCIÉTÉ D'HISTOIRE DE SAINTE-MARGUERITE ESTÉREL).



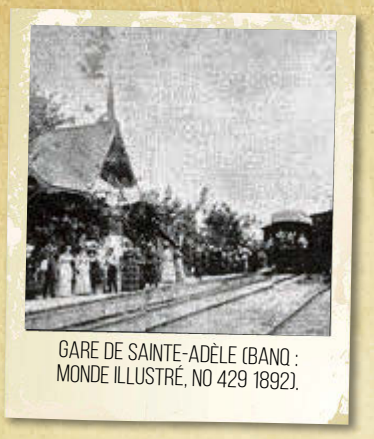
1930

Pour souligner les 75 ans de la paroisse, on érige une croix lumineuse de près de 20 mètres au sommet de la montagne du Sommet bleu.

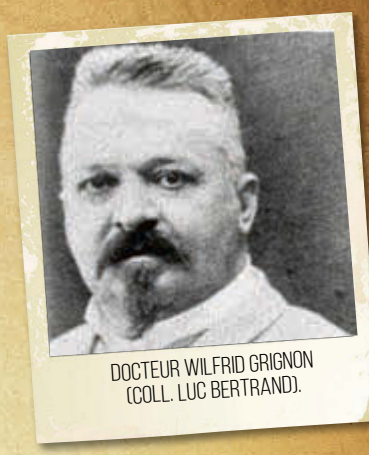





L'HONORABLE AUGUSTIN-NORBERT MORIN ET SON ÉPOUSE ADÈLE RAYMOND (COLL. ARCHIVES DU SÉMINAIRE DE TROIS-RIVIÈRES 0379-109J.B. LIVERNOIS).


GARE DE SAINTE-ADÈLE (BANQ : MONDE ILLUSTRÉ, NO 429 1892).


ARRÊT À LA PASSE DE LA MONTAGNE DU SAUVAGE LORS DE L'INAUGURATION (BANQ : MONDE ILLUSTRÉ, NO 579, 1895).


DOCTEUR WILFRID GRIGNON (COLL. LUC BERTRAND).


CENTRE DU VILLAGE – ANGLE DES RUES MORIN ET VALIQUETTE EN 1945 (COLL. JEAN-PIERRE BOURBEAU)

1933
Claude-Henri Grignon termine l'écriture du roman *Un homme et son péché*, qui connaîtra un succès sans précédent à la radio, puis à la télévision. Cette légende demeure gravée dans l'imaginaire québécois. Claude-Henri Grignon a également participé au développement de Sainte-Adèle par son implication en tant que maire, de 1941 à 1950.

1938
Le centre de ski les Côtes 40-80 ouvre ses portes aux nouveaux amateurs de ce sport en évolution dans la région.

1945
La route 11 est asphaltée jusqu'à Sainte-Adèle. Autour des années 1950, le développement résidentiel prend son envol dans le domaine Chantecler ainsi que dans les secteurs environnants. Les villégiateurs affluent de partout.

1964
Sainte-Adèle acquiert son statut de ville avec la fusion du village et de la paroisse. Le premier maire est Lionel Patry.

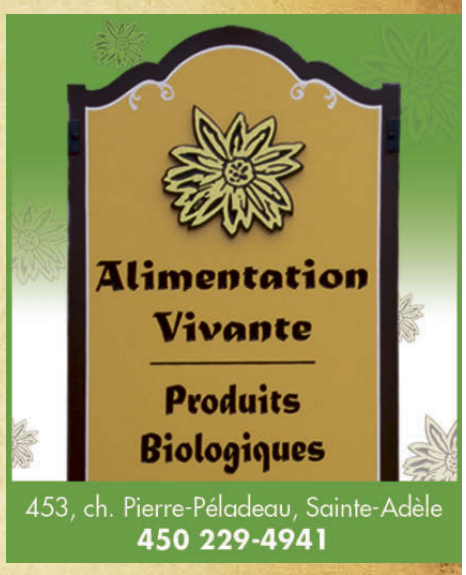
1990
L'usine La Rolland ferme ses portes. On démantèle la voie ferrée.

1996
Le parc linéaire Le P'tit Train du Nord est créé, pour la plus grande joie des cyclistes et des fondeurs.

1997
Sainte-Adèle et Mont-Rolland fusionnent pour former le grand Sainte-Adèle que l'on connaît aujourd'hui. Le premier maire est Pierre Grignon.

2015
Ouverture de la Place des citoyens

Une version plus étoffée de l'histoire de Sainte-Adèle et de nombreux faits historiques concernant certains bâtiments et personnages qui ont marqué l'histoire sont proposés dans le magnifique **Carnet patrimonial** réalisé par le comité de patrimoine de la ville. Offerte gratuitement et disponible à l'hôtel de ville, au Service des loisirs, à la bibliothèque et au Centre d'accueil touristique, cette superbe brochure propose deux circuits découverte; l'un à Mont-Rolland et l'autre dans le centre de Sainte-Adèle. Une application mobile présentant les nombreux points d'intérêt devrait également voir le jour au cours des prochains mois.









Les **armoiries** de Sainte-Adèle

Un iris versicolore bleu symbolise notre province, le Québec.

Le soleil rouge sur fond d'or et le flocon de neige or sur fond bleu démontrent Sainte-Adèle au « Cœur des Saisons ».

On y remarque également l'eau bleue de ses quarante-huit lacs et rivières ainsi que ses montagnes d'un bleu foncé dont le Sommet Bleu surplombé de sa croix lumineuse.

Le rouge, couleur dominante de l'ancien logo de Mont-Rolland, symbolisant le travail et la charité, occupe une place importante dans l'écu central.

Sur ce fond rouge, le symbole du papier de couleur blanche dont l'industrie a marqué la vie économique et sociale de Mont-Rolland.

Sainte-Adèle : un passé d'une grande richesse; un logo qui raconte toute une histoire.

Sculpture « **Les sept roues** »



La structure érigée à l'entrée de la Ville est composée des vestiges de l'usine La Rolland. Les sept roues proviennent des machines qui servaient au séchage du papier. L'assemblage des roues a été fait en s'inspirant des différents symboles des armoiries de la Ville, soit : le soleil, le flocon de neige et la croix. De plus, cette composition de roues est une évocation à la roue d'un moulin à eau, moteur d'une industrie importante dans la région.

La récupération de ces éléments en une sculpture moderne permet de commémorer le passé de la région tout en faisant l'éloge du présent.



Les murales des Pays-d'en-Haut

La route de notre patrimoine en peinture

L'intérêt et l'engouement pour l'histoire des Pays-d'en-Haut ne datent pas d'hier! Il y a bien longtemps que le riche patrimoine de notre belle région fascine et attire les visiteurs curieux, tout comme les passionnés du terroir et de l'histoire.

Véritable incursion dans l'histoire des Pays-d'en-Haut, la route des murales propose 13 œuvres géantes réalisées sur les murs extérieurs de certains bâtiments ou sur des structures montées sur pilotis. Les visiteurs découvriront, au gré des tableaux, des personnages historiques comme Claude-Henri Grignon, des institutions adéloises comme l'usine de papier La Rolland et le cinéma Pine, ou encore des scènes régionales, telles que la drave, la forge, la fondation de Sainte-Adèle, le lac Rond, Le P'tit Train du Nord, et bien d'autres. Grandiose et magnifique, cette galerie d'art à ciel ouvert rassemble des œuvres signées par des artistes locaux et québécois reconnus internationalement.

Si certains préféreront sillonner la route de notre patrimoine à pied, visitant du même coup quelques-uns des plus beaux coins de Sainte-Adèle, d'autres opteront pour le circuit guidé en carriole, proposé par la Chambre de commerce pendant la saison estivale. À bord d'une traditionnelle carriole tirée par des chevaux et accompagnés par un guide fasciné par le riche héritage de notre région, les amateurs d'art et d'histoire pourront découvrir ces œuvres monumentales au cours d'un circuit de 60 minutes. Assurez-vous de réserver votre place pour cette balade pittoresque et instructive qui vous mènera sur les traces des grands fondateurs et moments historiques de la région, en plus de vous faire découvrir des scènes typiques des Pays-d'en-Haut.

On peut prendre part au circuit guidé gratuitement, sur réservation seulement, en se rendant directement à la Place des citoyens ou en composant le 450 229-2921, poste 300. Les jeudis et dimanches, du 25 juin au 14 août.

TOUT SOUS UN MÊME TOIT
PRÊT HYPOTHÉCAIRE
ASSURANCE PRÊT
ASSURANCE HABITATION

UN TAUX QU'ON A ENVIE DE CRIER SUR TOUS LES TOITS
2,49%*
+ 1 000 $ EN ARGENT

Offre d'une durée limitée

Profitez dès maintenant d'un taux hypothécaire avantageux de 2,49% en plus d'une remise en argent de 1000$ lorsque vous optez pour un prêt hypothécaire à taux fixe de 30 mois chez Desjardins[1].

Seul Desjardins peut vous offrir au même endroit un taux hypothécaire avantageux, une assurance prêt[2] unique ainsi qu'une assurance habitation[3] à prix compétitif lors de l'achat de votre maison.

1. La promotion d'un taux hypothécaire à « 2,49% + 1 000$ de remise en argent » ou 2,29% sans remise est en vigueur jusqu'au 30 juin 2017. Offert pour tout nouveau prêt hypothécaire particulier Desjardins à taux fixe de 30 mois. Ne s'applique pas à tout financement entreprise dont notamment les financements d'immeubles de 5 logements ou plus. Le montant de 1 000$ en argent sera remis au compte lié au prêt hypothécaire. Cette offre peut prendre fin sans préavis. Le taux est sujet à changement sans préavis. Cette promotion ne peut être jumelée à une autre offre. Certaines conditions s'appliquent.
2. L'assurance prêt est offerte par Desjardins Sécurité financière, compagnie d'assurance-vie. Certaines conditions, exclusions et limitations peuvent s'appliquer.
3. L'assurance habitation est offerte par Desjardins Assurances générales Inc., manufacturier de produits d'assurance auto, habitation et entreprise. Certaines conditions, exclusions et limitations peuvent s'appliquer.

Desjardins
Caisse de la Vallée des Pays-d'en-Haut



Siège social
218, rue Principale, Saint-Sauveur
QC J0R 1R0

Centres de services Sainte-Adèle
893, boul. de Sainte-Adèle, Sainte-Adèle
QC J8B 2N1

Centre de services Lac Masson
2, rue des Lilas, Ste-Marguerite-du-Lac-Masson
QC J0T 1L0

www.desjardins.com/caissevalleepaysdenhaut • facebook.com/CaisseValleePaysDenHaut • 450-227-3712



Sainte-Adèle… **ville culturelle**


LA PLACE DES CITOYENS, UN CENTRE MULTIDISCIPLINAIRE EXCEPTIONNEL.


LA PLACE DES CITOYENS.


LE PARC DE LA FAMILLE ACCUEILLE LES SOIRÉES NOSTALGIA.


LES SOIRÉES NOSTALGIA.

Impossible pour les amateurs d'art, de culture, de musique et de divertissement de s'ennuyer à Sainte-Adèle. En effet, la Ville est un pôle culturel régional important, notamment grâce à sa magnifique Place des citoyens, un centre multidisciplinaire exceptionnel qui propose, tout au long de l'année, une programmation culturelle et artistique composée d'expositions, de concerts, de spectacles intimistes, de matinées jeunesse, de théâtre et de conférences. Un véritable joyau pour les artistes et un lieu privilégié pour assister à un événement à caractère culturel.

La salle Augustin-Norbert-Morin, qui peut accueillir près de 350 personnes, offre quant à elle une programmation d'envergure regroupant les plus grands noms de la chanson et de l'humour. Qui plus est, les profits générés par les spectacles qui y sont présentés contribuent à venir en aide aux élèves dans le besoin de notre communauté.

On retrouve également à Sainte-Adèle le fameux cinéma Pine, considéré comme une véritable institution dans la région avec près de 70 ans d'histoire. Grâce à ses huit salles et à sa programmation variée - présentée tant en anglais qu'en français - le cinéma attire semaine après semaine les cinéphiles qui apprécient la qualité des films qui y sont présentés ainsi que l'intimité et l'authenticité des salles.

Ayant pignon sur rue depuis les années 30, l'actuel théâtre de Sainte-Adèle a vu sa vocation artistique naître dans les années 50 grâce à la présentation par Claude-Henri Grignon d'une pièce de sa création. Au début des années 60, le théâtre de Sainte-Adèle devient l'un des premiers théâtres d'été du Québec. Il accueille aujourd'hui 400 amateurs d'humour et de comédie lors de ses représentations estivales.

La Ville possède par ailleurs un magnifique amphithéâtre extérieur pouvant accueillir plus de 5000 personnes pour des spectacles en plein air l'été. Le parc de la Famille est un lieu de rassemblement fort couru par les mélomanes qui se donnent rendez-vous, été après été, pour assister aux populaires Soirées Nostalgia, qui en étaient l'an dernier à leur 15e édition.

Les visiteurs peuvent également parcourir, à pied ou à bord d'une carriole, un circuit unique de 13 murales réalisées par des artistes professionnels sur des bâtiments au cœur même de la ville. Incontournable pour les amateurs d'art et d'histoire, ce circuit raconte en images certains des plus grands pans de l'histoire de Sainte-Adèle.

La bibliothèque Claude-Henri-Grignon propose par ailleurs une collection qui compte près de 40 000 documents et plus de 65 titres de périodiques. La bibliothèque met à la disposition des citoyens différents types de documents et offre des services et des activités à des fins d'information, de loisir, d'éducation et de culture.

3 SERVICES UNE SEULE ADRESSE !
42, rue Morin, Sainte-Adèle
TEATRO VERDE
Fleuriste contemporain
L'art végétal… écologique !
450 229-2257
Service de livraison
Dans mon Bocal
ÉPICERIE BIO - VRAC - LOCAL
450 745-0201
Préparation de commandes
ESPACE CAFÉ
facebook

Restaurant Juliano
Cuisine italienne
MENU LIVRAISON également disponible
Propriétaire : LUCIE DEBLOIS
Nos spéciaux disponible en salle à manger seulement
Mardi soir : Pasta 2 pour 1 (avec l'achat de 2 entrées)
Mercredi soir : Fish'n chips à 20$
Jeudi soir : Acheter n'importe quel plat principal et obtenez le deuxième à moitié prix (à l'achat de 2 entrées)
Vendredi soir : Soirée escalopes de veau à 21$
3275, boul. Ste-Adèle • 450 229-4320 • restaurantjuliano.com Fermé dimanche et lundi

NOUVEAU À SAINTE-ADÈLE
Perdez 20, 30 ou 40 livres
rapidement et sans avoir faim :
diète aux protéines ou basses-calories
Nous vous proposons une solution efficace et durable. Suivi assuré par des professionnels de la santé.
CLINIQUE
Maigrir en Santé
Bureaux à Montréal, Saint-Hyacinthe, Longueuil, Laval, Repentigny, Québec, Lévis, Chicoutimi, Gatineau et Trois-Rivières
Sainte-Adèle
1130, Boul. Ste-Adèle
450 229-1551
Ligne sans frais : 1 888 853-9898
www.cliniquemaigrirensante.ca



Au rythme des saisons… **culturelles!**

La culture sous toutes ses formes sera à l'honneur ce printemps à la Place des citoyens, grâce aux populaires séries d'événements qui ont fait la réputation de ce centre de diffusion multidisciplinaire depuis son ouverture en 2013. Ainsi, fidèle à son habitude et soucieuse de plaire aux nombreux visiteurs, la Place des citoyens propose une grande variété de prestations musicales, théâtrales et artistiques qui sauront combler tous les amateurs d'art et de culture. Voici les événements à l'affiche au cours des prochaines semaines.

Événements spéciaux

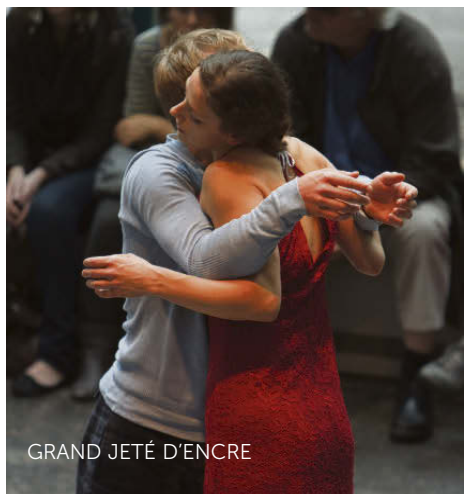
31 mars – 19 h 30 | *Richard le polichineur d'écritoires* - Théâtre avec Sylvain Massé

Une version revisitée et délirante de trois chefs-d'œuvre de William Shakespeare, considéré comme l'un des plus grands poètes, dramaturges et écrivains de la culture anglaise. Dans ce spectacle inusité et original, Richard se prétend professeur de littérature. Il raconte donc *Hamlet*, à l'aide d'un journal; *Roméo et Juliette*, en utilisant les vêtements qu'il porte sur lui; enfin *Richard III*, avec… un rôti de porc. Être ou ne pas être? Aimer! Créée par la compagnie belge Les Chemins de Terre, la pièce *Richard le polichineur d'écritoires* a été présentée plus de 300 fois dans une dizaine de pays. En compagnie des créateurs de la pièce, Sylvain Massé en a fait une adaptation bien personnelle qu'il nous présente aujourd'hui.


RICHARD LE POLICHINEUR D'ÉCRITOIRES

28 avril – 19 h 30 | Grand jeté d'encre - Compagnie de danse Code Universel

Spectacle à la fois enveloppant et étonnant qui réunit poésie et danse dans un mariage où vous serez enivré par l'intensité des mots et des gestes. Grand jeté d'encre vous convie à une rencontre poétique chorégraphiée sur les mots de l'auteure Anne Peyrouse. Par un jeu de déambulation, prônant un style de danse physique et dynamique, vous découvrirez quatre moments intimes où se côtoient réflexions, sentiments et tensions sur les thèmes de l'envolée, de la complicité, des limites du corps et du chant au désir. Conçu par le chorégraphe Daniel Bélanger, ce spectacle propose une magnifique prestation d'un trio d'interprètes qui vous séduiront par leur univers de la poésie du mouvement et des mots.


GRAND JETÉ D'ENCRE

Symphonies et viennoiseries

23 avril – 13 h 30 | L'esprit du blues


ESPRIT DU BLUES

Amateurs de blues, ne manquez pas ce rendez-vous incontournable avec cette talentueuse formation qui vous replongera dans les origines de la musique blues, dérivée des chants de travail tristes et mélancoliques des populations afro-américaines, apparus dans le sud des États-Unis au cours du XIX^{e} siècle. Regroupant les musiciens Chris Hunter (guitare), Pierre Perron (saxophone et voix), Roger Walls (trompette et voix), Jeff Simons (batterie et voix) et Jean Cyr (basse), ce groupe musical polyvalent offrira une grande variété de styles de blues : blues de Chicago et de Kansas City, Delta et Jazzy Blues, Rythm & Blues, Boogie Blues, Country Blues, et même un peu de rock'n'roll. Les spectateurs se régaleront de cette prestation festive et rythmée qui ravira tous les amateurs de blues!

Vert Lime studio
manucure • pédicure
• Pose d'ongle, gel, poudre et résine, reconstruction d'ongle • Soins de pieds (infirmière diplômée) • Massage mains, pieds (réflexologie) • Extension de cils • Microblading (sourcils) • Maquillage professionnel
1403, boul. Sainte-Adèle, Ste-Adèle
450 516-0395

Le Cantonnier
Une qualité de vie exceptionnelle
À LOUER
3½ 575$/mois
5½ 815$/mois
Rénovés, situé à Ste-Adèle
À proximité du Parc Henri-Grignon, des cours d'eau et des montagnes, le Cantonnier vous offre un oasis de paix et de quiétude à proximité de tous les services et loisirs.
www.habitationlecantonnier.com
450 229-6294

BF Boutique féerique
Robes de graduation | de soirée | de mariage
Accessoires
Notre succès repose sur un service personnalisé et exclusif!
1332, boul. de Sainte-Adèle, suite 120
450 229-7279 | boutiquefeerique.ca



Conférences

6 avril 19 h 30| Patrick de Bellefeuille
Les changements climatiques

Déjà passionné de communication lorsqu'il joint les rangs de Météomédia en 1988, Patrick de Bellefeuille développe rapidement un grand intérêt pour la météo et les changements climatiques. Suite à la rencontre d'un groupe de scientifiques et de présentateurs météo des quatre coins du monde qui s'intéressent particulièrement aux changements climatiques, il décide de joindre sa voix à cette cause. Depuis plus de 10 ans, Patrick de Bellefeuille assiste à des conférences internationales sur ce sujet à titre de conférencier ou de participant. Il a également passé plusieurs semaines à bord de l'Amundsen, un brise-glace canadien qui étudie l'impact des changements climatiques dans l'Arctique, en compagnie d'éminents chercheurs et scientifiques spécialisés. Depuis 2005, il donne des conférences pour mettre en lumière les cicatrices quotidiennes laissées sur la terre par l'Homme, dans le but de laisser aux générations futures une planète plus propre et en meilleure santé.

Parfums d'ailleurs

23 mars – 19 h 30 | Jean-Michel Dufaux
Asie 101


JEAN-MICHEL DUFAUX

Jean-Michel Dufaux est un vrai passionné de voyages. Avec plus d'une cinquantaine de pays visités à son actif, il est LA référence voyage depuis une dizaine d'années au Québec. Ses séries à Évasion (*Escales de Rêve, Europe Express, Soleil Express*) ainsi que ses années à titre de chroniqueur voyage à l'émission *Pour Le Plaisir* font de lui un conférencier hors pair. Spécialiste du monde asiatique – entre autres –, il présente aujourd'hui un survol de l'Asie pour les amoureux du continent, mais aussi pour les futurs voyageurs qui veulent en savoir plus sur cette magnifique partie du monde. Tourné en HD, ce film aux images exceptionnelles vous fera découvrir dans sa première partie les charmes de la Thaïlande, du Laos, du Vietnam, des Philippines et de la Malaisie. Après l'entracte, incursion du côté de Bali, Hong Kong, Macao, la Chine et la Corée du Sud. Un périple visuel qui vous donnera le goût de l'Asie.
450 229-2921, poste 300.

Samedis jeunesse

25 mars – 13 h 30 | *Dada*- Théâtre 5 à 12 ans


DADA

Léopold Minute, horloger de profession, répare, ajuste et reconditionne les montres, horloges et réveils depuis des années. Il s'exécute avec intuition et minutie, toujours à la recherche de la solution parfaite. Partagé entre sa passion et son dada, Léopold se laisse bercer par le tictac de sa boutique et s'endort pour quelques secondes à peine, presque hypnotisé... L'espace d'une rêverie, le voilà soudainement empli d'une douce folie qu'il exprime par la danse, la jonglerie et les acrobaties. Étourdi par sa conscience, Léopold est tiraillé entre sa timidité et son envie de prendre des risques, entre les virevoltes de l'accordéon et la douceur du violoncelle. Mais quel est donc le dada de Léopold?

29 avril – 13 h 30 | Atelier de création
7 à 12 ans (places limitées) Tissage à la façon de Mariette Rousseau-Vermette

Les jeunes de 7 à 12 ans sont invités à une session de création de tableaux tissés inspirés des œuvres des artistes laurentiens Mariette Rousseau-Vermette et Claude Vermette, pionniers de l'art public au Québec. Guidés par un artiste professeur de la compagnie Zoizo, spécialisée dans les ateliers créatifs et pédagogiques, les enfants auront la chance de concevoir leurs propres œuvres tout en s'amusant et en apprenant. Les jeunes pourront laisser libre cours à leur imagination et mettre leur créativité à profit pour la réalisation de leur œuvre sur toile avec tissus et laine.

Expositions

Du 7 avril au 15 mai | Ateliers croisés
Mariette Rousseau-Vermette et Claude Vermette : artisans de la modernité québécoise


ATELIERS CROISÉS

Produite et mise en circulation par le Musée d'art contemporain de Baie-Saint-Paul, cette exposition présente la plus grande rétrospective jamais consacrée à ce couple d'artistes adélois, en parcourant cinq décennies de créations. Rassemblant de nombreuses œuvres de Claude Vermette (objets d'art, pièces de faïence, encres, aquarelles, céramiques) et de Mariette Rousseau-Vermette (tapisseries), cette exposition constitue un parcours complet du travail créateur de ce couple mythique de Sainte-Adèle. L'art du couple Rousseau-Vermette témoigne d'un nouvel art de vivre qui voit le jour au Québec à partir de la fin des années 50. Ce projet est rendu possible grâce à la participation financière du ministère du Patrimoine canadien.

Du mardi au dimanche, de 10 h à 16 h
entrée libre

Les billets pour tous ces spectacles sont en vente sur le site Internet de la Ville de Sainte-Adèle (ville.sainte-adele.qc.ca/place-des-citoyens.php) et à la Place des citoyens. Pour plus d'informations, composez le 450 229-2921, poste 300.









Mimi Vézina / Gabriel Lavoie / Isabelle Boisvert / Francine Éthier / Ann Palmer /
Sylvie Brousseau / Eve Charbonneau / Stephan Daigle / Manon Morency /
Antonine Rodier / Yves Doré / Judith / Rebel / Logan /
Tone / Rio / Ama / Coulee / Géache

ÉDITION PRINTEMPS

Expo/Vente
PRIX D'ATELIER

DESTOCKAGE
* SUR CERTAINES OEUVRES SÉLECTIONNÉES



VERNISSAGE
VENDREDI 31 MARS 2017 À PARTIR DE 18H00

Place des Citoyens :
999, boulevard de Sainte-Adèle
Sainte-Adèle (Québec)

Tous les jours de 11h à 18h
Informations : 514-691-0451
info@artbidsclub.com
artbidsclub.com

Salle Augustin-Norbert-Morin

Pour une bonne cause, des spectacles qui font du bien!

Dotée de 340 places, la magnifique salle Augustin-Norbert-Morin propose des spectacles-bénéfices qui font du bien! Et pas seulement qu'aux nombreux spectateurs, mais également aux jeunes de notre région, puisque les profits générés sont versés au Fonds Réveille-matin, qui vient en aide aux élèves aux prises avec des difficultés financières. C'est donc pour une bonne cause que vous êtes convié à assister aux spectacles de Philippe Bond (22 avril) et Patrick Norman (20 mai).

Philippe Bond 2

Le samedi 22 avril à 20 h



Ce conteur-né à l'aisance exceptionnelle remplit complètement la scène et chauffe la salle à blanc en racontant avec une efficacité redoutable les anecdotes cocasses tirées de ses propres expériences; avouant vivre sa crise de la trentaine et se moquant ouvertement de son célibat. Philippe parle aussi de ses premières expériences de travail et dresse, en fin de compte, le portrait d'un gars dynamique et bien intentionné qui transforme tout ce qu'il touche en catastrophe.

Avec Philippe Bond 2, qui est encore une fois salué par le public tout en recueillant d'excellentes critiques, l'humoriste fait ni plus ni moins un bilan, non seulement de sa dernière tournée, qui l'a littéralement propulsé au-devant de la scène humoristique, mais aussi de sa vie en général.

Patrick Norman : après la tombée du rideau

Le samedi 20 mai à 20 h

À l'automne 2014, Patrick Norman célébrait ses 45 ans de carrière. Afin de souligner cet anniversaire marquant, il s'est offert en cadeau la sortie d'un nouvel album, son 29e depuis ses débuts en 1969.

Du coup, le plaisir se poursuit sur scène puisqu'un nouveau spectacle est venu concrétiser les célébrations de ce 45e anniversaire, comme la cerise sur le gâteau, depuis janvier 2015.

Quoi de mieux pour faire la fête qu'une soirée en bonne compagnie, et ça, Patrick l'a compris. Accompagné par ses fidèles complices, Patrick vous fera chanter et danser sur ses succès de longue date tels que *La guitare de Jérémie, J'ai oublié de vivre, Perce les nuages, L'hirondelle,* mais aussi ses récents succès tels que *C'était l'été.* Un nouveau spectacle, pour 45 ans de passion et d'émotions.



Achat de billets en ligne : www.salleanm.com

Achat de billets en personne : École Augustin-Norbert-Morin, 258, boul. de Sainte-Adèle, 450 240-6220 poste 0; Tabagie Le Calumet, 1128, boul. de Sainte-Adèle.

L'été réserve de belles surprises à Sainte-Adèle

Lancement de la programmation estivale le 17 mai

La Ville de Sainte-Adèle est impatiente de dévoiler à ses citoyens ainsi qu'aux nombreux visiteurs et villégiateurs qui fréquentent notre belle région pendant les vacances la fabuleuse programmation estivale concoctée par notre Service des loisirs.

Les amateurs d'événements en plein air seront ravis de renouer avec les grands classiques qui ont fait la réputation de Sainte-Adèle comme destination incontournable pour se divertir pendant la belle saison : le Grand déjeuner en blanc, les Soirées Nostalgia, la Fête nationale du Québec, les expositions estivales, la tournée des murales en carriole, le marché d'été et les nombreux rendez-vous familiaux proposés aux jeunes et aux moins jeunes.

Cette année encore, la Ville et les responsables du calendrier estival ont mis le paquet pour offrir des activités qui sauront plaire à tout un chacun. Soyez aux aguets pour le dévoilement de la programmation d'été qui aura lieu le 17 mai prochain à la Place des citoyens.

L'été vous réserve de belles surprises et de grandes émotions à Sainte-Adèle!



Un événement unique par sa qualité et sa signature distinctive

Printemps de la Sculpture

Présentée pour une deuxième année consécutive dans la magnifique salle Rousseau-Vermette ainsi qu'au rez-de-jardin de la Place des citoyens, l'expo-vente *Printemps de la sculpture* avait rassemblé l'an dernier plus de 50 artistes sculpteurs provenant des Laurentides et d'ailleurs au Québec. Cet événement unique dans les Laurentides avait attiré plus de 1000 amateurs d'art qui ont pu découvrir des œuvres d'une grande beauté, originalité et diversité.

Cette année encore, le Studio d'Artgenteuil a réuni plus d'une quarantaine de sculpteurs professionnels qui présenteront des œuvres de divers matériaux et qui seront sur place afin de parler de leurs créations et d'échanger avec les visiteurs. Le sculpteur Clodoul, originaire de la région de Drummondville, sera l'artiste invité. Clodoul sculpte le bois; ses pièces sont très colorées et les moindres détails racontent une histoire à multiples facettes. Selon Clodoul, la pièce de bois devient un nouveau monde qui s'offre à l'exploration. Il ne sert à rien de forcer la création puisque celle-ci s'exprime dans la liberté.

Plusieurs activités éducatives seront présentées pendant la fin de semaine, notamment le portrait en argile d'un modèle vivant, la projection d'un documentaire sur le parcours du sculpteur Robert Roussil (1925-2003) et du dessin d'observation de sculptures réalisé par des élèves en arts visuels.

Il y aura également la remise du Prix Coup de cœur du public et du Prix Distinction à deux artistes participants.
C'est une invitation à ne pas manquer!

Vendredi 19 mai : 18 h à 21 h (vernissage sur invitation)

Samedi 20 mai : 10 h à 17 h

Dimanche 21 mai : 10 h à 16 h

Place des citoyens, 999, boul. de Sainte-Adèle.
Informations : info@studiodartgenteuil.com
450 409-0909

Événement signature de la Ville de Sainte-Adèle

Le Quartier Littéraire

Le Service de la culture de la Ville de Sainte-Adèle concocte tout un événement! Du 1er au 10 septembre 2017, au parc Claude-Henri-Grignon, le tout premier Quartier Littéraire plongera les visiteurs dans un univers où les arts littéraires seront à l'honneur. Qu'ils viennent flâner, bouquiner en plein air au cœur de la vallée des Laurentides, participer à une panoplie d'expériences immersives, faire des rencontres interactives, visiter une exposition d'arts visuels à saveur littéraire; les résidents et villégiateurs seront bercés par une programmation mettant en valeur le livre et ses artisans.

Appel à bouquins - Avez-vous de beaux et bons livres à partager ?

Afin de préparer cet événement unique qui fera rayonner l'ensemble des arts littéraires, nous faisons appel aux lecteurs et amants de la littérature et sollicitons leur collaboration afin de faire de la bibliothèque du site un espace de choix qui offrira une sélection de coups de cœur littéraires (pour adultes et pour enfants, tous thèmes confondus).

Vos livres sont en bon état? Vous désirez vous en départir et en faire bénéficier les visiteurs du Quartier Littéraire? Nous sommes preneurs!

Un seul point de chute !

Venez déposer vos livres chouchous avant le 22 mai 2017 au centre communautaire situé au 1200, rue Claude-Grégoire, du lundi au jeudi de 8 h à 16 h (bureaux fermés entre 12 h et 13 h) ou le vendredi de 8 h à 12 h.

Votre recommandation !

N'hésitez pas à insérer une note manuscrite dans le ou les livres que vous déposerez. Ces messages personnalisés, destinés aux futurs lecteurs, seront laissés dans vos ouvrages et/ou utilisés pour agrémenter notre répertoire de prescriptions littéraires. À votre tour de sortir votre plus belle plume!

Soyez à l'affût du dévoilement de la programmation de ce grand rendez-vous automnal qui mettra en valeur le livre, la lecture, l'illustration, la création et tous les aspects touchant à ce riche univers. Et d'ici là, n'oubliez pas de nous partager vos lectures préférées!







MONT GABRIEL
RESORT & SPA

HÔTEL & SPA MONT GABRIEL
UN CHOIX TOUT NATUREL !

BRUNCH
RÉUNIONS
HÉBERGEMENT

TERRASSE
BAR
PISCINE

GOLF
TENNIS
SPA RELAXIA

ABONNEMENTS GOLF
& Country Club disponibles.
Inscrivez-vous dès aujourd'hui!
Cocktail d'ouverture : 23 avril

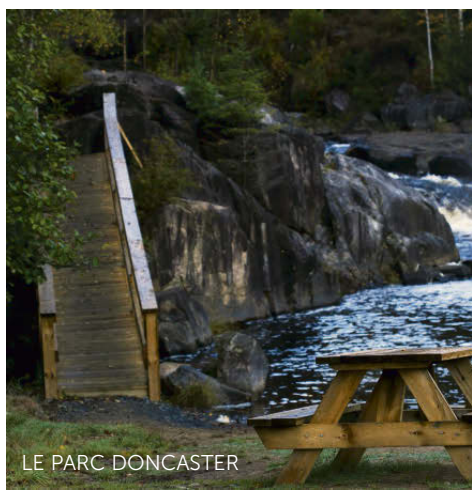
1-800-668-5253 / 450-229-3547
MONTGABRIEL.COM • SAINTE-ADÈLE

Sainte-Adèle… ville de sport et de plein air

Véritable poumon des Pays-d'en-Haut, la Ville de Sainte-Adèle regorge non seulement d'attraits naturels qui lui confèrent un statut particulier dans le cœur des amateurs de plein air, mais elle possède également de nombreuses infrastructures qui accueillent au fil des saisons les amateurs de sport et d'activités extérieures.



LE LAC ROND.


LE PARC DONCASTER


LE PARC LINÉAIRE LE P'TIT TRAIN DU NORD

Incontestablement le principal attrait de Sainte-Adèle, le splendide lac Rond, situé en plein cœur de la ville, permet la baignade et les activités nautiques en été (plage Jean-Guy-Caron) et accueille en hiver patineurs et marcheurs sur les anneaux de glace et de marche.

La Ville possède également 14 parcs et espaces verts, dont les parcs de la Famille, Claude-Henri-Grignon, Lionel-Patry, Claude Cardinal, du Paysan, des Pentes 40-80, de la rue Lépine, et plusieurs autres. Certains de ces parcs accueillent d'ailleurs de nombreuses activités et infrastructures sportives, notamment : un sentier de BMX (aussi connu sous le nom de *pump track*), un parc multisports (tennis, *pickleball* et basketball), deux aires pour pratiquer le *skateboard*, deux terrains de soccer, cinq courts de tennis en terre battue, trois terrains de basketball, deux patinoires, etc.

La Ville compte aussi quatre clubs de golf (Chanteclerc, Mont-Gabriel, La Vallée, Alpine) ainsi que deux centres de ski (Ski Mont-Gabriel et Ski Chantecler).
Les amateurs de vélo et de ski de fond fréquenteront quant à eux le parc linéaire Le P'tit Train du Nord, une superbe piste cyclable et de ski de fond de 232 kilomètres qui relie Bois-des-Filion à Mont-Laurier. L'ancienne gare de Mont-Rolland demeure d'ailleurs l'un des lieux d'accueil les plus fréquentés le long du parc.

Les amoureux de la nature (et amis des animaux, qui sont bienvenus en laisse) sont par ailleurs nombreux à se balader au parc de la rivière Doncaster, une destination prisée pour la randonnée pédestre, la pêche et la raquette.

Il va sans dire que les adeptes d'activités de plein air connaissent bien le vaste réseau de sentiers de raquette, ski de fond, *fat bike,* vélo de montagne et randonnée pédestre aménagé par Plein-Air Sainte-Adèle (PASA) sur le territoire de la ville. Plus de 200 km de sentiers à découvrir pour pratiquer vos activités sportives préférées, saison après saison.

La Ville est également l'hôte de plusieurs événements sportifs d'envergure, dont le Défi Je bouge, la Course des Flocons et plusieurs autres rendez-vous compétitifs ou participatifs.



4e édition du Défi Je bouge

Courir pour la cause!

Après une 3e édition qui s'est déroulée sous un soleil radieux et qui avait rassemblé plus de 575 participants sur la ligne de départ, la Ville de Sainte-Adèle est fière de s'associer à la Fondation des Gens Heureux de l'école Saint-Joseph afin de présenter la 4e édition du Défi Je bouge, qui se déroulera le samedi 6 mai 2017.

Le Défi Je bouge est une initiative qui permet d'amasser des fonds pour promouvoir et soutenir les activités éducatives, sportives, artistiques et scientifiques offertes aux élèves de cette institution scolaire. Le but de l'événement est de faire bouger un maximum d'enfants et de parents, de les mobiliser pour une bonne cause et de leur faire découvrir la magnifique Ville de Sainte-Adèle.

Cet événement de course à pied, chapeauté par Événement Top Chrono, présentera quatre circuits. Deux circuits familiaux pour des distances de 1 km et 3 km et deux circuits de course de 5 km et 10 km. Les circuits de 1 km, 3 km et 5 km peuvent être parcourus à la marche.

Les départs et arrivées des courses se feront à la Place des citoyens située au 999, boulevard de Sainte-Adèle.

Pour toutes informations, communiquez avec la Fondation des Gens Heureux de l'école Saint-Joseph par téléphone au 450 240-6223, poste 3306 ou par courriel à : fondationgensheureux@gmail.com

Pour de plus amples informations sur le déroulement de la course et pour vous inscrire*: www.evenementstopchrono.net/defi-je-bouge-2017

(*Tarif réduit pour les inscriptions effectuées avant le 15 avril 2017.)

Le dimanche 2 avril à la Place des citoyens

Le rendez-vous **Défi Santé**
Présenté par Cardio Plein Air

Le dimanche 2 avril prochain de 10 h 30 à 11 h 30, Défi Santé, Cardio Plein Air et les villes de Sainte-Adèle, Piedmont et Saint-Sauveur unissent leurs efforts et lancent à la Place des citoyens de Sainte-Adèle le Rendez-vous Défi Santé 2017.

Être bien, actif.

Cet événement, qui se tiendra simultanément dans plus de 50 villes et arrondissements du Québec, propose un entraînement gratuit de 60 minutes offert à toute la population (accessible à tous, quel que soit l'âge ou la condition physique).

De plus, afin de vous soutenir dans vos efforts de mise en forme durant le mois du Défi Santé, Cardio Plein Air et les villes participantes sont fiers de vous proposer trois entraînements supplémentaires gratuits qui auront lieu :

- Le dimanche 9 avril à 10 h 30 au parc Georges-Filion à Saint-Sauveur

- Le dimanche 23 avril à 10 h 30 au parc des Sablières à Piedmont

- Le dimanche 30 avril à 10 h 30 à la Place des citoyens

Cette activité est offerte gratuitement à toute la population. Réservation requise à : st-sauveur@cardiopleinair.ca ou par téléphone au 450 643-0465.



Le samedi 10 juin au Ski Chantecler

Course MEC

Que vous soyez un coureur sur route ou en sentier, vous trouverez beaucoup de plaisir à venir relever le défi! Au choix : 1, 5, 10 et 20 km en sentier ou 10 km sur route, au Ski Chantecler, à Sainte-Adèle, le samedi 10 juin 2017.

Vous pouvez choisir entre un parcours sur des sentiers diversifiés qui vous offriront des points du vue magnifiques sur les montagnes des Laurentides ou un défi sur route qui vous permettra certainement de vous dépasser!

En sentier, vous vous donnerez à fond en parcourant des kilomètres dans la montagne et où vous découvrirez un magnifique site.

Ceux qui opteront pour le 10 km sur route auront la chance d'admirer les paysages et de relever un défi de taille, mais fort plaisant!

Inscriptions

- Frais d'inscription : 15 $ + taxes (20 $ pour le 20 km)
- Date limite pour les inscriptions en ligne : mercredi 7 juin, 23 h 30

- Inscriptions sur place au coût de 25 $ taxes incluses (30 $ pour le 20 km). Argent comptant seulement.

Horaire des départs

Départ du 20 km : 9 h 30

Départ du 10 km : 9 h 45

Départ du 5 km : 10 h

Départ du 1 km : 11 h 30

Tous les détails sur evenements.mec.ca.

Venez vous amuser et vous oxygéner avec la dynamique équipe du magasin MEC du Marché central de Montréal!



ACHETEZ
un sac de Royal Canin pour chat de 5,5 lb ou plus...
ET RECEVEZ
GRATUITEMENT un sac de litière pour chats de 6 kg.*
ROYAL CANIN
* Voir un associé du magasin pour plus de détails.
* © Royal Canin SAS 2017. Tous droits réservés.
* Quantitées limitées.
moulées du nord
VOTRE SHOPPING ANIMAL
459, chemin Pierre-Péladeau, Sainte-Adèle
450 229-3030 • Mouleesdunord.com

MASSOTECH
UNE ÉCOLE
Programme de formation professionnelle en massothérapie de niveau I et II.
Formation continue, introduction, atelier pour tous ou de perfectionnement.
Notre prochaine session pour devenir massothérapeute débute le 9 mai.
Soirée d'information 3 avril (réservation requise)
À l'horaire actuellement:
• Suédois • Massage sur chaise
• Polarité • Deep tissu
• Jin Shin Do • Masso-kiné
• Femme enceinte
Pour plus d'infomation visitez notre site!
UNE CLINIQUE
Clinique interdisciplinaire : plusieurs professionnels de la santé, dont des massothérapeutes spécialisés (massage thérapeutique, sportif, femme enceinte, masso-oncologie, fasciathérapie, thaïlandais, lomi lomi, drainage lymphatique leduc et de la clinique étudiante à demi tarif).
Également sur place : ostéopathe, acupuncteur, homéopathe et naturopathe.
Nouveauté : cours de yoga et pilates offert sur place.
Toute une équipe sous un même toit pour mieux vous servir.
massotech.com • 450 229-7594
info@massotech.com
1392 Boul de Sainte-Adèle, Sainte-Adèle, QC J8B 2N5



Plein-Air Sainte-Adèle

Avoir le plein air à cœur !

Depuis plus de 25 ans, Plein-Air Sainte-Adèle (PASA) joue un rôle primordial dans notre communauté et dans notre région, alors que ses nombreux bénévoles multiplient les efforts afin d'offrir aux amateurs de plein air une foule de sentiers leur permettant de pratiquer leurs activités préférées au gré des saisons. Pistes de ski de fond, de raquette, de *fat bike*, ou encore de randonnée pédestre et de vélo de montagne pendant la saison estivale; les possibilités sont infinies.

Grâce à la contribution inestimable et au dévouement sans borne de ses 500 membres bénévoles, PASA entretient, balise, cartographie et développe un réseau de sentiers dont l'accès est totalement gratuit et qui compte déjà plus de 200 km de pistes dédiées à la pratique des sports de plein air.

PASA est composé d'un conseil d'administration et regroupe divers comités qui veillent aux activités propres à leur champ d'expertise. On retrouve donc des comités pour le vélo, le ski de fond, la raquette et la randonnée, la cartographie, la permanence et les communications. L'organisme compte aussi des parrains et des marraines qui sont les yeux et les oreilles de PASA, puisqu'ils sillonnent régulièrement les sentiers dont ils ont la responsabilité et informent les responsables des comités qui mettent en œuvre les actions nécessaires. Des journées d'entretien et de corvées sont également organisées par PASA et c'est alors que les bénévoles sont sollicités pour mettre la main à la pâte et participer au nettoyage des pistes ou au développement de nouveaux sentiers.

Bilan des réalisations pour 2016

L'année 2016 a été particulièrement fructueuse pour Plein-Air Sainte-Adèle, comme en témoigne le bilan tracé par les responsables de l'organisme lors de leur assemblée générale annuelle tenue le 22 mars au centre communautaire Jean-Baptise-Rolland. Le président de PASA, Philip Malette, ainsi que les responsables des divers comités se sont succédé devant le micro pour présenter les nombreuses réalisations accomplies par l'organisme au cours de la dernière année, en plus d'annoncer les priorités pour 2017.

Le fait saillant de l'année 2016 est incontestablement l'acquisition par la Ville de Sainte-Adèle du vaste terrain du Mont Loup-Garou, suite à une recommandation de PASA. Ce lot de plus de 70 acres, où l'on retrouve plusieurs kilomètres de sentiers de raquette, de ski de fond et de randonnée, et qui héberge également le refuge du Mont Loup-Garou, est particulièrement prisé des amateurs de plein air qui apprécient non seulement la beauté des sentiers, mais également la vue spectaculaire qui s'offre à eux au sommet de la montagne. Cette acquisition permet à la ville de protéger ce véritable sanctuaire du plein air et ainsi d'assurer la pérennité des nombreuses pistes qui y ont été développées par PASA au fil des ans.

Afin de remercier l'ancien propriétaire, Bruce Foy, d'avoir accepté de vendre ce précieux terrain, la Municipalité et les bénévoles de PASA ont décidé de nommer une piste ainsi qu'un magnifique cap rocheux en son honneur. Les randonneurs peuvent donc désormais découvrir et admirer, à moins de 200 mètres du refuge du Mont Loup-Garou, le court sentier Bruce-Foy qui mène au cap du même nom.

L'année 2016 fut également marquée par l'inauguration d'un parc de *freeride*, au grand bonheur des adeptes de cette discipline associée au vélo de montagne, combiné à différents obstacles. Situé aux pentes 40-80, le parc offre deux pistes de type *flowtrack*, l'une de niveau intermédiaire et l'autre de niveau plus avancé. La première est exempte d'obstacles difficiles et s'étend du sommet à la base avec un sentier d'une longueur d'un kilomètre. La seconde totalise 750 mètres et est destinée aux experts. La piste comporte des sauts, des *drops* et des *gaps*, en plus de présenter divers obstacles. Ce réseau de pistes propose donc différents coefficients de difficulté qui permettront aux cyclistes de progresser et de développer leurs habiletés. Ce projet ambitieux avait pu se concrétiser grâce aux travaux réalisés par les bénévoles de PASA et au support financier de la Ville de Sainte-Adèle, de la MRC des Pays-d'en-Haut et de Mountain Equipment Coop (MEC).

Le comité de vélo a également poursuivi le développement du réseau de sentiers de *fat bike* vers le Ski Chantecler, en plus de proposer à l'essai un nouveau sentier de *fat bike* sur le Golf de La Vallée.

Les comités de raquette/randonnée et de ski de fond ont également vu leur réseau respectif prendre de l'expansion, notamment grâce à l'aménagement de nouvelles pistes dans le secteur du Chantecler, du Mont Loup-Garou










LE CHALET DU MONT LOUP-GAROU.


UN SENTIER DANS LE SECTEUR DU LAC RICHER.


LES PISTES DE FAT BIKE SONT DE PLUS EN PLUS POPULAIRES.


DU VÉLO FREERIDE AUX PENTES 40/80.

et du Golf de la Vallée, ainsi qu'à l'installation de tables à pique-nique pour accueillir les randonneurs et fondeurs aux différents points de vue.

PASA a également publié en 2016 une toute nouvelle carte des sentiers de raquette et de ski de fond qui est désormais offerte gratuitement aux amateurs de plein air. Reflétant les plus récents ajouts, la carte propose plus de 165 km de pistes de ski de fond et près de 50 km de sentiers de raquette.

Projets pour 2017

Les priorités de l'organisme, qui travaille main dans la main avec les dirigeants de la Ville de Sainte-Adèle, demeurent bien sûr le développement du réseau, mais également la mise en place d'un projet de pérennisation des sentiers. À l'heure actuelle, une grande partie des pistes aménagées et balisées par les bénévoles de PASA se trouvent sur des terrains privés, où les propriétaires offrent gracieusement un droit de passage. Bien que la Ville et PASA soient extrêmement reconnaissants à ces citoyens de permettre l'accès à leurs terrains, l'objectif est d'acquérir certaines de ces terres afin d'assurer leur vocation récréative pour les générations à venir. C'est pourquoi il importe de définir une approche qui permettra à la Ville et à PASA de travailler de concert avec les propriétaires pour offrir aux citoyens un réseau de sentiers permanent.

PASA projette également de travailler sur la signalisation des sentiers afin d'assurer une plus grande uniformité et également une plus grande sécurité pour les utilisateurs. De plus, les responsables de PASA souhaitent restaurer et bonifier le refuge du Mont Loup-Garou, sans contredit l'un des emblèmes du plein air à Sainte-Adèle.

Des bénévoles appréciés et reconnus

L'implication des bénévoles de PASA, qui s'investissent sans compter dans les nombreux projets réalisés au fil des ans sur l'ensemble du territoire de Sainte-Adèle, profite non seulement à l'ensemble de la population, mais également aux nombreux villégiateurs qui visitent notre belle région et apprécient tout particulièrement l'offre abondante d'activités proposées dans les Pays-d'en-Haut. Ce sont donc cette générosité et ce rayonnement qui font que PASA s'attire de nombreux éloges et des reconnaissances bien méritées.

L'organisme a notamment bénéficié d'une subvention de 15 000 $ en 2016 de la part de MEC pour concrétiser le projet de parc de *freeride* aux pentes 40-80, en plus d'être nommé le choix des employés du magasin MEC Marché central, ce qui leur a également valu une subvention de 1250 $. Remises dans le cadre de leur programme de subventions à la communauté, ces subventions coups de cœur sont accordées à des organismes communautaires choisis par les employés de chaque magasin MEC. Les employés de MEC Marché central ont expliqué leur choix en disant que, tout comme les membres de PASA, ils ont à cœur le développement, l'accessibilité et la durabilité des activités de grande nature. À cet égard, Plein-Air Sainte-Adèle représente parfaitement le genre d'organisme qu'ils souhaitent supporter dans la pratique des activités de plein air, et ce, dans un environnement magnifique.

La Ville de Sainte-Adèle a quant à elle tenu à souligner la participation active et soutenue de PASA au développement du plein air et à la gratuité des activités offertes sur notre territoire en présentant la candidature de l'organisme aux Prix pour le bénévolat du Canada 2017, dans la catégorie Innovation sociale. Après plus de 25 ans à veiller au développement et à la promotion du plein air auprès de notre communauté, PASA mérite de récolter le fruit de ses efforts soutenus et de recevoir, à son tour, le témoignage de notre reconnaissance. Les noms des lauréats des Prix seront annoncés lors d'une cérémonie à l'automne 2017.

MARCHÉ BONICHOIX

DES VIANDES FRAÎCHES ET SAVOUREUSES À DES PRIX FABULEUX!
Super spéciaux longue durée sur les emballages familiaux*

Pilon de poulet = 5.24$/kg
Cuisse de poulet = 4.39$/kg
Bifteck français = 13.99$/kg
Côtelette de porc désossée = 7.99$/kg
Bœuf haché mi-maigre = 11.99$/kg

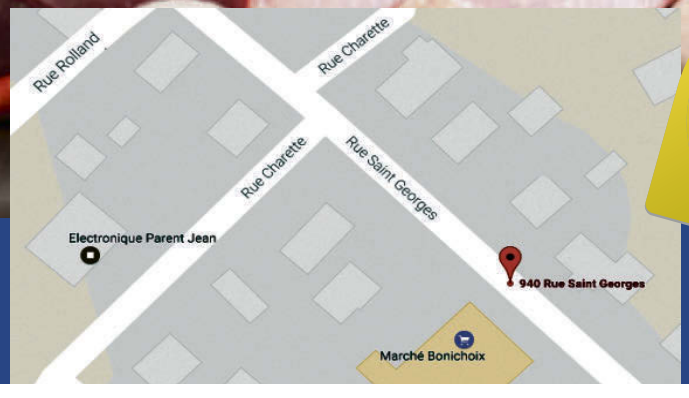
QUELQUES SPÉCIAUX QUI VALENT LE DÉTOUR*

Eau Véo 4l = 1.29$
18 d'eau Labrador = 3.99$ (plus dépôt)
Jus Allen's 1l = 0.99$
Eau pétillante Nestlé Purelife= 0.89$
Fromage en tranche Black Diamond (24) = 3.99$
Jus Fruité 2L = 1.79$

*prix sujet au changement sans préavis

CHOIX DE BIÈRES DE MICRO-BRASSERIES

Pit Caribou • Trou du Diable • Don de Dieu • Beau's • Saint-Arnould • 2 Frères et plusieurs autres à venir…



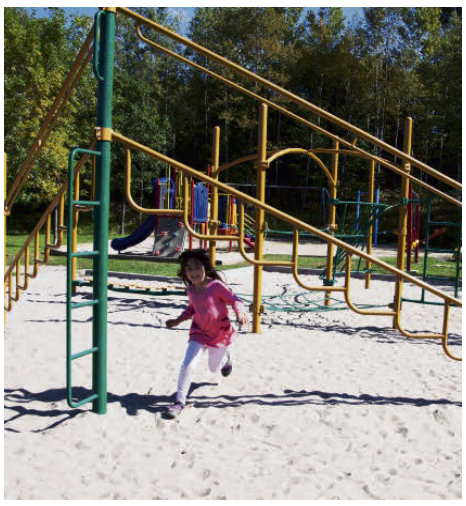
UNE ÉPICERIE À MONT-ROLLAND? OUI, ICI!

ÉMILIE JUTEAU ET PASCAL MÉNARD, PROPRIÉTAIRES
940, rue Saint-Georges, Sainte-Adèle (secteur Mont-Rolland) 450 229-3748



Sainte-Adèle… **ville pour la famille**

Sainte-Adèle se positionne comme une ville pour la famille en proposant des services et des infrastructures propices à l'épanouissement de toutes les générations ainsi que des attraits naturels et socioculturels qui assurent une remarquable qualité de vie à ses citoyens et un accueil chaleureux à ses visiteurs.



Avec sa riche programmation d'activités sportives et récréatives, ses camps de jour, sa magnifique plage, sa bibliothèque, ses nombreux parcs, ses grands espaces, ses innombrables lacs et rivières, ses écoles réputées, ses événements culturels, ses activités familiales, sa Maison des jeunes, ses groupes communautaires et ses clubs sociaux, ses organismes bénévoles, la Ville de Sainte-Adèle propose aux jeunes comme aux moins jeunes un milieu de vie propice à l'épanouissement et au bien-être.

Si les résidents de Sainte-Adèle peuvent bénéficier de services et de tarifs préférentiels grâce à leur carte citoyenne, les familles des Pays-d'en-Haut peuvent également profiter de la généreuse programmation familiale quatre saisons offerte à Sainte-Adèle : fête de l'Halloween, Magie de Noël, Plaisirs d'hiver, festivités de la Fête nationale, Fête familiale, P'tits jeudis ensoleillés, animations de la bibliothèque, journée des aînés, camps d'été, spectacles en plein air, expositions, circuits patrimoniaux, tournée des murales, activités de plein air, etc.

L'offre est abondante, s'adresse à tous les groupes d'âge et propose une grande variété d'activités qui permettront à l'ensemble de la population et des visiteurs de passer d'agréables moments à Sainte-Adèle et de vivre des expériences mémorables en famille.

Journée Place aux 50 ans et mieux

Lève-toi, **on bouge!**

C'est sous le thème Lève-toi, on bouge! que se déroulera la Journée des aînés, le 8 mai prochain de 8 h 45 à 16 h à l'Hôtel et Spa du Mont-Gabriel.

PLACE AUX 50 ANS et MIEUX

Animée par Josée Lavigueur - véritable ambassadrice de la bonne forme -, cette conférence comporte plusieurs volets : séance d'activités, pause santé, conférence voyage, zoothérapie et plus encore. Les vêtements décontractés sont recommandés.

Achat de billet (17 $) du 4 au 22 avril au Service des loisirs, de la culture et de la vie communautaire (1200, rue Claude-Grégoire). Faites vites, les places sont limitées.

Surveillez la programmation complète qui sera bientôt diffusée dans les journaux locaux et sur le site Internet de la Ville de Sainte-Adèle ou communiquez au 450 229-2921, poste 244.


JOSÉE LAVIGUEUR

Bibliothèque Claude-Henri-Grignon

La lecture pour tous !

La bibliothèque Claude-Henri-Grignon met à la disposition des citoyens différents types de documents et propose de nombreuses activités aux jeunes et aux moins jeunes. Si les résidents de Sainte-Adèle peuvent s'abonner gratuitement (sur présentation de leur carte citoyenne), les non-résidents peuvent également profiter de la collection de près de 40 000 titres disponibles à la bibliothèque, moyennant des frais d'abonnement abordables. La bibliothèque souhaite ainsi favoriser l'accès au savoir et à l'imaginaire et soutenir le développement collectif et individuel.

Voici quelques-unes des activités proposées ce printemps :

L'heure du conte

Âges suggérés : 3 à 8 ans

L'Heure du conte avec Monsieur Guillaume et Gros ragoût se déroule sous le signe du plaisir et invite à la découverte d'histoires abracadabrantes et fabuleuses. Gros Ragoût a toujours bien du plaisir à venir nous visiter. Monsieur Guillaume, son bon ami, a accepté de l'inscrire à la bibliothèque afin qu'il partage avec toi ses découvertes.

Pour le rencontrer et partager avec lui, tu dois être abonné à la bibliothèque et t'inscrire pour réserver ta place. De plus, Monsieur Guillaume a toujours un bricolage en poche, un souvenir de ce moment inoubliable!
Samedi 8 avril 10 h 30
Samedi 13 mai 10 h 30
Samedi 17 juin 10 h 30

Note: Il est possible pour les non-abonnés d'y participer moyennant des frais de 7 $ par enfant par animation. L'abonnement pour un an est aussi offert au coût de 30 $ par enfant, donnant ainsi droit à tous les privilèges d'un abonné.

Club du Rat Biboche

Club de lecture qui se déroule de mars à juin pour les jeunes de 3 à 6 ans. Sélection de livres pour les membres avec animations mensuelles et tirages.
Activités d'animation**

Mardi 25 avril à 18 h 30 – Nouveau spectacle de Gros Ragoût
Mardi 30 mai à 18 h 30 – Soirée de jeux du rat Biboche

(** Réservation obligatoire)

Assurez-vous qu'il y ait encore des places disponibles au club en téléphonant à la bibliothèque durant les heures d'ouverture.

Le printemps des revues

Du 21 mars au 9 avril

Lancé en 2011, le Printemps des revues est le seul événement annuel québécois entièrement dédié aux revues culturelles. Produit par la Société de développement des périodiques culturels québécois (SODEP), en collaboration avec les éditeurs et plusieurs partenaires culturels, ce rendez-vous unique a pour but de faire connaître ces espaces de réflexion, de débat et de création que sont les revues culturelles et de sensibiliser le public à l'importance d'une presse québécoise de qualité, indépendante et diversifiée.*

Prérequis : être abonné à la bibliothèque. Gratuit pour les résidents avec la carte citoyenne. Tarif de non-résident (0-17 ans) : 30 $ par année.

Profitez-en pour venir consulter près de 40 revues culturelles québécoises!

Concours

Pour participer, les usagers devront associer le titre d'une revue à son énoncé afin de courir la chance de gagner un abonnement d'un an à une revue culturelle!



(*Tiré du site de la SODEP : www.sodep.qc.ca)

Pour informations :
Bibliothèque Claude-Henri-Grignon
555, boulevard de Sainte-Adèle, porte 118
450 229-2921, poste 238
ville.sainte-adele.qc.ca/bibliotheque.php





Des **programmes d'études spécialisés** pour tous les goûts

Les établissements d'enseignement de la Ville de Sainte-Adèle répondent sans conteste aux besoins d'une population active, artistique et épicurienne pour ainsi former des citoyens passionnés qui plongent corps et âme dans une vocation à leur mesure.

École hôtelière des Laurentides

Depuis 1983, cette école publique offre, chaque année, à près de 300 élèves inscrits à temps plein selon la formule Alternance travail-études, un enseignement professionnel dans près d'une dizaine de métiers reliés aux secteurs de la restauration, de l'hôtellerie et de l'alimentation.
ecolehotelierelaurentides.com

École Augustin-Norbert-Morin

Cette école secondaire compte plus de 1000 élèves et dessert la clientèle d'un large territoire s'étendant de Sainte-Anne-des-Lacs à Saint-Adolphe-d'Howard et de Sainte-Marguerite-du-Lac-Masson à Wentworth-Nord. L'établissement propose de nombreux programmes sportifs ou artistiques.

Danse-études

Dans un grand studio de danse tout équipé, le programme danse-études propose un projet où l'élève développe ses habiletés de création, d'interprétation et d'appréciation de la danse en explorant la danse contemporaine, le ballet et plusieurs autres types de danse. On y accueille des artistes invités et les jeunes participent à plusieurs événements spéciaux et à des sorties culturelles en lien avec la danse.

Ski-études

Favoriser le développement du plein potentiel sportif, intellectuel et affectif de chaque élève-athlète dans un encadrement pédagogique adapté : voilà la mission que s'est donnée ce programme offert depuis plus de 30 ans. Les athlètes reconnus bénéficient de la flexibilité pour s'entraîner, prendre part aux compétitions avec leur équipe d'élite dans leur sport respectif (ski alpin, ski acrobatique, ski de fond ou planche à neige) tout en suivant le cursus scolaire prévu.

Soccer-études

Le programme offre à ses jeunes athlètes un encadrement particulier, des entraînements basés sur le programme national de la Fédération de soccer du Québec, des exigences académiques accrues et favorise le développement global de chaque élève et son appartenance à l'école et à son groupe.

Basket-études

Cette option favorise la persévérance scolaire en permettant aux jeunes de vivre une passion à l'intérieur même de l'école et de développer les valeurs d'engagement, l'effort, la discipline, la fierté et le travail d'équipe.
ecoleanm.org

Activités sportives et récréatives

C'est le temps de bouger!

Le printemps est à nos portes et c'est le moment idéal pour bouger et pratiquer vos activités préférées à l'intérieur ou à l'extérieur! L'équipe du Service des loisirs vous propose une programmation printanière diversifiée et dynamique composée de plus de 30 cours et activités, lesquels combleront tous les types de sportifs et amateurs d'activités de loisirs!



Danse, karaté, yoga, cours de langues, Zumba, atelier d'écriture, cours de cuisine, tablette tactile, cardio vitalité; il y en a pour tous les goûts et tous les âges! Que vous ayez 2, 15 ou 60 ans ou que vous soyez parent et que vous souhaitiez participer à des activités avec votre enfant, tout le monde trouve chaussure à son pied dans notre vaste programmation d'activités sportives et récréatives.

Plusieurs nouveautés sont également offertes ce printemps : *kangoo jump*, cardio-poussette, tai-chi avec éventails, etc.

Toutes les informations au sujet de notre programmation, des tarifs et de l'inscription sont disponibles sur le site Internet de la ville, dans la section « Programmation des activités » du Service des loisirs.

Inscrivez-vous sans tarder, les places sont limitées et plusieurs cours affichent habituellement complet!

Inscriptions

Par Internet : Jusqu'au dimanche 2 avril (23 h).

En personne au Service des loisirs : Jusqu'au 31 mars. Lundi au jeudi de 9 h à 12 h et de 13 h à 16 h; Vendredi de 9 h à 12 h.

Pour informations : Service des loisirs de la Ville de Sainte-Adèle, 1200, rue Claude-Grégoire. 450 229-2921, poste 244.

ville.sainte-adele.qc.ca/page-services-des-loisirs-programmation-des-activites.php







Camps de jour

Cet été, je m'amuse à Sainte-Adèle !

Ce n'est un secret pour personne, les jeunes RÊVENT de leur semaine de relâche et des vacances d'été! Ils ont d'ailleurs de bonnes raisons d'avoir hâte, puisqu'ils ont alors l'occasion de prendre part aux camps de jour proposés par la Ville de Sainte-Adèle. Si le Camp d'hiver . . . tissant a fait bouger et prendre l'air à nos jeunes cet hiver, ce sont le Camp Taloup et - nouveauté!- le camp La Meute du nord qui divertiront nos enfants cet été!

Camp Taloup (5-12 ans)

Du lundi 26 juin au jeudi 17 août, l'équipe du Camp Taloup – nouvellement accrédité par l'Association des Camps du Québec* - accueillera les jeunes de 5 à 12 ans pour leur faire vivre un été haut en couleur! En plus de l'animation régulière qui comprend des activités spéciales, des thématiques, des jeux ludiques, des sports et beaucoup de plaisir, des sorties originales et inusitées sont proposées aux enfants, moyennant des frais supplémentaires. Les jeunes pourront ainsi vivre des moments palpitants dans les structures aériennes d'Arbraska, s'élancer dans les glissades d'eau du Parc aquatique Sommet Saint-Sauveur, explorer des labyrinthes et des tunnels à Darkzone et faire du trampoline et rivaliser d'adresse à Funtropolis sont quelques exemples de sorties amusantes et décoiffantes! Notez que le Camp Taloup propose aussi la Halte Taloup, un service de garde qui permet aux parents de déposer et de récupérer leurs enfants avant et après les heures régulières du camp de jour, si nécessaire.

Camp Taloup – volet initiation au tennis

Votre enfant aimerait s'initier au tennis? Inscrivez-le à notre camp thématique d'initiation au tennis afin qu'il puisse s'amuser tout en apprenant les bases de ce sport! Le camp s'adresse aux enfants débutants qui s'intéressent au tennis et les cours seront offerts par un entraîneur certifié de l'école de tennis 40-0.

La Meute du nord – un nouveau camp pour les ados!

Les ados ne seront pas en reste cet été puisque la Ville de Sainte-Adèle propose aux jeunes de 12 à 15 ans son tout nouveau camp La Meute du nord, du 27 juin au 10 août. Plus de raison de rester devant la télé ou devant leur appareil intelligent puisque les jeunes auront la possibilité de participer à près d'une vingtaine d'activités toutes plus divertissantes les unes que les autres! Nos animateurs dynamiques se feront une joie d'accompagner les ados à La Ronde, au paintball, à l'escalade, à vélo, en canot-camping, à la plage, au parc aquatique, au Café Graffiti, au Royaume de nulle part, et bien d'autres sorties mémorables! Nos ados vivront un été fabuleux et notre équipe est impatiente de les accueillir dans le cadre de ce tout nouveau camp d'été!

Programme d'aspirant-animateur (14-15 ans)

Programme gratuit de 20 heures par semaine

- Tu es résident de Sainte-Adèle?

- Tu désires devenir un futur animateur et avoir une formation personnalisée pour atteindre tes objectifs?

- Tu es dynamique et désires laisser ta marque dans notre programme de camp?

- Tu souhaites relever un nouveau défi et tu adores les enfants et le travail d'équipe?

Envoie ton curriculum vitae et le formulaire d'application disponible dans la section « Camp de jour » de notre site Internet à l'attention de Marilyne Lortie par courriel à mlortie@ville.sainte-adele.qc.ca ou en personne au Service des loisirs (1200, rue Claude-Grégoire) avant le 7 avril 2017.

Si ta candidature est retenue, tu pourrais être éligible à une bourse!

Inscriptions Camp Taloup et la Meute du nord

TARIFICATION SPÉCIALE
(PLACES GARANTIES)

En ligne : du 15 au 23 avril

En personne au Service des loisirs :

- Le jeudi 20 avril de 9 h à 12 h et de 13 h à 18 h

- Le vendredi 21 avril de 9 h à 12 h

- Le samedi 22 avril de 9 h à 12 h

TARIFICATION RÉGULIÈRE
(SELON LES PLACES DISPONIBLES)

En personne au Service des loisirs :
Selon les places disponibles à compter du mercredi 26 avril 2017 pendant les heures d'ouverture du Service des loisirs.

Pour informations : Service des loisirs de la Ville de Sainte-Adèle, 1200, rue Claude-Grégoire. 450 229-2921, poste 244. ville.sainte-adele.qc.ca/page-services-des-loisirs-camp-de-jour.php.



Le Camp Taloup : qualité, sécurité… et plaisir !

Le Camp Taloup fait désormais partie de la grande famille des camps reconnus comme étant conformes au Cadre de référence pour les camps de jour municipaux de l'Association des Camps du Québec.

Ce que ça signifie?

En plus du plaisir que les jeunes retirent au quotidien du Camp Taloup, cette certification procure aux parents :

- L'assurance de la qualité des programmes et des services offerts par notre camp;

- L'assurance de l'application de mesures de sécurité destinées à fournir un encadrement optimisé des participants tout comme une expérience de qualité;

- L'assurance de traiter avec un camp de jour municipal qui fait preuve de rigueur dans le respect des balises définies et de professionnalisme.

Une certification gage de qualité, sécurité… et plaisir!







FONDATION MÉDICALE
DES LAURENTIDES
ET DES PAYS-D'EN-HAUT

UNE FONDATION UNIQUE

À la Fondation médicale des Laurentides et des Pays-d'en-Haut, **100 % des dons reçus sont investis dans la santé des gens** de notre territoire.

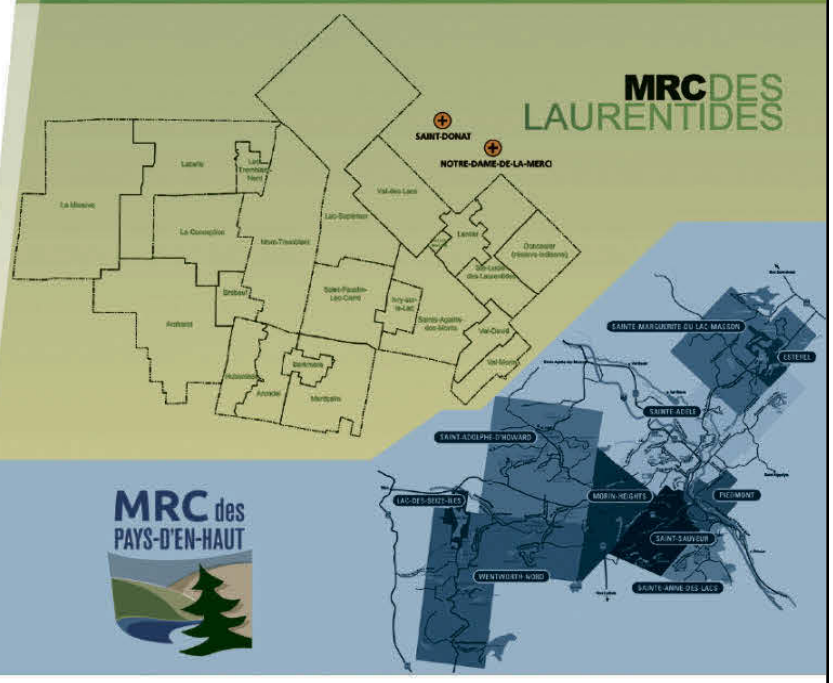
La Fondation médicale dessert l'Hôpital Laurentien de Sainte-Agathe-des-Monts, 7 CLSC, 5 CHSLD, 4 coops santé, 3 centres de prélèvement et 3 groupes de médecine familiale (GMF). La Fondation couvre tout un territoire, pas seulement un établissement. **Cette structure est unique en son genre au Québec.**

Depuis sa création en 1990, la Fondation médicale des Laurentides et des Pays-d'en-Haut a retourné plus de **6,5 M $ dans la communauté**. Cet argent a permis à des milliers de personnes d'avoir des soins exemplaires dans leur communauté.

Plus récemment, les sommes investies par la Fondation médicale ont permis d'acheter des **équipements de grande qualité** pour les 12 chambres de l'unité de soins palliatifs du Pavillon Philippe-Lapointe de Sainte-Agathe-des-Monts.

Accès LE Journal des Pays-d'en-Haut
PARTENAIRE PRIVILÉGIÉ

NOTRE TERRITOIRE DESSERVI



LES TRÉSORS DE LA FONDATION

L'endroit idéal pour donner une deuxième vie aux articles, tout en augmentant les résultats financiers de la Fondation.

HEURES D'OUVERTURE :
Les vendredis et samedis
de 9h à 17h

POUR DONNER ARTICLES:
Du mardi au samedi
de 9h à 16h



MEMBRES DU CONSEIL D'ADMINISTRATION



LES NOUVELLES COULEURS DE LA FONDATION

L'arbre représente l'homme, sa vie, sa croissance, sa vigueur, son évolution.

Pour les trésors : la fleur c'est l'attribut de la flore, son trésor. Il est l'espérance et la future naissance du fruit.

LA CONFIANCE L'ÉNERGIE L'ESPOIR L'AMITIÉ

Voici mon don :

○ 30 $ ○ 40$ ○ 50$ ○ 75$ ○ OU _____ $

J'effectue mon don par :

○ Chèque (à l'ordre de la Fondation médicale des Laurentides et des Pays-d'en-Haut)

○ MasterCard ○ VISA Dons en ligne à fondationmedicale.com

Nom | Prénom

Adresse

Municipalité | Code postale | Numéro de téléphone

Adresse courriel (pour recevoir votre reçu)

Mode de paiement

Numéro de la carte

Date d'expiration | Signature

Date | Téléphone

Adresse courriel (pour recevoir votre reçu)

○ **DONS DÉDIÉS.** Je désire faire un don pour
Nom

○ **DON IN MEMORIAM.** Je désire faire un don à la mémoire de
Nom

○ Veuillez aviser la famille (sans mention du montant)
Nom
Adresse

FONDATION MÉDICALE
DES LAURENTIDES
ET DES PAYS-D'EN-HAUT

Tél.: **819 323-4565**
Télec.: **819 323-4568**

50 RUE CORBEIL,
SAINTE-AGATHE-DES-MONTS
QUÉBEC J8C 1X2

FONDATIONMEDICALE.COM





LOGEMENTS DE QUALITÉ SUPÉRIEURE

50 ANS ET +

FORMULE TOUT INCLUS

3 1/2 À PARTIR DE **925$**

4 1/2 À PARTIR DE **995$**

NOUS REPRENONS VOTRE BAIL !

TOUT INCLUS

- ÉLECTRICITÉ
- TÉLÉPHONE
- CÂBLE (+ DE 40 CANAUX)
- INTERNET (DANS CHAQUE UNITÉ)
- AIR CLIMATISÉ
- CHAUFFAGE
- EAU CHAUDE
- ASCENSEUR
- ENTRÉE LAVEUSE SÉCHEUSE (DANS CHAQUE UNITÉ)



POUR VOTRE PLAISIR,

vous trouverez sur place...

- Jeux de pétanque
- Balançoires extérieures
- Bibliothèque et salon internet
- Salon avec foyer
- Table de billard
- Table à cartes
- Salle d'exercice

VISITE SUR RENDEZ-VOUS SEULEMENT

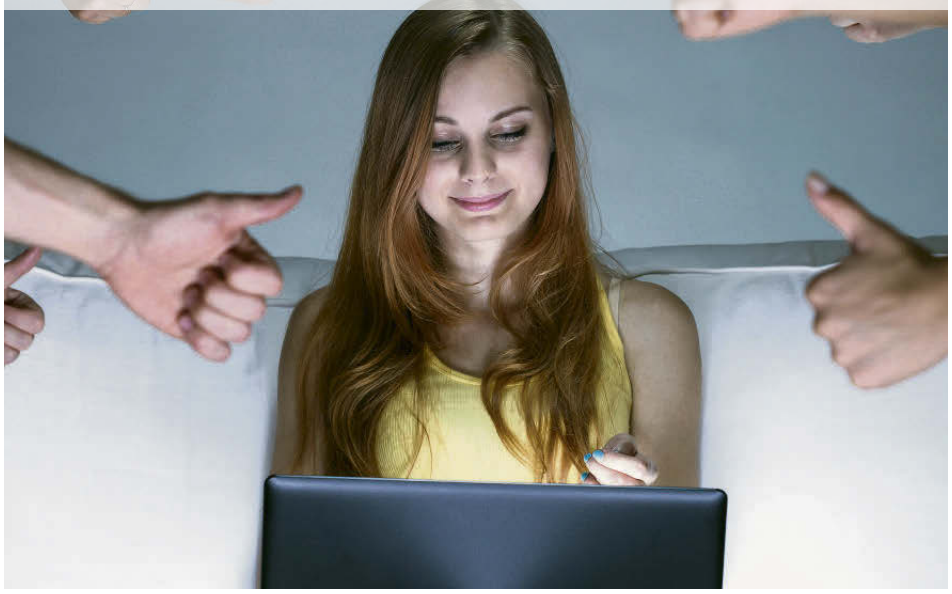
1100, du Bourg-Joli
Sainte-Adèle, Québec, J8B 1W8

450 822-1025

« DÉPRESSION FACEBOOK »

Nous… et les Autres

ÈVE MÉNARD, COLLABORATION SPÉCIALE – Il y a quelques semaines, un vendredi soir, j'ai assisté à un spectacle au Centre Bell. Devant moi, une mère et sa fille de 16 ou 17 ans environ. L'adulte a dansé et chanté sans arrêt, tandis que l'adolescente a passé son temps à texter sur son téléphone. Elle ne portait presque aucune attention au spectacle et semblait s'ennuyer. Or, elle profita quand même de cette soirée pour envoyer quelques vidéos sur Snapchat à son entourage sur lesquelles, tout à coup, elle semblait avoir beaucoup de plaisir. Puis, dès que la vidéo était terminée, elle retrouvait son air morne et continuait à texter.



Quand je fais une sortie en ski avec des amis, la plupart s'assurent de prendre de belles photos pour les publier sur Instagram par la suite. Quand on s'organise un petit souper un soir, tout le monde s'assure d'insérer quelques vidéos ou photos dans leur *story* Snapchat. Quand je vais voir un match de soccer avec des amies, je suis certaine de retrouver des photos le lendemain sur Facebook.

Pourquoi toutes ces préoccupations? Pourquoi ne pas seulement apprécier le moment au lieu de tenter de l'immortaliser à tout prix? Parce que, pour les jeunes, l'image que nous projetons semble être devenue tellement importante. Dans une génération parsemée de jugement, le regard des autres a pris une importance démesurée. Chaque fois que nous vivons un moment qui sort quelque peu de l'ordinaire, nous ressentons le besoin de le montrer à tous afin de prouver à quel point notre vie est belle et que nous sommes heureux! Nous souhaitons impressionner à tout prix et susciter des réactions. L'adolescente au spectacle ne s'amusait peut-être pas, mais cela, les autres ne le savent pas, n'est-ce pas? Alors, pourquoi ne pas leur faire croire le contraire? Comme cela, aux yeux de tous, elle aura l'air d'avoir eu beaucoup de plaisir en ce vendredi soir et d'avoir une vie bien remplie.

Nous commençons à agir pour les autres au lieu d'agir pour soi-même. Comment expliquer cela? Peut-être que les jeunes sont devenus si insécures qu'ils ont constamment besoin de l'approbation et de l'émerveillement de leurs pairs. Avoir du plaisir n'est plus suffisant. Il faut maintenant montrer à tout le monde qu'on s'amuse et à ce moment précis seulement, on se sentira bien. Pourquoi ne pas profiter un peu au lieu de tout partager?

LE GAZON EST TOUJOURS PLUS VERT CHEZ LE VOISIN

Non seulement on accorde une importance démesurée à l'opinion des autres, mais pire encore, on se compare sans cesse. Les conséquences peuvent s'avérer être graves. Selon une étude réalisée en avril 2016 par des chercheurs de l'Université de Pittsburgh, les jeunes qui passent beaucoup de temps sur Facebook sont plus à risque de souffrir de dépression. C'est ce qu'on appelle aujourd'hui la Dépression Facebook, un phénomène établi et vérifié.

Chaque fois que nous naviguons sur le fil d'actualité, nous risquons de voir un ami en voyage dans le Sud ou un autre qui assiste à un festival de musique. Et alors, on les envie. On les envie au point de croire que notre vie est ennuyante comparativement à la leur. Au lieu de se déconnecter et de sortir, justement, on préfère continuer à défiler vers le bas et on continue d'envier et d'envier. Nous sommes obnubilés par la vie idyllique que semble vivre notre entourage. Ces comparaisons provoquent même du stress chez de nombreux jeunes. Or, il ne faut pas oublier que ce qu'on voit sur Facebook, c'est loin d'être toujours représentatif de la réalité. On sélectionne ce que l'on veut bien montrer. Il est facile de donner l'illusion d'une vie parfaite. L'adolescente au spectacle en est la preuve.

Et ne me dites pas que cette habitude à envier notre entourage ne s'applique pas à vous. Il m'est moi-même arrivé de naviguer sur Facebook pendant une journée d'été et de voir des gens aux glissades d'eau ou en randonnée et de me demander ce que je faisais bien là à ne rien faire chez moi. Une autre fois, j'ai vu une fille qui, avec son équipe de soccer, avait voyagé jusqu'au Mexique pour disputer des parties et son équipe gagnait régulièrement les gros tournois. Je l'ai aussi enviée.

À ces moments précis, je ne me sentais pas bien avec moi-même. Je me demandais pourquoi je n'avais pas cette chance. Qu'est-ce que j'ai fait d'incorrect pour ne pas pouvoir jouer à un tel niveau? Est-ce que je devrais davantage profiter de la vie? Pourtant, j'en ai de la chance. Je suis choyée et je profite pleinement de la vie. Or, on est porté à l'oublier quand on défile vers le bas.

Quelqu'un, quelque part, fera toujours quelque chose de plus intéressant que nous. Mais si on ne le sait pas, cela ne peut pas nous atteindre. Je sais que je suis portée à me sentir de la sorte quand je navigue sur Facebook. Je sais que je peux être affectée par les exploits des autres. C'est pour cette raison que je passe très peu de temps sur cette plateforme publique. Mes amis me le reprochent souvent, car c'est toujours assez long avant que je réponde à leurs messages. Mais ça ne me fait rien parce que je suis persuadée que c'est mieux ainsi. Il n'est pas sain de vivre notre vie à travers celle des autres.

Envier son amie en regardant ses photos de voyage à Cuba ne nous achètera pas un billet d'avion. Envier notre cousine qui chante à tue-tête pendant le festival de musique sur les Plaines d'Abraham ne nous fera pas une place dans la foule. Envier un jeune athlète qui vient de remporter un trophée d'envergure ne nous propulsera pas en finale d'un tournoi important. Envier les autres ne nous apportera jamais le bonheur.

Il faut cesser de vivre à travers les expériences d'autrui et plutôt s'en créer pour soi-même. Ce sera toujours nous qui déciderons d'être heureux. Jamais les autres.



Comment vit-on avec l'anxiété?

ÈVE MÉNARD – L'anxiété chez les jeunes connaît une hausse importante depuis quelques années. Selon Diane Marcotte, professeure de psychologie à l'UQAM, un impressionnant total de 15 à 20 % des jeunes présentent des symptômes d'anxiété. Or, au-delà des statistiques, que savons-nous réellement sur ces jeunes? Pour ceux qui ne souffrent pas de ce trouble, l'anxiété peut s'avérer nébuleuse et incomprise. Pour tenter de remédier à cette situation, j'ai posé quelques questions à mon amie, Frédérique St-Hilaire, 17 ans, qui a été diagnostiquée depuis peu.

COMMENT A ÉVOLUÉ TON ANXIÉTÉ, DES PREMIERS SIGNES JUSQU'À TON DIAGNOSTIC?

On a commencé à remarquer que j'avais des réactions exagérées quand j'avais six ans. Mes émotions étaient constamment amplifiées. On pensait que cela allait passer et que ce n'était que l'âge.

En cinquième année, le tout a commencé à être plus intense. J'avais beau essayer de me contrôler, cela ne fonctionnait jamais. Au cours de cette même année, il y avait eu une histoire au sujet d'un voleur qui rodait près de chez moi.

Pendant six mois, j'ai fait des cauchemars qui me réveillaient presque chaque nuit. C'est pour cette raison que j'ai été voir un psychologue pour la première fois alors que j'avais 10 ou 11 ans. Après quelques mois, quand les cauchemars ont cessé, j'ai arrêté la consultation. Puis, en secondaire deux, mon stress est redevenu trop intense. Je suis retournée consulter des professionnels. J'ai finalement été diagnostiquée avec le trouble d'anxiété à 16 ans, il y a 7 mois environ.

COMMENT CE TROUBLE AFFECTE-T-IL TON QUOTIDIEN?

Cela dépend du niveau d'anxiété. C'est en secondaire deux que mon stress m'a le plus affectée. J'avais des crises presque chaque jour et je vomissais souvent. Dans la plupart des cas, ces crises avaient lieu tout juste avant de prendre mon autobus.

QU'ENTENDS-TU PAR CRISE?

Une crise, c'est lorsqu'on perd le contrôle de soi-même. Elle peut durer 10 à 20 minutes seulement. J'ai alors de la difficulté à respirer. Il m'est arrivé une fois de perdre la vue.

Pour revenir à la question précédente, quand ce ne sont pas des crises, je suis tout simplement stressée sans arrêt. C'est comme si, à l'intérieur, je ne suis jamais calme. Le quotidien devient désagréable. Je dirais que c'est juste épuisant. C'est comme si tu faisais de l'activité physique sans en faire.

QU'EST-CE QUI PROVOQUE TON STRESS?

L'école bien entendu est la source principale de mon stress, que ce soit par la charge de travail, les travaux à remettre ou les examens. En fait, tout type de performance me donne beaucoup d'anxiété. Surtout à l'école, mais aussi dans le sport par exemple.

Les dangers aussi génèrent du stress chez moi. C'est normal d'avoir peur suite à une catastrophe. Or, dans mon cas, je n'arrive pas à décrocher pour me dire que moi, je suis en sécurité.

QU'EST-CE QUE TU ENTENDS PAR DANGER? PEUX-TU ME DONNER UN EXEMPLE?

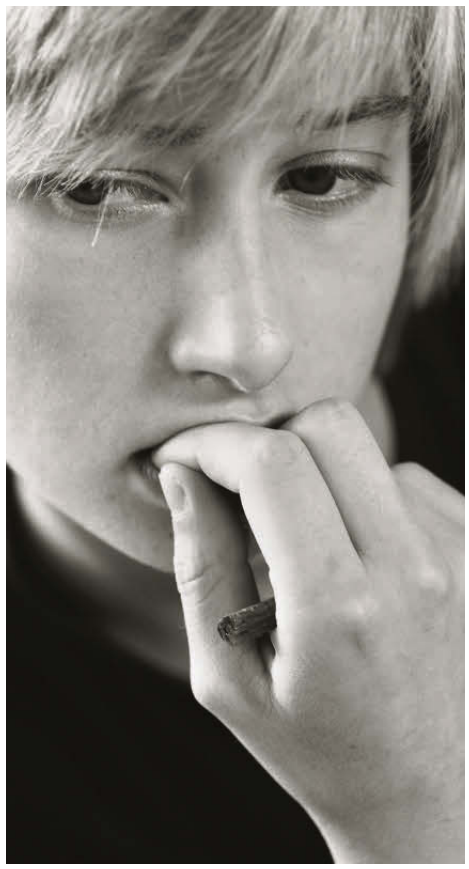
La tuerie à Québec tout récemment. Je m'imagine que je suis une des victimes ou que les criminels vont se rendre jusqu'à moi. En fait, jusqu'à ce qu'ils soient en prison, je m'imagine qu'ils vont venir faire du mal à ceux que j'aime. Je m'éloigne de la réalité, je pars dans l'imaginaire, la peur. C'est le même principe avec les films. Il y a deux semaines, en art dramatique, nous écoutions le film *Incendies*.

À un moment, il y a eu un coup de fusil. J'ai alors commencé à entendre des coups de feu dans ma tête, comme s'ils étaient près de moi. J'ai fait une crise et je n'ai pas pu terminer le visionnement. Cette peur a persisté pendant quelques semaines jusqu'à ce que je réussisse à me convaincre que j'étais en sécurité. Vous allez vous dire que c'est exagéré. Ben oui! C'est ça l'anxiété, c'est exagéré.

COMMENT TRAVAILLES-TU AVEC L'ANXIÉTÉ? QUELLES SONT LES STRATÉGIES AFIN DE RÉDUIRE CE STRESS?

Avant tout, il est important de comprendre que l'anxiété et le trouble d'anxiété sont deux choses distinctes. L'anxiété, tout le monde en vit. Pour y remédier, il y a des astuces simples.

À titre d'exemple, on prend de grandes respirations ou on fait un peu de sport pour se détendre. Dans le cas du trouble d'anxiété, ces moyens habituels sont inefficaces, car le stress est trop intense. Dans mon cas, ce qui m'a permis de prendre le contrôle de moi-même, c'est la médication. Cela m'aide aussi d'avoir quelqu'un à qui parler.



Chaque deux semaines, je vois mon psychologue. Il m'aide à appliquer les stratégies et à les rendre efficaces.

COMMENT TON ENTOURAGE PEUT-IL T'AIDER À SURMONTER CETTE ANXIÉTÉ? COMMENT PEUT-ON VENIR EN AIDE À UN PROCHE QUI SOUFFRE DE CE TROUBLE?

À mon avis, c'est difficile d'aider quelqu'un quand tu ne le vis pas. Le meilleur moyen, c'est surtout de lui démontrer que tu es là pour cette personne et que tu ne la juges pas. Au contraire, tu essaies de comprendre ce qu'elle vit et fais preuve d'empathie. Si jamais les résultats ne sont pas concluants, c'est une bonne idée d'encourager la personne à aller chercher de l'aide professionnelle. Au début, ça peut paraître honteux de consulter et alors elle ne prendra pas l'initiative. Il faut la rassurer!

QUEL MESSAGE VOUDRAIS-TU TRANSMETTRE AUX AUTRES JEUNES SOUFFRANT DU TROUBLE D'ANXIÉTÉ?

Ne restez pas seuls avec ce problème, car je le sais, c'est désagréable. Je vous assure que cela vous fera du bien d'en parler. Contrairement à ce que vous pensez, il y a de nombreuses personnes qui vivent la même chose et elles sont là pour vous aider. Je suis certaine qu'à certains moments, vous avez cru que cela n'allait jamais se régler. Je vous garantis qu'il y a vraiment des moyens pour que la situation s'améliore.

Cela va fonctionner un jour ou l'autre, il faut juste continuer à persévérer. Vous n'arriverez jamais à éliminer ce trouble de l'anxiété. Vous allez plutôt apprendre à vivre avec celui-ci.

ÉPARGNEZ
Jusqu'à 40 % de rabais
CHEZ TOUS
CES DÉTAILLANTS
AU MARCHÉ DU LIT | AUTOMOD ST-SAUVEUR | BIJOUTERIE HEM
CRÉATIONS FLORALES | DOCTEUR DU PARE-BRISE | GARAGE S. MAYER
LIBRAIRIE QUINTESSENCE | MONT SAUVAGE | PLANCHERS JLO
QUAND PASSE LA CIGOGNE | SALLE AN MORIN | TEATRO VERDE
THIBAULT MARINE | VAPOREL | VITRO PLUS STE-AGATHE | ZONE GAMING
Allez sur
rabaischocs.com

SANTÉ LA VIE

Ce généreux pissenlit



Dominique Cloutier N.D. – Si je vous dis que j'avais grand hâte de vous parler du pissenlit, me croiriez-vous? L'envie me démangeait de vous décrire les bienfaits du pissenlit! C'est une de mes plantes favorites, celle que je conseille à peu près à toutes les sauces, pour presque tout. La médecine conventionnelle le méprise, bien qu'il continue de guérir bien des bobos. C'est une des plantes les plus utiles et qui mérite bien sa popularité.

Ce sont ses propriétés diurétiques qui ont valu son nom de pissenlit (« pisse-au-lit »). Le terme *dent-de- lion*, une autre de ses appellations, en raison de la forme dentée de ses feuilles, a inspiré le nom *dandelion* qu'on lui donne en Angleterre. On le surnomme aussi florin d'or, salade de taupe, couronne de moine, cochet, laitue de chien…

Quand vient le printemps, les fleurs de pissenlit apparaissent et sont souvent considérées comme les ennemis de nos pelouses. Pourtant, la racine de pissenlit est un aliment particulièrement nutritif et très efficace pour traiter les maladies du foie, des reins, les infections urinaires, les calculs rénaux et la constipation.

Il possède aussi des propriétés diurétiques reconnues et bien répertoriées. Particularité intéressante, normalement, les autres plantes diurétiques provoquent une carence en potassium, tandis que la feuille de pissenlit en possède tant qu'elle le transmet à l'organisme.

On utilise la racine comme dépuratif naturel. Son action sur le foie et la vésicule biliaire facilite l'élimination des toxines par les reins. De par sa composition chimique équilibrée, la racine de pissenlit élimine les toxines d'origine infectieuse et celles qui proviennent de la pollution.

Elle est très riche en vitamine A (une tasse de feuilles fraîches contient 7000 U.I.).

Très efficace en cas de constipation et de problèmes cutanés, elle réduit également l'inflammation, et empêche la formation des pierres de la vésicule biliaire et de la vessie. La feuille faciliterait la dissolution des pierres déjà constituées.

Le pissenlit est réputé à juste titre pour améliorer la digestion des graisses, grâce à son action sur le foie et la vésicule biliaire. Il est utile en cas de lenteur digestive, de dyspepsie et d'inappétence. Il est parfois associé à d'autres compléments destinés à stimuler le foie, en particulier. La plante tout entière faciliterait l'assimilation du fer, qu'il soit fourni par l'alimentation ou par des compléments, ce qui la rendrait efficace pour soigner certains types d'anémie. Le chardon-Marie, le radis noir, la chélidoine, l'inositol, la méthionine et la choline.

Puissant tonique et « nettoyeur » du foie et du sang, le jus de pissenlit est parfois recommandé en cure pour *booster* l'organisme à raison de plusieurs tasses par jour pendant une semaine.

On a enfin constaté que le pissenlit abaissait le taux sanguin de sucre chez les animaux, ce qui indique que cette plante pourrait intervenir comme modulateur du glucose sanguin dans le traitement du diabète.

Afin d'avoir la meilleure qualité de feuilles tant au niveau du goût qu'au niveau de la nutrition, il faut identifier et cueillir les feuilles de pissenlit avant que la floraison ne soit complétée. Par la suite, les feuilles deviennent plus amères, alors que les températures d'été augmentent et que le pissenlit concentre ses énergies sur sa fleur.

À récolter en profitant des premiers beaux jours du printemps!

Coup de coeur

Herbes médicinales traditionnelles qui aident à rétablir la digestion en stimulant les fonctions biliaires. Produit idéal pour traiter les cas de digestion laborieuse, foie lent, gaz, ballonnements, cholestérol élevé, mauvaise digestion des gras alimentaires, constipation, migraine digestive, nausées après les repas et excès alimentaires. Peut aussi être utilisé comme cure saisonnière. La cure de printemps par excellence. À commencer fin mars, début avril, pour se remettre de l'hiver!

















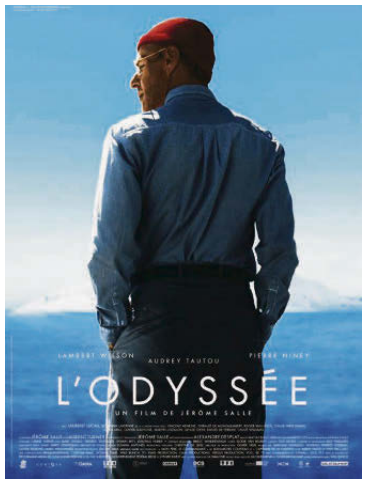


L'ODYSSÉE

L'homme et la mer

THOMAS GALLENNE – 1948. Jacques-Yves Cousteau, sa femme et ses deux fils, vivent au paradis, dans une jolie maison surplombant la mer Méditerranée. Mais Cousteau ne rêve que d'aventure. Grâce à son invention, un scaphandre autonome qui permet de respirer sous l'eau, il a découvert un nouveau monde. Désormais, ce monde, il veut l'explorer. Et pour ça, il est prêt à tout sacrifier.





Né en 1910 et mort en 1997 en France, Jacques-Yves Cousteau est un officier de la Marine nationale et explorateur océanographique célèbre qui aura marqué son siècle pour avoir fait découvrir au monde entier la beauté sous-marine. Au travers d'inventions technologiques (comme son scaphandrier autonome), ces dernières lui permettront de tourner des films dans les fonds marins.

Au-delà d'un film biographique, on découvre un homme avec une vision et des aspects de sa vie privée jusqu'alors peu connus.

Pour les amateurs de «grand bleu», il s'agit d'un film à voir sur grand écran. Indéniablement.

Dès vendredi au Cinéma Pine.

ANDRÉ SAUVÉ

Du Marais à l'OSM!

ACCÈS – André Sauvé est de retour avec des textes entièrement nouveaux, qu'il présentera exclusivement au Théâtre du Marais, en préparation de son spectacle avec l'Orchestre Symphonique de Montréal! Soyez les premiers à entendre ces nouveaux textes et vivez l'expérience remarquable d'assister à un spectacle en cours de création, en compagnie de ce grand artiste.



Dans ce spectacle unique la grandeur des œuvres classiques* viendra soutenir, illustrer, appuyer et donner image à l'univers humoristique d'André Sauvé pour en décupler sa folie.

Car oui, une fois de plus, et ce, à notre plus grand plaisir, il poursuit son aventure à travers les méandres de notre fonctionnement humain. Il persiste dans cette voie qui est celle de s'explorer soi-même. Rien ne sert de chercher ses clés sous la lumière d'un lampadaire, si c'est à l'intérieur, dans le noir, qu'on les a égarées. Ainsi, tel un spéléologue, utilisant l'humour comme lampe de poche, il en éclaire tous les recoins.

S'abstenant d'apporter des réponses, c'est plutôt en complice qu'il nous convie dans cette aventure loufoque en tentant, avec nous, d'y jeter un peu de lumière. Et comme une lampe de poche ne juge pas ce qu'elle éclaire, il explore autant les grandes questions telles: Qui sommes-nous? D'où venons-nous? Où allons-nous? que les plus banales du quotidien: comment plier un drap contour?

En juxtaposant ainsi l'existentiel et le banal, le crucial et l'inutile, on en arrive à se demander si l'un ne se retrouve pas un peu dans l'autre? Et si le «petit» n'était qu'un tesson dans lequel se miroite le «grand»? S'il en est ainsi, l'exploration n'aura pas été vaine.

Avant cet événement unique et grandiose présenté pour seulement 3 représentations à la Maison symphonique de Montréal, ne manquez pas l'occasion de participer à sa création et venez rencontrer André Sauvé à la salle Cogeco du Théâtre du Marais les 8, 9, 14, 15 juin et les 8, 9 juillet à 20 heures.

*À noter que l'Orchestre symphonique de Montréal ne sera pas présent lors de ces représentations. La musique du spectacle proviendra d'enregistrements sonores.

Informations et réservations sur le www.theatredumarais.com, au 819-322-1414 ou à la billetterie du Marais. Suivez-nous également sur les réseaux sociaux! Facebook, Twitter, Instagram et +





PRIX D'EXCELLENCE EN FRANÇAIS GASTON-MIRON

Pour célébrer la langue française dans notre région

THOMAS GALLENNE – La langue française et la francophonie étaient à l'honneur dimanche dernier à Saint-Jérôme. En effet, La Société nationale des Québécoises et Québécois des Hautes-Rivières (SNQHR), la Société nationale des Québécoises et des Québécois, région des Laurentides (SNQL) et le Mouvement Québec français des Laurentides (MQFL) ont procédé, le 19 mars, à la cérémonie de la remise des Prix d'excellence en français Gaston-Miron, sixième édition. Cet événement, qui se déroulait sous la forme d'un déjeuner causerie, s'est tenu dans le cadre de la journée internationale de la Francophonie.



PHOTO : MICHEL KIEFFER

Les finalistes et les lauréats 2017: Maurane Arcand, Antoine Drouin, Manon St-Hilaire, Noémi Miron dit Thébalt, Jérôme Lafond, Nancy Roy, Marie-Andrée Clermont, André-Gilde Poirier, Roxane Turcotte, Luc Désilets et Michel Bois. (absent sur la photo, Marc-Alexandre Binette)

Ces prix sont décernés annuellement à des personnes, des entreprises ou des organismes qui se distinguent par leur contribution à la promotion de la langue française sur le territoire des Laurentides.

PRIX ET SURPRISE

Un prix coup de cœur a été décerné au journal Le Sentier, de Saint-Hippolyte. Celui-ci reçoit cette mention à titre de journal communautaire mensuel. Entièrement réalisée par des bénévoles, la publication met de l'avant bien plus que l'actualité locale. En effet, Le Sentier ouvre une belle vitrine aux talents littéraires ainsi qu'à des chroniqueurs spécialisés de la région. Textes narratifs, descriptifs, poétiques et argumentatifs se côtoient dans ses pages, formant un mélange de genres et de formes littéraires où chaque lecteur trouve satisfaction.

Le Prix d'excellence en français Gaston-Miron, catégorie INDIVIDU, est remis à l'enseignante Roxane Turcotte, auteure jeunesse, qui a notamment organisé des journées littéraires, des distributions de livres, des séances de lecture d'albums ainsi qu'animé une chronique culturelle à la télé communautaire Laurentides-Lanaudière, tout en participant aux grands salons du livre, ici et à l'étranger.

Le Prix d'excellence en français Gaston-Miron, catégorie ORGANISME, est, quant à lui, remis à la revue Étendart. La revue littéraire et artistique du cégep de Saint-Jérôme, publiée conjointement avec le Trouble-Tête, volet journalistique de la revue. Le projet rallie les étudiants désireux d'expérimenter avec la langue française, de la réinventer, de découvrir de nouvelles voix et de les révéler à la communauté étudiante, mais aussi à celles de Saint-Jérôme et des Laurentides.

La conférencière invitée, Josée Legault, chroniqueuse et analyste politique, a conquis l'assistance en expliquant les raisons, qui selon elle, font que le français recule au Québec.

Rappelons que la remise de ces prix est une collaboration des trois organismes suivants, le MQFL, la SNQL et la SNQHR qui souhaitent souligner, de façon concrète, les efforts pour l'épanouissement du français sur le territoire des Laurentides. Emmanuelle Miron, fille du poète, a accepté que ce prix porte le nom du célèbre poète national Gaston-Miron.

Les organisateurs se disent très heureux de la réussite de l'événement qui a rassemblé plus d'une centaine de personnes.

VOTRE PORTE EST GRANDE OUVERTE AU PUBLIC POUR Y ENTRER, MAIS...

COMMENT SE FAIT-IL QU'ELLE SOIT FERMÉE DANS GOOGLE STREET VIEW?



GOOGLE MAPS STREET VIEW PERMET À VOS CLIENTS ET FUTURS CLIENTS D'ENTRER DANS VOTRE COMMERCE.

VISITE VIRTUELLE

À PARTIR DE 350$

CONTACTEZ SANS TARDER VOTRE REPRÉSENTANTE

450 227-7999

SOLUMIX MÉDIA STRATÉGIE GLOBALE

SOLUMIXMEDIA.CA

Clickon360

Accès Le Journal des Pays-d'en-Haut

Sainte-Agathe



Val-David



Sainte-Agathe



Sainte-Agathe



CHILL PIZZA

Être bien et avoir envie de revenir!

MARTINE LAVAL – *To chill* ou « chiller » (en français), c'est se détendre, se changer les idées, être confortable et bien, sans se presser, là où l'ambiance est *cool* et agréable! Chill Pizza, c'est ça et plus. Un lieu pour toute la famille et toutes les générations, une philosophie attachante, rassembleuse, qui donne le goût de rester. « Comme en vacances dans le Sud. Qui n'est pas bien dans le Sud? », lance Gabriel Gay en compagnie de Josiane Perreault, le couple propriétaire.



Dès le printemps, il y aura des plantes partout, une terrasse bien aménagée, la porte de garage ouverte pour profiter du beau temps à la grandeur, des bières de micro-brasseries et des vins au prix de la SAQ. Au menu : des pizzas minces dont le pourtour se gonfle, léger et aéré style croissant, sans le beurre.

J'ai goûté la savoureuse Chill-Za au pesto, fromage de chèvre et prosciutto que j'ai choisi non cuit, mais j'avais le choix parmi neuf autres qui m'auraient fait découvrir entre autres la sauce tomate maison, recette familiale du jeune chef Simon Brisson-Boulanger qui, doué pour l'art de la cuisine, découvre la liberté de créer à son goût. « On met la barre haute, explique Gabriel. On veut du haut de gamme, de la grande qualité, du bon goût dans notre façon différente de marier les ingrédients, à des prix abordables. On vise moins le profit que l'envie de revenir qu'on veut développer chez notre clientèle. »

Chaque catégorie a sa version maison et dans celle des sandwichs, le Chill-wich était, je l'avoue, succulent avec sa viande fumée tranchée mince et cuite sur la plaque, et sa garniture de choucroute, fromage Monterey Jack, entre des tranches minces et grillées de pain de seigle marbré pâle et foncé. Les quatre *burgers* offerts sont apparemment d'un délice incomparable; l'offre mexicaine de tacos, burritos, fajitas, flautas, quesadillas et nachos a été travaillée de façon authentique avec des amis mexicains qui en connaissent les secrets; trois salades rafraîchissantes dont l'originale fraises et épinards; et trois plats de pâtes réconfortantes, le tour est joué pour donner l'envie de revenir. *Chill*!

Comptoir de commande à apporter avec entrée à part. Livraison.

Chill Pizza à Saint-Sauveur
158, rue Principale. 450 227-4449



MANGEZ DANS VOS RESTOS PRÉFÉRÉS

Auberge & Restaurant Chez Girard | Auberge du Lac Morency | Auberge Tour du Lac | Bistro O'Fine
Café Bistro Starca | Café Mountain | Chez Milot Sainte-Adèle | La Farandole | Le Saint-Sau Pub Gourmand
Ville Indienne | Le Féliciano | Le Mezze | Le Rusé Renard | Les 4 As | Mikes Saint-Jérôme
Nämos (Hôtel Le Chantecler) | Olives & Aromates | L'Épicurieux | Restaurant Arousse | Souvlaki 7

Jusqu'à 40% de rabais
rabaischocs.com

Nos bonnes adresses

Sainte-Agathe



Val-David



Val-David



Val-Morin



Wentworth-Nord



Sainte-Adèle



Sainte-Adèle



Votre espace



Sainte-Adèle



Saint-Sauveur



Piedmont



Saint-Jérôme



MARATHON DU P'TIT TRAIN DU NORD

Alain Bordeleau réalise son rêve

SANDRA MATHIEU – Pour les adeptes de la course, particulièrement ceux de la génération des baby-boomers, Alain Bordeleau n'a pas besoin de présentation. Pour les autres, sachez que le père du Marathon du P'tit Train du Nord, qui se tiendra le 22 octobre entre Val-David et Saint-Jérôme, n'est nul autre que celui qui a marqué l'histoire de la course au Québec avec son record québécois au marathon, encore imbattu, de 2 h 14 min 19 sec, obtenu aux Olympiques de Los Angeles en 1984.

« J'aime courir au cœur de la nature et ça fait 12 ans que je pense à organiser un marathon sur Le P'tit Train du Nord, que je visite régulièrement pour la course ou le vélo, raconte l'ex-olympien de 60 ans résidant à Laval. L'idée a maturé et le projet a été accepté par la Corporation du parc linéaire et les municipalités à l'automne 2016. Les étoiles étaient bien alignées. »

UN SUCCÈS INSTANTANÉ

Six semaines après l'ouverture des inscriptions, l'équipe avait déjà atteint 60 % de son objectif. « Ça prouve que je n'étais pas tout seul à rêver », se réjouit-il.

Étant donné la contrainte de largeur du sentier, ajoutée au fait qu'il s'agit de la première édition, l'organisation a décidé de limiter les inscriptions pour assurer un bon déroulement et des services de qualité pour les coureurs. Les couleurs d'automne ainsi que la température plus fraîche ont grandement contribué au choix de la date, sans oublier le respect du calendrier des événements de course ici et ailleurs.

Alain Bordeleau peut compter sur de nombreuses années d'expérience à titre d'entraîneur et d'organisateur d'événements de course à pied.

LE PARCOURS LE PLUS RAPIDE EN AMÉRIQUE

Comme on parle d'un dénivelé descendant de 220 mètres en pente douce, le marathon (42,2 km) et le demi-marathon (21,1 km) seront les parcours les plus rapides en Amérique du Nord. Il sera possible pour les participants d'atteindre leurs standards tant convoités pour les marathons de Boston et New York puisque l'événement est certifié.

« Mon seul regret, c'est de ne pouvoir participer à ce marathon historique et, selon moi, unique au monde, car je vais me concentrer sur l'organisation, mais je le vivrai autrement, confie-t-il. C'est une belle façon pour moi de me reconnecter avec le milieu de la course à pied. »

DES BÉNÉVOLES DE CHEZ NOUS

Avec le souci de redonner à la communauté sportive de la région, M. Bordeleau est fier d'annoncer que les organismes sportifs seront invités à proposer des bénévoles et, en échange, ils recevront un pourcentage des inscriptions. « Ça peut devenir une belle campagne de financement pour les jeunes sportifs », souligne celui qui connaît bien les réalités de la recherche de financement.



PHOTO : COURTOISIE

Pierre Faucher, graphiste du marathon et ultra marathonien, et les jumelles montréalaises, Sylviane et Patricia Puntous, championnes d'Ironman, encadrant Alain Bordeleau, promoteur du Marathon du P'tit Train du Nord, lors du Salon de la course à pied à Montréal.

Dès cette semaine, Alain Bordeleau publiera une chronique bimensuelle dans le Journal (voir autre page) et, à partir du 26 juillet, les coureurs pourront suivre à la lettre son plan d'entraînement structuré hebdomadaire jusqu'au marathon.

Infos : www.marathondupetittraindunord.com

Facebook : www.facebook.com/Marathon-du-Ptit-Train-du-Nord-571110153065202/?fref=ts.

Championnats de *snowboard* à Tremblant

SM – L'équipe canadienne, la relève ainsi que plusieurs athlètes provenant de différents pays se disputeront le podium lors de l'événement Sports Experts Speed Nation 2017 – Nationaux Alpin et *Snowboardcross*, présenté par l'Association Québec snowboard et Canada Snowboard, du 4 au 9 avril, à la station de ski Tremblant. Une bourse de 4500 $ sera répartie entre les trois courses NorAm, soit la NorAm SBX, la NorAm PGS et la NorAm PSL.

Médaillé d'or olympique et ambassadeur de Tremblant, Jasey-Jay Anderson, le planchiste alpin le plus décoré au monde, est fier d'accueillir ces compétitions de haut niveau ici à Mont-Tremblant. « Les compétitions de *snowboardcross* offrent un spectacle en soi dès le départ donné. C'est impressionnant de voir quatre concurrents qui tentent de dévaler un parcours de virages et de sauts, le plus rapidement possible! Quant aux compétitions de *snowboard* alpin, les spectateurs assisteront à un duel où les athlètes devront user d'adresse et d'agilité », a-t-il déclaré.

RECRUTEMENT DES BÉNÉVOLES EN COURS

Les préparations vont bon train et plusieurs postes de bénévoles restent à combler.

En plus de soutenir plus de 300 athlètes, les bénévoles prennent part à un événement unique en son genre.

Inscription des bénévoles :
evenements@quebecsnowboard.ca.



PHOTO : JOHN KUNICEK

L'olympien et ambassadeur de Tremblant, Jasey-Jay Anderson, accueillera les compétitions à Mont-Tremblant.

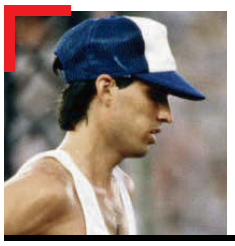
Accès LE Journal des Pays-d'en-Haut

PROPRIÉTAIRE Josée Pilotte | DIRECTEUR André Juteau | RÉDACTEUR EN CHEF Thomas Gallenne | RÉDACTRICE ADJOINTE Valérie Maynard CHEF DE PRODUCTION Marie-Eve Lapointe | COORDONNATRICE AUX VENTES Jacinthe Neault | COLLABORATEURS Martine Laval • Sandra Mathieu Jean-Patrice Desjardins • Benoit Simard • Mimi Legault | INFOGRAPHIE Marie-Eve Lapointe • Chantal St-Julien • Richard Cloutier | CONSEILLÈRES PUBLICITAIRES Christine Laniel • Camille Vaillancourt • Isabelle Monette • Christine Thibault | MISE EN LIGNE JOURNAL ET TABLETTE Marie-Eve Lapointe Chantal St-Julien | CORRECTION ÉPREUVES Com1script | IMPRESSION Trans-Mag | OPÉRATIONS ET ADMINISTRATION Suzanne SAVARD DISTRIBUTION Transcontinental | DÉPÔT LÉGAL Bibliothèque nationale du Québec | ISSN 14808643 | ADRESSE 727, rue Principale, Piedmont, Qc, J0R 1K0 | TÉLÉPHONE 450.227.7999 • SANS FRAIS 1 844 856-5144 TÉLECOPIEUR 450.227.1225 | journalacces.ca

Accès LE Journal des Pays-d'en-Haut est publié tous les mercredis à 28 708 exemplaires et distribué gratuitement de Saint-Jérôme à Mont-Tremblant. Le contenu rédactionnel, photographique et publicitaire d'Accès LE Journal des Pays-d'en-Haut ne peut être reproduit en tout ou en partie sans autorisation écrite de l'éditrice. Accès LE Journal des Pays-d'en-Haut exclut expressément toute responsabilité quant au contenu des annonces soumises par son client, dont notamment mais non limitativement toutes atteintes aux droits d'auteur, droits de l'image et autres sources de propriété intellectuelle. Dans l'éventualité de quelques poursuites en dommages ou autres à l'encontre de Accès LE Journal des Pays-d'en-Haut relativement auxdites annonces soumises par le client, ce dernier s'engage à tenir Accès LE Journal des Pays-d'en-Haut indemne et à prendre faits et cause en sa faveur. L'abonnement annuel au tarif régulier est de 150 $ +tx.

Financé par le gouvernement du Canada | Canada

TIRAGE CERTIFIÉ HEBDOS QUÉBEC INC.

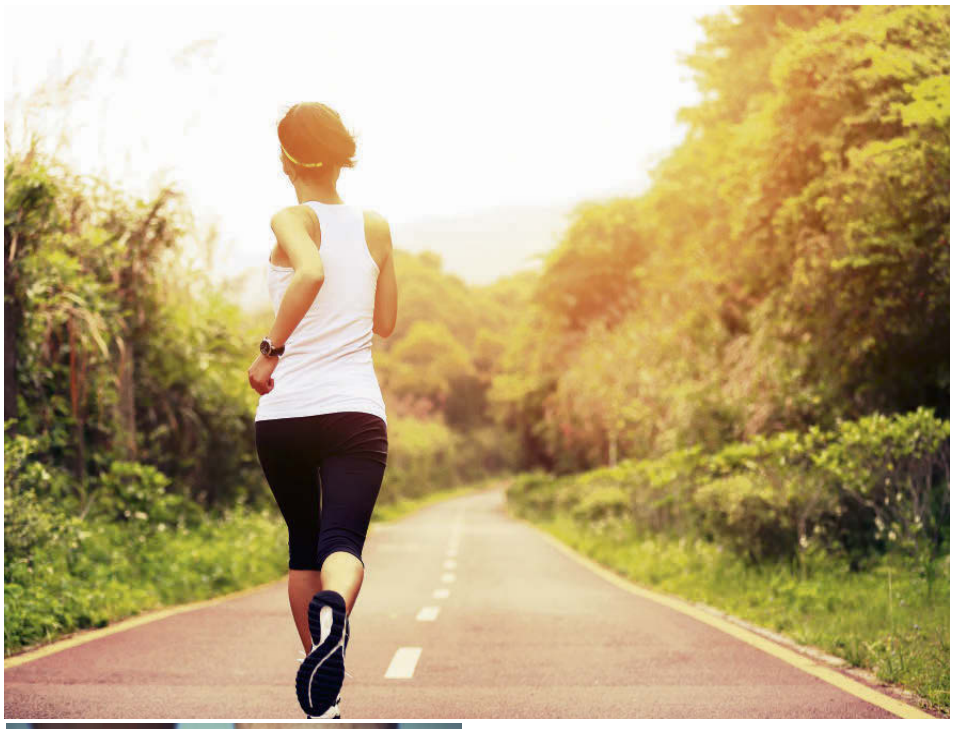


Chronique marathon

PAR **ALAIN BORDELEAU**

COURIR ? POURQUOI PAS !

DÈS CETTE SEMAINE, ALAIN BORDELEAU PUBLIERA UNE CHRONIQUE BIMENSUELLE DANS LE JOURNAL ET, À PARTIR DU 26 JUILLET, LES COUREURS POURRONT SUIVRE À LA LETTRE SON PLAN D'ENTRAÎNEMENT STRUCTURÉ HEBDOMADAIRE JUSQU'AU MARATHON.





Avec l'approche du printemps, nous sommes plusieurs à rêver des beaux jours qui nous permettront de nous activer et d'aller jouer dehors. Pourquoi ne pas essayer une nouvelle activité? Une activité qui est à la portée de tous, qui demande un minimum d'équipement, qui ne demande aucune installation, qui se pratique presque n'importe où et qui permet de facilement mesurer vos progrès. Courir!

Les bienfaits de la course à pied ne sont plus à démontrer : santé cardiovasculaire et antistress par excellence. Voici quelques trucs pour bien intégrer la course dans votre quotidien.

Commencez par prendre un engagement avec vous-même. Commettez-vous. Trouvez le temps dans votre journée qui sera le plus propice. Choisissez le temps qui entrera le moins en conflit avec toutes vos autres activités. Minimisez les possibilités d'excuses. Soyez régulier. Plus vous serez régulier et moins vous trouverez d'excuses, plus vous renforcerez votre habitude. Établissez bien votre plan de match (exemple : je cours à midi les lundis, mercredis et vendredis) et n'y apportez que le minimum de changements. Plus vous vous en tiendrez au plan établi, plus votre nouvelle habitude s'intégrera dans votre quotidien.

C'est le propre de l'être humain de rechercher le confort. Plutôt rares sont ceux qui se disent : « Je vais aller courir et j'ai hâte de me faire souffrir. Votre séance de course doit rester plaisante. C'est la raison qui fera que vous aurez envie de recommencer. Réapprendre à aimer l'effort ne veut pas dire aimer la souffrance. Il n'est pas nécessaire de s'arracher le cœur pour obtenir une amélioration de notre condition physique. Il est possible d'être actif, de courir, d'apprécier l'effort que vous produirez et de trouver l'expérience plaisante. Que vous en soyez à vos premières foulées ou que vous soyez déjà un coureur aguerri, voyez la course comme un jeu.

Courir ne demande pas d'habiletés particulières. Il s'agit d'accélérer le pas et, tout naturellement, vous vous mettez à courir. Autre point intéressant, courir vous permet de rester seul maître de l'effort que vous produisez. En d'autres mots, il n'y a que vous qui puissiez influer sur l'intensité de votre séance. Et ceci est vrai, quel que soit votre niveau.

Pour obtenir un gain au niveau de sa condition physique, il suffit de créer un léger débalancement. La course en endurance est le sport qui illustre le mieux ce point. Si vous produisez un effort en endurance, vous atteindrez un certain équilibre respiratoire qui, avec la pratique, deviendra un effort « plaisant » à répéter. On parle ici d'un effort à intensité modérée.

Les spécialistes vous diront qu'on parle d'une intensité à environ 65 % de votre rythme cardiaque maximum. Un petit truc facile pour déterminer si vous courez en endurance, faites le calcul suivant : 170 moins votre âge. Le résultat égalera le rythme cardiaque, à plus ou moins 5 pulsations par minute, que vous devriez viser lors de vos séances. Exemple : 170 – 40 ans = 130. Fréquences cardiaques visées 125 à 135 battements par minute.
Bonne course!



DANS
LA CUISINE
PROCHAINE DESTINATION: LE BAC.

RÉCUPÉREZ VOTRE ALUMINIUM, VOS BOÎTES DE CÉRÉALES ET VOS CARTONS D'ŒUFS.



RECYC-QUÉBEC.GOUV.QC.CA

RECYC-QUÉBEC
Québec

Le placement publicitaire de la présente campagne s'inscrit dans le cadre de la Loi sur la qualité de l'environnement (chapitre Q-2) et de la réglementation relative. Les journaux assujettis sont tenus de contribuer en espaces publicitaires à leur juste part.

CETTE SEMAINE, VOTRE PAGE **Espace jeux** EST COMMANDITÉE PAR

CAFÉ MOUNTAIN

Sudoku JEU Nº8

9							5	
			2		7	3		1
2		5		1	9	4		
			6		1	5	7	
7		1	5				2	3
	6	2				1		9
					2			5
		7	1	8				4
6		4						

RÈGLES DU JEU :

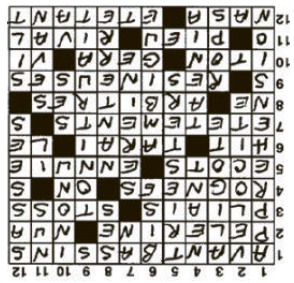
Vous devez remplir toutes les cases vides en plaçant les chiffres 1 à 9 une seule fois par ligne, une seule fois par colonne et une seule fois par boîte de 9 cases.

Chaque boîte de 9 cases est marquée d'un trait plus foncé. Vous avez déjà quelques chiffres par boîte pour vous aider. Ne pas oublier : vous ne devez jamais répéter les chiffres 1 à 9 dans la même ligne, la même colonne et la même boîte de 9 cases.

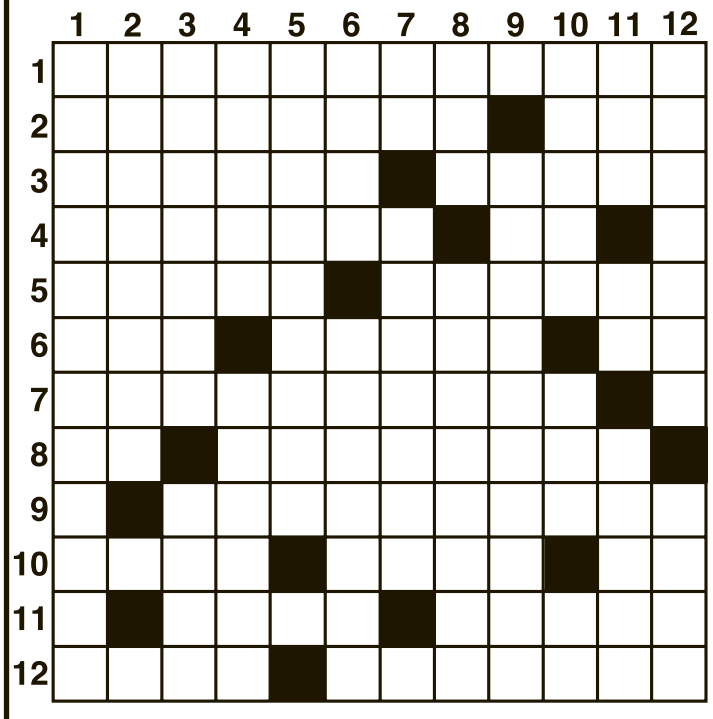
RÉPONSE DU SUDOKU JEU Nº8

2	1	8	3	7	9	4	5	6
4	6	9	5	8	1	7	2	3
5	3	7	2	6	4	8	9	1
9	4	1	8	3	7	2	6	5
3	2	6	4	9	5	1	8	7
8	7	5	1	2	6	9	3	4
6	8	4	9	1	3	5	7	2
1	9	3	7	5	2	6	4	8
7	5	2	6	4	8	3	1	9

RÉPONSE DU MOTS CROISÉS JEU Nº8



Mots croisés JEU Nº8



HORIZONTALEMENT

1- Partie d'un port située avant le bassin principal (pl.).
2- Manteau sans manches. – Nuança.
3- Faisais céder. – Sculpteur d'origine souabe.
4- Coupées sur les bords. – Indéfini.
5- Quotes-parts. – Lasse.
6- Grand succès. – Pesai l'emballage d'une marchandise. – Personnel.
7- Étêtages.
8- Négation. – Juges, contrôles.
9- Qui tiennent de la résine.
10- Affluent de l'Eure. – Administra. – Six.
11- Lit. – Opposé à d'autres pour l'obtention d'un avantage.
12- Organisme américain fondé en 1958. – Enlevant la tête de.

VERTICALEMENT

1- Crainte, vague indéfinie.
2- Grande vitesse.
3- Cépage blanc. – Peintre belge (1833-1898).
4- Le non-être. – Ver plat.
5- Corps possédant trois fois la fonction ester.
6- Baiser. – Dont le sens est incertain.
7- Année. – Claire, pure.
8- Possessif. – Dans les Hauts-de-Seine.
9- S'exprimait d'une voix retentissante.
10- Homme politique turc (1884-1973). – Possessif. – Interjection.
11- Dévêtus. – Personnel. – Lac de l'Arménie soviétique.
12- Passées au sas. – Limon.



Horoscopes



Alexandre Aubry
alexandre@norja.net
www.lignevision.com
1 900 456-4114
ou par cell. #4114

Signes chanceux de la semaine :
CANCER, LION ET VIERGE

Semaine du 22 au 28 mars 2017

Bélier 21 mars - 20 avril
Il y aura certainement beaucoup d'action avec l'une de vos connaissances. Vous aurez aussi besoin de changer la routine et, avec la belle saison qui se prépare, vous vous équiperez pour faire des activités à l'extérieur.

Taureau 21 avril - 20 mai
Fatigue et stress se sont accumulés : laissez-vous dorloter par vos proches et plus particulièrement par votre partenaire. Vous avez amplement le droit de vous laisser gâter.

Gémeaux 21 mai - 21 juin
Vous recevrez de nombreuses invitations à toutes sortes d'activités pour des 5 à 7, par exemple. Célibataire, certains prétendants rivaliseront d'imagination pour tenter de vous impressionner.

Cancer 22 juin - 23 juillet
Vous serez rempli d'optimisme devant un projet. Idéaliste à l'occasion, vous êtes une personne d'action et vous atteignez vos objectifs. Vous serez fortement appuyé par votre famille.

Lion 24 juillet - 23 août
Il est possible que vous ressentiez un peu de lassitude saisonnière. Il ne vous en faudra pas plus pour commencer à regarder les aubaines et vous offrir un voyage de dernière minute.

Vierge 24 août - 23 septembre
Un petit ménage au sein de votre cercle d'amis s'imposera. Et surtout, évitez les foules. Vous préférerez davantage vous attaquer aux petites choses que vous ne cessez de remettre à plus tard.

Balance 24 septembre - 23 octobre
Une belle promotion vous attend au travail. Cependant, les responsabilités seront assez imposantes au départ. Votre persévérance sera requise. Sentimentalement, on vous manifestera une volonté d'engagement.

Scorpion 24 octobre - 22 Novembre
N'ayez pas peur du changement sur le plan professionnel. Même si vous devez suivre une formation qui vous demandera une gestion serrée de votre agenda, vous en sortirez gagnant.

Sagittaire 23 Novembre - 21 décembre
Tandis que la période des renouvellements de baux s'active, vous envisagerez l'option de déménager prochainement et de vous acheter une propriété. Vous rechercherez davantage de confort.

Capricorne 22 décembre - 20 janvier
Faites attention aux paroles que vous employez, car vos proches risquent de mal les interpréter. À la maison, vous serez tenté de faire un grand ménage ou de rafraîchir la peinture pour vous éclaircir l'esprit.

Verseau 21 janvier - 18 février
Les magasins ont commencé à afficher les rabais pour les vêtements du printemps et vous ne pourrez résister à l'envie de regarnir votre garde-robe cette semaine. Vous aurez l'occasion de vous gâter.

Poissons 19 février - 20 mars
Vous débuterez la semaine en lion : vous vous sentirez prêt à conquérir le monde et à vivre les plus belles aventures. Les idées ne manqueront pas et vous aurez de belles initiatives à proposer.

Petites annonces classées

UN SEUL NUMÉRO **1 866 637-5236**

IMMOBILIER **100 À 200** | MARCHANDISE **300 À 399** | SERVICES **400 À 599** | EMPLOI ET FORMATIONS **600 À 799** | ÉVÈNEMENTS SPÉCIAUX **800 À 899** | VÉHICULES **900 À 999**

Saint-Sauveur

5½ - 700$ à 750$
Possibilité mois gratuit.
Offre limitée.
4½ - 570$ - 620$
Maison 4 càc - **1200$**
450 712-3906

105 Propriétés à vendre

105 Propriétés à vendre

SAINT-SAUVEUR



732 Côte St-Gabriel Est

Spacieuse propriété, 2 étages + sous-sol semi fini, 5 cac, 2 sdb complètes, foyer de pierres combustion lente, planchers bois franc, tout équipée, grand terrain et garage attenant. Construction 2006. Évaluation 290 000$. Propriétaire retourne en Europe, pas d'agent 245 000$. Libre 1er juin.

450 226-5908 • 613 744-3433

105 Propriétés à vendre

À St-Adèle: maison neuve (pourra être finie à votre goût). 17,000 pi.ca. 200,000$ + taxes. constructionpn.ca 450-602-4168

MAISON à Piedmont, Chemin des Cèdres, semi détaché, 3 c.à.c., 2 s.d.b. complètes et salle d'eau, foyer au gaz, grand balcon 13x15. 260,000$. 514-919-3751

115 Condos et lofts à vendre

CONDO, coeur St-Sauveur, 37 des Voyageurs, 2 c.à.c., 2 s.d.b., rénové, piscine, tennis, stationnements, 268,000$. Porte ouverte: dimanche 26 mars, 14h00 à 16h00. 450-990-1374

150 Chalets / Maisons de campagne

MORIN-HEIGHTS: chalet à louer avec option d'achat, 3 c.à.c., foyer bois, garage. 119,000$. aca5007@hotmail.com 514-542-1252

160 Terrains à vendre

À LA LIMITE DE ST-SAUVEUR (Morin-Heights), ensoleillé, vue exceptionnelle. lesboisesdusommet.com 514-953-5577, 514-951-7755

160 Terrains à vendre

TERRAIN À VENDRE SAINT-SAUVEUR

Chemin Boyer (à côté du 115)
33,000 pi carré
Déboisé, près pour construction.
coin de rue (Boyer et Couture).
Chemin privé donc non-passant.
Pas de voisin à l'arrière, très tranquille
150,000$ négociable
À 4 minutes du village de Saint-Sauveur
Accès à la rivière à Simon (au pont)
Communiquer avec **Stéphane Garon**
514-299-6815

TERRAINS À VENDRE

CLÉ EN MAIN ou AUTO CONSTRUCTION
Secteur tranquille, dans un cul-de-sac au Domaine Saint-Sauveur.
À 2 minutes du village.
Environnement de choix.
Terrain avec vue ou ruisseau.
À partir de 59 900$
Christian : 514 953-5777

STE-ADÈLE: secteur Sunvalley: Lac Millette, 3 terrains à vendre de 50,000 à 70,000 pi.ca. À partir de 25,000$. Contactez René. 514-386-0624

205 Logements / appartements à louer

! St-Jérôme, grand 5-1/2, 2e étage, récemment rénové. Libre 1er juin ou juilleté 725$/ mois, facile à chauffer, stationnement, planchers bois. Pas d'animaux. Références demandés. Voisins tranquille. Idéal personne tranquille. **450-712-7272, 450-675-3214**

! STE-ADÈLE CONDO, 1 et 2 c.à.c., tout équipé, meublé, laveuse, sécheuse, divan-lit, foyer au bois, au pied du Mont Chanteclerc, terrasse, BBQ, saison et long-terme. Libres avril, 450-632-2876

! Ste-Agathe: grands, 3-1/2, 4-1/2 chauffés, éclairés. Très propres, repeints. Coin tranquille. Espace rangement. Stationnement. 514-212-0482

3-1/2 (615$); 4-1/2 (675$), rue Major, Ste-Agathe, style condo, ensoleillé, stationnement privé/ déneigé, intercom, grand balcon, grandes fenêtres, rangement, immeuble tranquille, grande cour, plage, piste cyclable, hôpital, commodités. Références, enquête. Libres et juillet. 514-386-1563

3-1/2 St-Sauveur village, semi-meublé, non-fumeur, pas d'animaux, 1er juillet, 450-990-9571

205 Logements / appartements à louer

4-1/2 (550$); 5-1/2 (590$), Ste-Agathe, pas chauffés, pas éclairés. **PAS D'ANIMAUX.** Non-Fumeurs. Libres immédiatement. 514-867-2553

4-1/2, Ste-Adèle: 3280, Mont Durocher, grand 2e étage, ensoleillé, balcon, 2 stationnements, 640$. libre juin, 514-825-4003

4-1/2, sur 2 étages, Val David, remise, entrées laveuse/ sécheuse, bain tourbillon, foyer au bois, 6 stationnements privés déneigés, tranquille. 675$. Animal 30 lb et moins accepté. Non-fumeur. Libre 1er juillet. Pierre, 819-327-5200

5-1/2, rez-de-chaussée duplex, rénové. Centre-ville St-Jérôme, près cégep, train, université. 750$. Libre 1er juillet. Alain: 514-241-6525

5-1/2, rue du Plateau, St-Jérôme, non chauffé, non éclairé. Près tous services, 705$, références demandées. Libre 1er juillet, 450-504-4849

5-1/2 et 3-1/2, neufs, A/C, St-Jérôme, secteur Bellefeuille, rue cul-de-sac. Près services. Libres 1er juillet. **514-704-2336 (Jacques)**

BEAU grand condo à louer, 13 rue Brière, St-Jérôme, penthouse, 2 grandes chambres, place de stationnement, cabanon, A/C et chauffage central, près du Costco/ Wal-Mart et autoroute. Faites vite! Libre. 850$. 438-394-8116

CONDO, 4-1/2, Ste-Agathe, récemment rénové, 1 stationnement, petit animal possible. Terrasse privée, piscine chauffée. 1er juillet. 700$. Enquête. 514-972-0142

GRAND 4-1/2, Ste-Marguerite-du-Lac-Masson, centre du village, fraîchement rénové, grand stationnement, près des services, cour, possibilité bureau à la maison. Disponible immédiatement, non-fumeur, pas d'animaux, **514-947-0565**

GRANDS 2-1/2, 540$, libre 1er avril; 3-1/2, 575$ libre 1er juillet. Lafontaine, paisibles, ensoleillés, semi-meublés, eau chaude, non chauffés. Porte-patio, balcon, buanderie, près IGA/ autobus. Enquête. 438-275-7461

MIRABEL, près St-Jérôme **3-1/2,** dans maison privée, superbe vue sur vallée, ensoleillé, stationnement, entrée et cour privés, déneigé, **lave-vaisselle, balayeuse centrale, échangeur d'air,** fenestration abondante, état neuf. 695$/ câble, internet inclus. Maintenant ou 1er juillet. Non-fumeur. Pas d'animaux. **514-702-6314**

BINGO

SAINTE-ADÈLE
Au **555, boul. Ste-Adèle**
Les mardis et jeudis soir
Ascenseur, casse-croûte
Salle à louer
Info : **450-229-7095**

205 Logements / appartements à louer

MONT-GABRIEL: très beau studio, rez-de-jardin, meublé, chauffé, Internet, foyer et terrasse privés, près des services, 2 minutes de l'autoroute, quartier tranquille, 625$/ mois, 514-951-9639

MONT-ROLLAND: haut duplex, 3-1/2, libre 1er juillet, 625$/ mois, complètement rénové, 514-707-3140

PIED-À-TERRE dans un grand 5-1/2, centre-ville Ste-Adèle possibilité à louer chambre ou avoir coloc, libre 1er avril, 700$. 450-822-4988

PIEDMONT: 245-B, Chemin de la Montagne. **3-1/2,** meublé au complet, stationnement pour 2 autos, hydro et déneigement inclus, 690$, **514-953-7046**

ST-JÉRÔME: 3-1/2, 2e, non chauffé, non éclairé, près cégep, références, 450$/ mois. Libre 1er juillet. 450-504-4849

ST-JÉROME: Grand 4-1/2, triplex 2011. Ensoleillé, 2 stationnements, cabanon, à 3 minutes du Cégep. 750$/ mois. Contactez Sylvain: 514-378-3000

ST-SAUVEUR, bord lac, vue, ensoleillé, très paisible, grand, joli loft. 695$/ mois: meublé, câble, internet, déneigement inclus. Non-fumeur, pas d'animaux, référence, enquête. 450-530-5279

St-Sauveur: 5-1/2, 795$,** 2 minutes à pieds du village, frais peint, plancher et cuisine refaits. **4-1/2,** 695$. Locker au sous-sol. Non chauffés, non éclairés. Pas d'animaux, enquête de crédit. **438-862-7757, 514-820-8510

ST-SAUVEUR: Côte St-Gabriel, haut de duplex, 5-1/2 3 chambres, 1.5 s.d.b, 925$/ mois, combustion lente. Libre immédiatement 450-712-2902

ST-SAUVEUR: Projet unique au pied des pentes, location annuelle, 3-1/2, 4-1/2, 5-1/2. Ski-in, ski-out. Design condo contemporain/ rustique. À partir 995$. 514-730-0661

ST-SAUVEUR: rue Lalonde, 3-1/2, bas, idéal retraité, chauffé, pas d'animaux, stationnement, 450-227-4556

STE-ADÈLE: 3-1/2, rénové, demi sous-sol, entrées laveuse/ sécheuse, poêle/ frigo inclus. Références demandées. Pas d'animaux. 550$/ mois. Libre. 450-694-1455

205 Logements / appartements à louer

STE-ADÈLE, maison neuve, à louer (bachelor loué au sous-sol), 2.à.c., salle de lavage. Voisin du golf Alpine. 950$/ mois. Enquête crédit, non-fumeur, pas d'animaux. Libre 1er mai. 450-227-7714, 450-543-2070

STE-ADÈLE: 4-1/2, non chauffé, pas d'animaux, 660$, 1er juillet. 450-229-8000

STE-ADÈLE: 4-1/2, 660$, 5-1/2, 760$ à 800$, stationnement et locker. Balcon, immeuble sécuritaire, à pied des services, chat accepté **514-664-4525**

STE-ADÈLE: Centre-ville, 3-1/2, 4-1/2, 5-1/2, 1 mois gratuit. 450-229-7070

STE-ADÈLE: coeur du village, près des services, parc et plage du lac Rond. Secteur tranquille, grand 4-1/2, 1er étage, foyer combustion, garage, stationnement déneigé, 650$. Idéal retraités autonomes, 1er juillet, 514-835-2380

STE-ADÈLE Mont Rolland, 5 minutes du centre-ville, tranquillité, très grand 4-1/2, toit cathédrale, 2 s.d.b., sur 2 étages. Libre immédiatement. 450-229-3510

STE-AGATHE, 4-1/2, 2e étage, frais peint, près de tout les services. Libre. 525$/ mois.
STE-ADÈLE, 5-1/2, avec garage, bungalow. Libre 1er juillet. 750$/ mois. **514-234-0591**

STE-AGATHE: grand 3-1/2, demi sous-sol, foyer, bain tourbillon, espace de stationnement, non chauffé, pas d'animaux, libre 1er juillet, 540$, 819-326-5256, 819-323-7404.

210 Logements / appartements chauffés à louer

À Ste-Adèle: 3-1/2, 4-1/2, chauffé, eau chaude incluse. Calme, propre, à pied du centre-ville. Mai ou juillet, 514-497-5077

ST-ADOLPHE: beau grand 4-1/2, ensoleillé, foyer, près village. Meublé, électros inox, satellite, accès piscine creusée, grand stationnement, non-fumeurs, pas d'animaux, 985$/ chauffé, éclairé, libre. Claude: 514-241-5878

215 Logements / appartements chauffés meublés à louer

2-1/2, grand, meublé, chauffé, éclairé, déneigé, 600$/ mois. St-Sauveur près Provigo. 450-227-5100

La modération a bien meilleur goût.
Éduc'alcool

Louise Bellerose

RE/MAX
819 326-6860
Courtier immobilier
819-324-7780

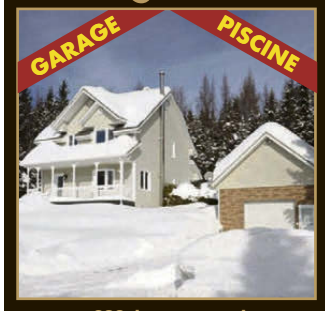


Caroline Magnan-David

RE/MAX
819 326-6860
Courtier immobilier
819 421-1414

REGARDEZ-LES BIEN! INTÉRESSANT...

Venez les visiter! Prenez rendez-vous!



623, beaureguard
SAINTE-AGATHE-DES-MONTS
Tout y est... tous les planchers sont chauffants même au garage... le hall d'entrée, la salle familiale au sous-sol qui pourrait devenir une 3e chambre, la piscine avec sa thermopompe... etc... L'occupation peut-être immédiate. Demandez vite une visite et vous serez charmés...
MLS: 24593266 — 229 000$



127 chamonix
SAINTE-AGATHE-DES-MONTS
Chalet Suisse situé au Domaine Chanteclair. Secteur tranquille et homogène, à proximité de tout. Accès au Lac- à-la-Truite, au tennis et piscine, moyennant une cotisation annuelle.
MLS: 22019526 — 175 000$



46 byette
SAINTE-AGATHE-DES-MONTS
Cette propriété est située dans un des quartiers les plus agréables de Ste-Agathe!! Distance de marche du Lac des Sables et de tous les services. 3 chambres, 2 salles de bain, foyer de pierre, garage il ne manque que vous pour compléter cette demeure! Une visite?
MLS: 27104506 — 188 999$

2 SITES WEB : www.louisebellerose.com www.carolinemagnandavid.com

220 Condos lofts et maisons de ville à louer

! CONDO 4-1/2, secteur Lafontaine, garage intérieur (porte électrique) + stationnement extérieur, cabanon 4x6, climatiseur murale, grand balcon. Non-fumeur, 1,050$/ mois. Enquêtes crédit et de profil. 514-909-1222 ou 450-504-6442

! Mont-Gabriel
1504 Versant Sud, 1,750 pi.ca., **3 chambres**, grandes fenêtres, plafond cathédrale, mezzanine, bois franc, grand balcon, foyer, accès ski. 1,050$. 1er juillet.
514-825-4003

! Ste-Adèle: 5-1/2 sur 2 étages, plancher bois, foyer, patio, piscine, déneigé, 1,100$. 819-323-7800, 514-234-1979

1ER Avril Condo Ultra-Moderne: Foyer Meublé. Chauffé Éclairé. 1,000$ 514-501-6906

4-1/2, meublé, Piedmont, libre 1er juillet, 1,100$. Rez-de-jardin, location 12 mois. Non-fumeurs, pas d'animaux. 514-378-1558

CONDO 5-1/2, secteur Lafontaine, 2 garages (porte électrique) + 2 stationnements extérieurs, cabanon 12x12 avec patio 26x12 (béton), climatiseur mural, grande cour. Non-fumeur, 1,650$/ mois. Enquêtes crédit et de profil. 514-909-1222 ou 450-504-6442

SUPERBE condo 4-1/2 sur 2 étages, Ste-Adèle, 795$, juin ou juillet, 450-275-3202

225 Propriétés à louer

! Morin-Heights, dans le village, cottage 2012, 3 c.à.c., 2 s.d.b., salle familiale, foyer, véranda, cabanon. 1,200$. Juillet. 514-946-5632

! Ste-Agathe, maison suisse, duplex, 4-1/2 + mezzanine. 450-858-4404

*** 5-1/2, Val Morin: Jolie maison, secteur tranquille, 2 stationnements, non-fumeur. Inclus déneigement 925$/ mois. Libre 1er juin, 450-675-4889**

3 chambres, avec foyer, endroit paisible, 3 min. du Village St-Donat et pentes de ski 900$/ mois. 514-559-2350

À Ste-Adèle, cottage, semi-détaché, 3 chambres, 1,250 pi.ca. Chauffé, éclairé, déneigé, foyer, verrière, vue, plafond 22' au salon, 13' dans les chambres. Pas d'animaux, 1,170$/ mois, 819-713-0456

MAISON, à Ste-Adèle, 5-1/2, 2 s.d.b., foyer, bois franc, près du golf, ski in/ out, disponible 1er mai, 1,100$/ mois. Chantal: 514-913-7021

245 Chambre à louer

! ! À St-Jérôme: chambres, internet HV, 385$ & -. Personnes responsables. 450-275-9407

À Ste-Adèle, forfait location au mois. Suite avec tourbillon et foyer. Chambre avec foyer ou standard. TV, téléphone, Internet, frigo, micro-ondes, accès buanderie. 450-229-2680

AUBERGE Champêtre centre-ville, Ste-Adèle, loués au mois, chambres, studios, meublés, au choix, foyer, tourbillon. Tout équipés, incluant: Wi-Fi/ câble, buanderie sur place. IGA, Banques, Pharmacie, etc. 450-229-3533.

CHAMBRE à louer, meublée, près de toutes commodités, tout inclus (internet, câble, téléphone, accès laveuse/ sécheuse). 380$. Non-fumeur, pas d'animaux. St-Jérôme, secteur St-Antoine. 450-419-1720

CHAMBRE rénovée, près St-Jérôme, tranquille, entrée privée, comprend tout. 514-248-4315

STE-ADELE: belle grande maison, près nature et services, avec chambre à louer, accès cuisine, 2 salons, laveuse/ sécheuse, cherche femme tranquille, non bruyante, ni fumeuse. 450-229-2904

STE-ADÈLE Mont Rolland, grande chambre, dans un grand 4-1/2, avril/ mai/ juin, 445$, tranquillité ++, 1-844-899-4545

250 Maison de repos / centre d'accueil

RÉSIDENCE GENS DU PAYS, Village de St-Janvier Laurentides, personnes âgées autonomes, concierge et dîner sur place, ascenseurs, appartements complets, s.d.b. privée, 4-1/2, 3-1/2 et studio, 514-623-4191

270 Bureaux / locaux à louer

32 rue de la Gare, au coeur de St-Sauveur, local commercial, 620 pi.ca., entièrement rénové, libre 1er juin, 1,350$/ mois. 514-436-1925

AUBAINE local commercial: 1129 Claude-Grégoire, Ste-Adèle. 600 pi.ca. S.d.b. avec douche, cuisinette. Idéal pour coiffure, bureau, boutique etc... 475$, tout inclus. 514-862-0750

BUREAU privé 700 pi.ca., centre village St-Sauveur, avec stationnement, 850$ +taxes, 450-227-0908

270 Bureaux / locaux à louer

BUREAUX à sous-louer à Laval, 2550 Daniel-Johnson, jonction 440 et 15. 1700 pi.ca. Très ensoleillé. Cuisinette, 3 bureaux fermés. Peut accueillir 6 postes de travail. Salle d'entreposage. 4,600$ par mois tout inclus. Fin du bail : décembre 2018. Info: 514-861-2088 poste 23.

LOCAL avec porte de garage de 14', hauteur libre intérieur 17' 6", sur route 117, St-Jérôme. Disponible dès maintenant. Pour information, 450-560-1018

310 Divers à vendre

A-1 Super liquidation d'électroménagers neufs ou reconditionnés, matelas. 450-569-8353 www.liquidatronique.com

SCIERIES MOBILES à partir de 4,397$ Coupez bois de toutes dimensions avec vote propre scierie à ruban portative. Info & DVD gratuits, www.ScieriesNorwood.ca/ 400qn 1-800-408-9995, poste: 400QN.

QUAIS EN ALUMINIUM
DESSUS EN CÈDRE AVEC ACCESSOIRES
4 OU 6 PIEDS DE LARGE
DIFFÉRENTES LONGUEURS
SUR PATTES OU FLOTTANTS
450 444-5974

CABANONS
(remises de jardin)
10 x 12 : 1825$
2150$
10 x 16 : 2200$
2575$
12 x 16 : 2450$
2900$
15 x 20 : 3450$
4200$
15 x 30 : 5000$
6000$
20 x 30 : 6350$
7950$
Autres grandeurs disponibles.
Livraison gratuite.
RBQ#8213-9338-04.
450 632-0007

Faites un don en ligne et appuyez
Claude Robinson
clauderobinson.org

SAINT-SAUVEUR
CENTRE DU VILLAGE
1 000 pieds carrés
Rez-de-chaussée et sous-sol
RUE PRINCIPALE/LAFLEUR
À côté du stationnement municipal
TRÈS BIEN SITUÉ
Libre immédiatement
514 953-5777

345 Antiquité / art / collections

ACHAT À DOMICILE ANTIQUITÉ: meubles, luminaires, statue, bronzes, monnaies, montres, coutellerie sterling, BIJOUX OR, TABLEAUX, Beaulieu, Bellefleur, Brunoni, Cantin, Cosgrove, Côté, Fortin, Hudon, Lecor, Little, Richard, Rousseau, Riopelle, Tanobe, Villeneuve et autres. www.tableauxantiques.com 514-891-0699

COLLECTIONNEUR Recherche disques vinyle 33 tours, cd de rock et jazz + ampli vintage et tables tournantes + jeux Nintendo. 450-744-3060 François

365 Poêle / Fournaise / Bois de foyer

Bois de chauffage
L'ENVIRONNEMENT DU NORD Ltée
100% bois franc
Livraison gratuite* (certaines conditions s'appliquent)
Ouvert tout au long de l'année
450 563-3139
www.boisdechauffage-sec.ca
ACCEPTÉES
CERTIFICATS-CADEAUX DISPONIBLES

404 Services domestiques offerts

ENVIRO PLUS
Entretien Ménager
Résidentiel, commercial & après construction
ESTIMATION GRATUITE
514-609-1225
www.enviro-plus.info

FEMME fiable ferait votre entretien ménager à la semaine/ aux 2 semaines. Non-fumeuse. Avant 20h: 450-712-0279

J'OFFRE mes services comme femme de ménage, expérimentée, ponctuelle, respectueuse. 514-951-9639

J'OFFRE mes services d'entretien ménager: Semaine, 15 jours. Occasionnel. St-Sauveur et environs. Travail de qualité garanti. Minimum 3 heures/ par passage. Sabine 450-227-5064

415 Massothérapie / Soins thérapeutiques

! ! 450-431-7966. ABSOLUMENT À DÉCOUVRIR LA MAGIE D'UN MASSAGE PERSONALISÉ, EXTRÊME DÉTENTE. REÇU AMQ, 7/7. 9H-22H. ST-JÉRÔME.

! ! Super massage détente, super prix! 819-774-1708

À vous le calme et le bien-être. Massage détente, environnement champêtre, Jessy 819-323-4379

415 Massothérapie / Soins thérapeutiques

BON massage suédois. Agréable et confortable à Morin-Heights à 6 minutes de St-Sauveur 9h/ 18h30, samedi, dimanche. Manon. 450-921-1131, 514-546-0960

MASSAGE suédois 7/7, 8h30 à 16h30, Ste-Agathe, Information, Manon: 450-745-1471

MASSAGE suédois de qualité, près des axes routiers. 10 min St-Jérôme. 6 jours. 8h30 à 20h00. 450-996-0796

MASSOTHÉRAPIE: Massage de détente, Ste-Adèle, Carl 450-229-2073

415 Massothérapie / Soins thérapeutiques

MOMENT de détente à partir de 30$. St-Sauveur. Daniel: 450-275-0780

OFFREZ-VOUS un massage Essénien ou un soin énergétique. Lundi au dimanche. 8h-16h 450-675-2888

PROMOTION 50$ pour 75 minutes. Massage thérapeutique. Reçu pour assurance. Certificat cadeaux. Disponible à votre domicile. Nancy 514-726-7207

424 Astrologie / Occultisme

ANA Médium pure, 40 ans d'expérience, ne pose aucune question, réponses précises et datées, confidentielles. Tél.: 514-613-0179 (Avec ou sans Visa/ Mastercard)

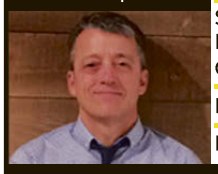
Fondation québécoise du cancer
Don in memoriam
En souvenir d'un être cher
1 877 336-4443
www.fqc.qc.ca

430 Comptabilité / Impôt

IMPÔTS FÉDÉRAL PROVINCIAL
PARTICULIERS / TRAVAILLEURS AUTONOMES / RÈGLEMENT SUCCESSION
TED IMPÔT NET
- TRAITEMENT INFORMATIQUE
- RAPPORTS FÉDÉRAL / PROVINCIAL
- FORMULAIRES T1 ET TP1 AVEC ANNEXES
- EXPÉDIÉS VIA INTERNET : TED ET IMPÔT NET
- PRIX SPÉCIAL : ÂGE D'OR ET RETRAITÉS
- POUR INFORMATIONS, CONTACTEZ :

ROBERT LAVERGNE, cma, fisc.
Fiscaliste, 30 ans d'expérience
450 227-7866 (bur) - 514 970-7767 (cell)
rla_robert@hotmail.com

PATRICK MARIN
Impôts personnels
25 ans d'expérience



Déclarations d'impôts personnels
Demandes de redressement
Successions: Déclarations d'impôts
Certificats de décharge
Divulgations volontaires
Impôts des non-résidents
Service à domicile pour personne à mobilité réduite
433 rue Principale
Saint-Sauveur
450 744-0211
patk.mrn@gmail.com

440 Déménagement / Transport / Entreposage

DÉMÉNAGEMENT petit et grand à partir de 60$ de l'heure avec assurances. Camion 26'. Demandez Jean-Luc, 450-694-0022.

HOT TRANSPORT INC.
Déménagement
Ramassage
Livraison Rapide
Laurentides-Montréal
Tous les Jours.
Prix Compétitifs.
Olivier
514-246-6662

442 Constructions / Rénovations / Réparations

HOMME À TOUT FAIRE. Les 2 frères vous offrent leurs services dans tout, tout, tout! Yves et Rock. 450-275-5857

RÉNOVATIONS de tous genres, intérieur/ extérieur. Portes et fenêtres, balcons, salle de bain, plancher bois franc et plus. Mario, 514-952-9401. Daniel, 450-592-0805

430 Comptabilité / Impôt

442 Constructions / Rénovations / Réparations

HOMME À TOUT FAIRE
Peinture, patio et clôture, réparation de plâtre, rénovations de toutes sortes, travaux intérieurs/ extérieurs, travaux propres et soignés, 20 ans d'expérience. Références sur demande. À l'heure ou à contrat. Nicholas, **514-264-7385 cell. 450-226-6095** (maison St-Sauveur). Estimation gratuite!

HOMME à tout faire pour la réalisation de vos projets de rénovations, de réparations et d'entretien résidentiel de tous genres. Fernand 514-647-5213

ceramique mrnicolas.com
Pose de céramique
Ardoise et granit
Douche sur mesure
Expérience
Travail propre
RBQ.56103849-01
514.238.2653

CONSTRUCTION - RÉNOVATION
TECNIC INC.
Entrepreneur général
APCHQ R.B.Q.: 5624-2712-01
Résidentiel & Commercial
Spécialités : Finition extérieure de tous genres, Maibec, Canexel
Portes et fenêtres • Balcons et vérandas
Agrandissement de maisons
Travaux pour assurances
Guy Beauchemin, Propriétaire membre AECQ
Tél. : 450 229.7770 • Cell. : 450 565.7707
Pour soumission:
www.constructiontecnic.ca

442 Constructions / Rénovations / Réparations

PLÂTRIER diplômé, tireur de joints, peintre diplômé, pose gypse, travail de qualité. R.B.Q: #5602-1603-01 Martin: 450-226-2991 Cellulaire: 450-712-0851

TRAVAUX de rénovation de tous genres, cuisine, salle de bain, sous-sol et extérieur, joints et peinture, 30 ans d'expérience, Réal, 450-821-0951

446 Peinture / décoration

BON peintre, 35 ans d'expérience, intérieur, extérieur. Travail très propre. Références à l'appui. 450-275-3532

Peinture, réparation de plâtre. Joints. Homme d'expérience. Propre et minutieux. 450.227.4216 514.946.6353

458 Électricité

MAÎTRE ÉLECTRICIEN, 30 ans d'expérience, entrées électriques. Rénovation d'électricité tous genres. RBQ: 5597-5254-01 Très bon prix! 514-232-0265

462 Chauffage / Climatisation

A.R.C. ST-AMAND
CLIMATISATION
RÉFRIGÉRATION
THERMO-POMPE
SPÉCIAL:
.CLIMATISEUR MURAL
.THERMO-POMPE DE PISCINE
2 SUCCURSALES:
SAINTE-ADÈLE
450 229-8386
RIVIÈRE-ROUGE
819 275-0156

483 Compagne compagnon

STE-ADÈLE: homme bel apparence, cinquantaine, 5'10"/ 180 lb. But sérieux, amical. 819-321-2808

484 Services divers

SAAQ - SAAQ - SAAQ Victime d'un accident automobile? Vous avez des blessures? Contactez-nous. Consultation gratuite. M. Dion Avocats, tél: 514-282-2022 www.sossaaq.com

485 Agence de rencontre avec permis

CONTACTS directs et rencontres sur le service #1 au Québec! Conversations, rencontres inattendues, des aventures inoubliables vous attendent. Goûtez la différence. Appelez le 1-877-661-2626 pour les écouter ou bien, pour leur parler, depuis votre cellulaire, faites le # (carré) 6910 (des frais peuvent s'appliquer). L'aventure est au bout de la ligne.

RENCONTRER des femmes multi-ethnies à l'Agence A2. But sérieux. 514-655-4114

480 Toitures / Couvreurs

TOITURES SILANIC

RBQ 5670 7094 01

UNE COUVERTURE DE SATISFACTION

Pour un service personnalisé et complet
Un travail propre et garanti
Dans le domaine depuis plus de 20 ans
Spécialité bardeaux d'asphalte
Installation de gouttières sans joints

450 226-3843 • www.silanictoitures.com

480 Toitures / Couvreurs

TOITURES
LAURENTIENNE
R.B.Q. : 8275-165-36

Spécialiste bardeaux
Fibre de Verre
Membrane Élastomère
Ventilation & Isolation
Estimation gratuite
Travail garanti
Prix compétitifs
35 ans d'expérience

450 275-9201

484 Services divers

Com1Script
Communication Écrite

Correction, révision, traduction (18 langues et +), réécriture, rédaction et transcription.

1 877 231-6680 ★★★★★
info@com1script.com
www.com1script.com

485 Agence de rencontre avec permis

SERVICE RENCONTRE. Relations Long-terme, ESSAYEZ GRATUITEMENT!!! 1-888-451-7661. Appelez #7878 ou 1-866-634-8995. Adulte 1 à 1 en direct appelez: 1-877-347-9242 ou #5015. Rencontrez des femmes célibataires de votre région. 1-888-571-5763 (18+)

555 Argent à prêter

courtageexpress.com
PRÊT 500$ à 1,000$
lundi au vendredi
8h-17h.
1-888-994-4054

Prêt 500$ à 1000$. Maintenant ouvert 7 jours. Obtenez votre argent instantanément avec Sekur. Mauvais crédit accepté. Dépôt d'argent 7j/7. Crédit Yamaska 1-877-661-4721 www.credityamaska.com

555 Argent à prêter

PRÊTEUR hypothécaire privé de premier et deuxième niveau. Financement rapide peu importe votre région. Service professionnel. Nos taux sont compétitifs et nos conditions de financement flexibles. Financement Brisson. 1-866-566-7081

C-C-E.ca
CréditCourtage Express
Prêt 500$ à 1000$
Rapide.
Sans enquête de crédit.
1-888-994-4054

Pour le mieux-être de la société, faites un don par testament.

Un héritage à partager
Québec
www.unheritage.org
1 888 304-8834

580 Occasions / Propositions d'affaires

VOUS rêvez de démarrer votre entreprise voici l'occasion. Route de distributrices automatiques, produits infaillibles, projet clé en main, clientèle inclue. Financement. Programmes gouvernementaux, informations gratuites. 514-945-4599

585 Services financiers divers

SOLUTIONS à l'endettement. Trop de dettes? Laissez-nous vous aider. Un seul versement par mois. 7 sur 7, de 8h à 20h. MNP Ltée, Syndics autorisés en insolvabilité. 514-839-8004

605 Emplois divers

PRÉPOSÉ(E) à la réception, bilinguisme anglais/ français, facilité avec informatique, temps plein, jour/ soir/ fin de semaine, Envoyez votre cv à: à l'attention de: Roxanne Blondin. à: reservation@montgabriel.com

635 Coiffure / Beauté/ Esthétique

RECHERCHE coiffeur(se) motivé(e) pour salon de coiffure esthétique et massage bien établi à Morin-Heights. Belle clientèle, atmosphere chaleureuse, équipe accueillante. 450-226-1120

SUPERBE studio situé centre-ville St-Sauveur, ambiance très relaxe, cherche COIFFEUR(SE) autonome. Pierre, 450-227-1222 ou 514-825-6903

638 Métier de l'auto

DÉBOSSELEUR, peintre avec expérience à St-Jérôme. Ponctuels, dynamiques et sociables. Temps plein, de jour, 40 heures/ semaine, salaire à discuter. Demandez Christian 450-431-1535 ou courriel: info@lecarrossierct.com

GARAGE Paul De Bassecourt à St-Sauveur, recherche préposé pour pose de pneus avec expérience. Demandez Charles: 450-512-2771, 450-227-4545.

685 Chauffeurs / Transports

CHAUFFEUR/ déménageur, classe 1, 3, 5, avec expérience. Driver - mover, Class 1, 3, 5, with experience. 450-820-8169

RECHERCHONS
chauffeurs/ livreurs classe 1 et 3 avec expérience, connaissant Mtl et les Laurentdies.
819-326-7447

705 Formations diverses

ANGLAIS, cours individuels. Devenez fonctionnel rapidement. Conversation, emploi, rattrapage scolaire, 25$/ h. Professeure diplômée 450-226-7239

COURS d'espagnol de jour, tous les niveaux, à Ste-Agathe. Commence en avril. Inscription: 819-325-0679

COURS de comptabilité sur Simple Comptable. formationsuzanneallard.com sallard@b2b2c.ca 450-565-4583, 450-419-2804

845 Prières Remerciements

REMERCIEMENTS
Remerciements au Sacré-Coeur de Jésus pour faveur obtenue. R.S.P.

950 Ferraille

! ! ! ! ! ACCRÉDITÉ SAAQ. Achetons autos, camions, pièces/ route. 7/7. 200$ et +. Payons comptant. Vendons pneus et autos à bas prix. G.G. Autotech 450-882-1491, 514-214-8304

985 Autos à vendre

À voir auto, camion, 4x4. Financement maison aucun cas refusé. Voitures 2010 à 2016, léger dépôt, aucun endosseur. 1-866-566-7081 financementbrisson.com

985 Autos à vendre

ATTENTION! ATTENTION! Besoin d'une auto. Problème de crédit? C'est fini. Aucun cas refusé. Financement sur place. Voiture, camion, van, 2004 à 2013 Robert Cloutier Autos 450-446-5250, 514-830-0098, 1-888-446-5250 robertcloutierautos.com

Emplois

GIORGIO RISTORANTE
APPORTEZ VOTRE VIN

RECHERCHE
Serveur(se)s
Chef spécialisé en mets Italiens

Se présenter avec CV au
10 ave. Filion, Saint-Sauveur
450 227-1001
st-sauveur@giorgio.ca

RESTAURANT
RESTO VIEUX FOUR Manago
SAINT-SAUVEUR

RECHERCHE
CUISINIER(IÈRE)
Temps plein
PLONGEUR(EUSE)
Temps partiel

Communiquez avec Philippe
438 390-1215

BERTRAND • MORISSETTE • ASSOCIÉS
AVOCATS - MÉDIATEURS

OFFRE D'EMPLOI
SECRÉTAIRE RÉCEPTIONNISTE

Nous sommes à la recherche d'une personne pour combler un poste de secrétaire réceptionniste.

VOUS DEVEZ MAÎTRISER :
- Le logiciel Word
- La langue française (parlée et écrite) +++
- Etre bilingue est un atout

- Poste à temps plein
- Salaire selon expérience

Les personnes intéressées doivent faire parvenir leur curriculum vitae par courriel à : **info@bertrandmorissette.ca**

BERTRAND MORISSETTE & ASSOCIÉS
(Votre bureau d'affaires)
120, rue S-Vincent, Ste-Agathe-des-Monts (Qc) J8C 2B1 • Tél. : **819 326-8585**

Commercial à louer

BUREAUX À LOUER
36 ave Filion
St-Sauveur

200 à 800 pi²
Disponible immédiatement

36, ave Filion, St-Sauveur
(face à l'école Marie-Rose)
450.602.0634

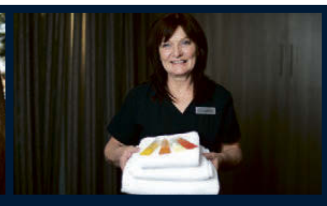
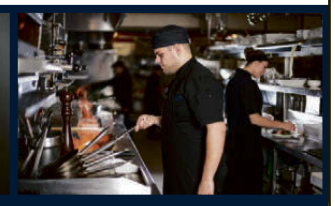
ESTÉREL RESORT



1ER AVRIL
JOURNÉE PORTES OUVERTES *EMPLOIS*
Emplois stables, offrant du travail à l'année

Présentez-vous avec votre CV de 10 h 00 à 15 h 30.

PLUSIEURS POSTES À COMBLER DÈS MAINTENANT
- Restauration
- Cuisine
- Entretien ménager
- Réception
- Valets
- Centre d'activités

ESTEREL.com | 39, boul. Fridolin-Simard, Estérel, JOT 1EO

facebook.com/journalacces
@LeJournalAcces

Emplois

MORIN-HEIGHTS 1855

OFFRE D'EMPLOI

La municipalité de Morin-Heights est présentement à la recherche de candidatures pour combler un poste au Service de l'urbanisme et des travaux publics. Pour connaître la description complète du poste et les critères d'admissibilité, nous vous invitons à consulter notre site internet au www.morinheights.co

ADJOINTE ADMINISTRATIVE BILINGUE URBANISME ET TRAVAUX PUBLICS

Sous la supervision de la responsable de division permis et inspection, la personne titulaire de l'emploi assure le service à la clientèle des activités reliées au Service de l'urbanisme et de l'environnement et au Service des travaux publics. Elle assure également le secrétariat pour les deux services.

Date limite le **13 avril 2017 à 16h30**

Les personnes intéressées à poser leur candidature peuvent transmettre leur curriculum vitae, ainsi qu'une lettre de présentation à la direction générale, par courriel à municipalite@morinheights.com ou à l'adresse suivante. Seuls les candidats retenus pour une entrevue seront contactés.

Municipalité de Morin-Heights
567, chemin du Village, Morin-Heights J0R 1H0

RONA SAINTE-ADÈLE RIOPEL Employeur de choix

RONA Riopel, situé à Sainte-Adèle, est une entreprise dans le domaine de la vente de matériaux de construction, de rénovation et d'horticulture.

VENEZ VIVRE L'ENGAGEMENT RIOPEL !

- **CONSEILLERS(ÈRES) EN VENTE**
- **MARCHANDISEURS**

POSTES À TEMPS PLEIN ET PARTIEL

pour départements suivants
Matériaux • Peinture • Horticulture
Électricité/Plomberie • Quincaillerie
• Outillage

Envoyer CV A/S Line Breton
Par courriel à **service@ronariopel.com**
Par télécopieur au **450 229-7960**
Par la poste ou en personne
2105, boul. Ste-Adèle, Ste-Adèle J8B 2N6

Vous cherchez un emploi?

Intégration TRAVAIL Laurentides

peut vous aider !

Un service spécialisé de main-d'œuvre gratuit

- Avez-vous un handicap ou une limitation physique?
- Avez-vous une maladie dégénérative?
- Avez-vous un problème de santé mentale?
- Avez-vous des limitations neurologiques ou intellectuelles?
- Avez-vous un dossier judiciaire?
- Avez-vous eu des problèmes de dépendance aux drogues, médicaments ou alcool?

Intégration-Travail Laurentides assure un service d'aide à l'emploi et un suivi personnalisés à sa clientèle depuis 30 ans.

Intégration TRAVAIL Laurentides
avec vous depuis 1985

Sainte-Adèle 450 229-5889

J'ai ma place au travail !

Avec la participation financière
Emploi Québec Laurentides

Service funéraire

Crématel
Simplement la CRÉMATION
- Sans embaumement
- Sans cercueil
- Sans exposition

Transport du corps directement au crématorium

Bureau : 283, rue Labelle, St-Jérôme
Tél.: 450 431-7700
Sans frais : 1 888 510-1112
www.crematel.com

Bazar

BAZAR DE LA POINTE BLEUE
9, Chemin Ste-Marguerite
Ste-Marguerite -du-Lac-Masson

TOUS LES VENDREDIS ET SAMEDIS, DE MIDI À 16H.
Nous acceptons: bijoux, vêtements, meubles, articles de décoration, tableaux etc.
S.v.p. téléphonez au: 450 228-2441 ou 450 229-4328
et nous irons les récupérer.

Cartes professionnelles

VOTRE ESPACE SIMPLE

Soyez vu!
Carte professionnelle
25$/semaine

AUTOMOBILES

Les Vitres WINDPRO .ca
Réparation et remplacement de vitres d'autos et de camions
SUR LA ROUTE COMME EN ATELIER
450.432.4866 | 450.227.4099
WINDPRO.ca
Un service qui en surprend plus d'un!

COACH D'ENTREPRISE



VOUS AIMERIEZ AMÉLIORER VOTRE CHIFFRE D'AFFAIRE?
UNE SÉANCE DE COACHING GRATUITE
en février, mars et avril... places limitées
Une solution performante... pour toute entreprise
Pour information : 438 491-1767 roberttessier.ca

CONSTRUCTION



2550, chemin Jean-Adam
Saint-Sauveur (Québec) J0R 1R7
450 226-3959 | INVESCOHABITATION.CA

ÉCRITURE

DIFFICULTÉ À ÉCRIRE VOS TEXTES?
Laissez **Mimi Legault** vous aider :
• lettres • discours • c.v.
• corrections
• travaux scolaires
• autobiographies
mimilego@cgocable.ca



ENTREPRENEUR

GILLES FILION & FILS LTÉE
45 années d'expérience
ÉLECTRICIEN – PLOMBIER
CHAUFFAGE – CLIMATISATION
gillesfilionetfils.com
450 227-2789 • 1 800 830-2789
RBQ 5728-9787-01
CMMTQ | Corporation des maîtres électriciens du Québec

FABRICATION BIÈRE/VIN

À la Bière Fontaine J-L
Tout pour la fabrication de vin et bière en kit et artisanal.
Détaillant vinexpert MD FAIRE SON VIN. LE FAIRE BIEN.
Julie Légaré
104, boul. Norbert-Morin,
Sainte-Agathe-des-Monts,
J8C 3K8. 819 326-9459
alabierefontainejl@cgocable.ca

NATUROPATHE

Natura Terra
Sur rendez-vous seulement
Visites à domicile
Dominique Cloutier N.D.A
Membre RITMA
Reçus pour assurances disponible
450 227-7955

PAYSAGEMENT

ABATTAGE, ÉMONDAGE ST-SAUVEUR
Abattage d'arbres dangereux, émondage, déssouchage et déboisement de terrain
Assurance complète
Martin Binette • Cell.: 450 530-4521
www.equipepaysgistemb.com

PAYSAGEMENT

Les PAS VERTS du Nord
ENTREPRENEUR PAYSAGISTE
• Escalier
• Pavé uni
• Muret
• Terrassement
Cell.: 819 325-0916
Tél.: 819 774-3306
www.lespasvertsdunord.com

PAYSAGEMENT

Paysagement D.Philippot
ESTIMATION GRATUITE
PAVÉ-UNI
MURET
ROCAILLE / BASSIN D'EAU
PATIO EN BOIS
POSE DE TOURBE
PLANTATION
EXCAVATION
RÉSIDENTIEL & COMMERCIAL
20 ANS D'EXPÉRIENCE
450-374-0059
WWW.PAYSAGEMENTDPHILIPPOT.COM

PISCINE



Ville de Sainte-Marguerite-du-Lac-Masson

AVIS PUBLIC

PROMULGATION DU RÈGLEMENT # 83-2014-A08

AVIS PUBLIC, est, par la présente, donné par la soussignée, greffière adjointe de la susdite ville, à toutes les personnes intéressées de la Ville de Sainte-Marguerite-du-Lac-Masson :

QUE le règlement # 83-2014-A08 intitulé *« Règlement modifiant le règlement # 83-2014 décrétant des dispositions sur le financement de certains biens, services ou activités et imposant un tarif à cette fin afin d'y modifier certaines dispositions des articles 3.1, 3.4, 3.6.1, 3.6.2, 3.7 et l'annexe « A » »* a été adopté selon la procédure suivante :
Avis de motion : 16 janvier 2017
Adoption du règlement : 20 mars 2017

QUE ce règlement peut être consulté durant les heures régulières du bureau, soit du lundi au vendredi de 8 h 30 à 12 h et de 13 h à 16 h 30. Le règlement # 83-2014-A08 entrera en vigueur conformément à la Loi suivant la publication du présent avis.

DONNÉ à Ville de Sainte-Marguerite-du-Lac-Masson, ce 22 mars 2017.

Judith Saint-Louis
Greffière

Un testament peut être modifié en vue d'inclure un don sans compromettre l'avenir des héritiers.

Un héritage à partager
Québec
www.unheritage.org
1 888 304-8834

815 Avis de décès

JODOIN, ROBERT
1946-2017



À Ste-Agathe, le 18 mars 2017, est décédé à l'âge de 71 ans, M. Robert Jodoin, époux de Mme Francine Archambault.

Outre son épouse, il laisse dans le deuil ses filles Caroline (Adrien) et Guylaine (Éric), ses petits-enfants Kayla, Adriana et Dérek, sa mère Simone, ses frères Marc et Yvon, sa sœur Micheline, ses beaux-frères et belles-sœurs, ses neveux et nièces, ainsi que parents et amis.

La famille recevra vos condoléances le lundi 27 mars de 14h à 17h et de 19h à 22h ainsi que mardi le 28 mars à compter de 9h au salon de la

Maison Trudel Inc.
214 Principale, St-Sauveur
450-438-1234 • www.maisontrudel.com

Les funérailles seront célébrées le mardi à 11h en l'église de St-Sauveur.

815 Avis de décès

1er ANNIVERSAIRE / 1ST ANNIVERSARY

Colligan Coadebez Maryse
1943-2016



Le 25 mars 2016 a été le jour le plus triste de ma vie. Tu me manques. Je t'aime! Jimmy C.

March 25TH 2016
The saddest day of my life.
Miss You, Love You. Jimmy C.

Commission Scolaire DES LAURENTIDES
Notre devise : L'ENGAGEMENT

AVIS PUBLIC

SÉANCE PUBLIQUE D'INFORMATION SUR LE RAPPORT ANNUEL 2015-2016

AVIS EST DONNÉ que le conseil des commissaires de la Commission scolaire des Laurentides (CSL) tiendra sa séance ordinaire le mercredi 12 avril 2017, à 19 h, à la salle de délibérations du centre administratif situé au 13, rue Saint-Antoine, à Sainte-Agathe-des-Monts. Lors de cette séance, la CSL présentera son rapport annuel 2015-2016.

À compter du 13 avril 2017, le rapport annuel sera disponible sur le site Internet de la CSL à www.cslaurentides.qc.ca.

Donné à Sainte-Agathe-des-Monts, ce 22 mars 2017.

La secrétaire générale,

Val-David
Un monde à part

PROCÉDURE D'ENREGISTREMENT RÈGLEMENT NUMÉRO 717

Aux personnes habiles à voter ayant le droit d'être inscrites sur la liste référendaire de l'ensemble de la Municipalité.

AVIS PUBLIC EST DONNÉ :

1. Lors d'une séance ordinaire du conseil tenue le 14 mars 2017, le conseil municipal a adopté le règlement numéro 717 intitulé :

   RÈGLEMENT NUMÉRO 717 DÉCRÉTANT L'ÉXÉCUTION DE TRAVAUX D'IMMOBILISATIONS POUR DES INFRASTRUCTURES MUNICIPALES ET AUTORISANT UNE DÉPENSE ET UN EMPRUNT DE 750 000 $ À CES FINS.

   Montant de l'emprunt : 750 000 $
   Terme de l'emprunt : 20 ans
   Base d'imposition : tous les immeubles imposables sur le territoire de la Municipalité, une taxe spéciale à un taux suffisant d'après leur valeur telle qu'elle apparaît au rôle d'évaluation en vigueur chaque année.

2. Les personnes habiles à voter ayant le droit d'être inscrites sur la liste référendaire de la Municipalité peuvent demander que le règlement numéro 717 fasse l'objet d'un scrutin référendaire en inscrivant leurs nom, adresse et qualité et en apposant leur signature dans un registre ouvert à cette fin.

   Les personnes habiles à voter voulant enregistrer leur nom doivent présenter une pièce d'identité : carte d'assurance-maladie, permis de conduire, passeport, certificat de statut d'Indien ou carte d'identité des Forces canadiennes.

3. Le registre sera accessible de 9 heures à 19 heures, **le 29 mars 2017** à la mairie située au 2579, rue de l'Église.

4. Le nombre de demandes requis pour que le règlement numéro 717 fasse l'objet d'un scrutin référendaire est de 410. Si ce nombre n'est pas atteint, le règlement sera réputé approuvé par les personnes habiles à voter.

5. Le résultat de la procédure d'enregistrement sera annoncé à 19 h 01, le 29 mars 2017, à la mairie.

6. Le règlement peut être consulté à la mairie durant les heures d'ouverture, soit du lundi au vendredi de 8 h 30 à 12 h 00 et de 13 h 00 à 16 h 30, exception faite des jours fériés où les bureaux sont fermés, ainsi qu'à partir du site Internet de la Municipalité (www.valdavid.com).

Conditions pour être une personne habile à voter ayant le droit d'être inscrite sur la liste référendaire de l'ensemble de la Municipalité :

7. Toute personne qui, le 14 mars 2017, n'est frappée d'aucune incapacité de voter prévue à l'article 524 de la Loi sur les élections et les référendums dans les municipalités et remplit les conditions suivantes :
   - être une personne physique domiciliée dans la Municipalité et être domiciliée depuis au moins 6 mois au Québec; et
   - être majeure et de citoyenneté canadienne et ne pas être en curatelle.

8. Tout propriétaire unique d'un immeuble ou occupant unique d'un établissement d'entreprise qui n'est frappé d'aucune incapacité de voter et remplit les conditions suivantes :
   - être propriétaire d'un immeuble ou occupant unique d'un établissement d'entreprise situé dans la Municipalité depuis au moins 12 mois;
   - dans le cas d'une personne physique, être majeure et de citoyenneté canadienne et ne pas être en curatelle.

9. Tout copropriétaire indivis d'un immeuble ou cooccupant d'un établissement d'entreprise qui n'est frappé d'aucune incapacité de voter et remplit les conditions suivantes :
   - être copropriétaire indivis d'un immeuble ou cooccupant d'un établissement d'entreprise situé dans la Municipalité depuis au moins 12 mois;
   - être désigné, au moyen d'une procuration signée par la majorité des personnes qui sont copropriétaires ou occupants depuis au moins 12 mois, comme celui qui a le droit de signer le registre en leur nom et d'être inscrit sur la liste référendaire, le cas échéant. Cette procuration doit avoir été produite avant ou lors de la signature du registre.

10. Personne morale :
    - avoir désigné par résolution, parmi ses membres, administrateurs ou employés, une personne qui, le 14 mars 2017 et au moment d'exercer ce droit, est majeure et de citoyenneté canadienne, qui n'est pas en curatelle et n'est frappée d'aucune incapacité de voter prévue par la loi.

Donné à Val-David, ce 22 mars 2017

(SIGNÉ) Marie-Pier Pharand

Marie-Pier Pharand, avocate
Greffière

Directrice des affaires juridiques et
secrétaire-trésorière adjointe

PRENEZ AVIS qu'à compter du 1er janvier 2017, Dre Isabelle Cazeaux, chiropraticienne et Dr Christopher Halder, chiropraticien, exercent leurs activités professionnelles au Centre Chiropratique Vitalité inc. (NEQ : 1172372170). Dre Cazeaux et Dr Halder sont autorisés à exercer leurs activités professionnelles au sein de ladite société conformément au *Règlement sur l'exercice de la profession de chiropraticien en société*, C-16, r.8.1 (le « Règlement ») et ils maintiennent pour la société une assurance établissant la responsabilité que ladite société peut encourir en raison des fautes commises et ils conservent un contrat d'assurance contre la responsabilité professionnelle à titre de chiropraticiens. Le présent avis est donné conformément à l'article 13 du Règlement.

Prévost, le 22 mars 2017

Dre Isabelle Cazeaux, chiropraticienne
Dr Christopher Halder, chiropraticien

Ville de Sainte-Marguerite-du-Lac-Masson

APPEL D'OFFRES

SI-201702-05

FOURNITURE D'UN CAMION INCENDIE AUTOPOMPE CITERNE NEUF 2018

avec cabine d'équipe et équipements et option de rachat d'un camion pompe Freightliner 1997

La Ville de Sainte-Marguerite-du-Lac-Masson requiert des soumissions pour la fourniture d'un camion incendie autopompe citerne de marque Freightliner modèle M2-112, six roues, neuf 2018 avec cabine d'équipe et équipements de même que pour le rachat en option d'un camion pompe de marque Freightliner année 1997.

Un cautionnement de soumission pour un montant équivalant à 10 % du montant total de la soumission, sans l'option, sous forme de chèque visé libellé au nom de la Ville de Sainte-Marguerite-du-Lac-Masson ou de cautionnement doit accompagner la soumission.

De plus, le contrat découlant du présent appel d'offres est assujetti à l'Accord de commerce et de coopération entre le Québec et l'Ontario (ACCQO), l'accord de libéralisation des marchés publics du Québec et du Nouveau-Brunswick (AQNB) et à l'annexe 502.4 de l'Accord sur le commerce intérieur du Canada (ACI).

À compter du 22 mars 2017, les fournisseurs intéressés par ce contrat peuvent se procurer les documents de soumission uniquement par l'intermédiaire du système électronique d'appels d'offres (SEAO) en consultant le site web www.seao.ca ou en communiquant avec un de ses représentants par téléphone au 1 866 669-7326 ou au 514 856-6600. Les documents peuvent être obtenus au coût établi par le SEAO.

Les soumissions devront être présentées sur les documents prévus à cet effet et transmis dans des enveloppes scellées portant la mention «SOUMISSION - CAMION INCENDIE AUTOPOMPE CITERNE, CABINE D'ÉQUIPE ET ÉQUIPEMENTS ET OPTION RACHAT SI-201702-05» et reçues **avant à 15 h le 6 avril 2017** au service du greffe, au 88, chemin Masson, Sainte-Marguerite-du-Lac-Masson (Québec) J0T 1L0. Elles seront ouvertes publiquement immédiatement après l'expiration du délai fixé pour leur réception.

La Ville de Sainte-Marguerite-du-Lac-Masson ne s'engage à accepter ni la plus basse, ni aucune des soumissions reçues, ni à débourser aucuns frais encourus par le ou les soumissionnaires en rapport avec la préparation de la soumission, et elle décline toute responsabilité à l'égard de l'un ou l'autre des soumissionnaires en cas de rejet de toutes les soumissions. Le contrat est adjugé sur décision du conseil, à sa seule discrétion, et la Ville ne peut être liée d'aucune autre façon que par une résolution de son conseil.

DONNÉ À SAINTE-MARGUERITE-DU-LAC-MASSON, ce 22 mars 2017.

Judith Saint-Louis
Greffière

Ville de Sainte-Marguerite-du-Lac-Masson

AVIS PUBLIC

PROCÉDURE D'ENREGISTREMENT DU RÈGLEMENT # 115-2017

AVIS PUBLIC est, par la présente, DONNÉ AUX PERSONNES HABILES À VOTER AYANT LE DROIT D'ÊTRE INSCRITES SUR LA LISTE RÉFÉRENDAIRE de l'ensemble de la Ville de Sainte-Marguerite-du-Lac-Masson :

1. QUE lors d'une séance ordinaire tenue le 20 mars 2017, le conseil municipal a adopté le règlement intitulé : ***Règlement 115-2017 décrétant une dépense de 3 223 000 $ et un emprunt au même montant pour l'acquisition de l'immeuble 86 et 88, chemin Masson (terrain et bâtisses) étant connu comme étant l'hôtel de ville et la maison derrière sur le lot 5 229 303***.
2. Les personnes habiles à voter ayant le droit d'être inscrites sur la liste référendaire de la Ville de Sainte-Marguerite-du-Lac-Masson peuvent demander que le règlement # 115-2017 fasse l'objet d'un scrutin référendaire en inscrivant leurs nom, adresse et qualité, et en apposant leur signature dans un registre ouvert à cette fin, accessible **le mardi 28 mars 2017, de 9 h à 19 h**, au bureau de la greffière à l'hôtel de ville situé au 88, chemin Masson, Sainte-Marguerite-du-Lac-Masson.
3. Les personnes habiles à voter voulant enregistrer leur nom doivent présenter une carte d'identité : carte d'assurance-maladie du Québec, permis de conduire du Québec, passeport canadien, certificat de statut d'Indien ou carte d'identité des Forces canadiennes.
4. Description du territoire :

   Tout le territoire de la Ville de Sainte-Marguerite-du-Lac-Masson tel qu'il appert au décret provincial # 1067-2005 daté du 9 novembre 2005, adopté par le gouvernement du Québec et publié dans l'édition du 23 novembre 2005 de la Gazette officielle du Québec.
5. Le nombre de demandes requis pour que le règlement # 115-2017 fasse l'objet d'un scrutin référendaire est de 275. Si ce nombre n'est pas atteint, le règlement # 115-2017 sera réputé approuvé par les personnes habiles à voter.
6. Le résultat de la procédure d'enregistrement sera annoncé à 19 h, le même jour au bureau municipal au 88, chemin Masson, Sainte-Marguerite-du-Lac-Masson.
7. Le règlement # 115-2017 peut être consulté au bureau municipal dans les heures régulières d'ouverture au 88, chemin Masson, Sainte-Marguerite-du-Lac-Masson du lundi au vendredi de 8 h 30 à 12 h et de 13 h à 16 h 30.

Est une personne habile à voter ayant le droit d'être inscrite sur la liste référendaire de la Ville de Sainte-Marguerite-du-Lac-Masson et de signer le registre au regard du règlement # 115-2017 :

Conditions à remplir le 20 mars 2017, date de référence :

- Toute personne qui n'est frappée d'une incapacité de voter découlant d'une manœuvre électorale frauduleuse prévue à l'article 524 de la *Loi sur les élections et les référendums dans les municipalités* et qui remplit les conditions suivantes :
  - être une personne physique domiciliée dans la Ville de Sainte-Marguerite-du-Lac-Masson et être domiciliée depuis au moins 6 mois au Québec et
  - être majeure et de citoyenneté canadienne et ne pas être en curatelle.
- Ou tout propriétaire unique non résidant d'un immeuble ou occupant unique d'un établissement d'entreprise situé sur le territoire de la Ville de Sainte-Marguerite-du-Lac-Masson qui n'est frappé d'aucune incapacité de voter découlant d'une manœuvre électorale frauduleuse prévue à l'article 524 de la *Loi sur les élections et les référendums dans les municipalités* et remplit les conditions suivantes :
  - être propriétaire d'un immeuble ou occupant unique d'un établissement d'entreprise situé sur le territoire de la Ville de Sainte-Marguerite-du-Lac-Masson depuis au moins 12 mois, à la date de référence ;
  - dans le cas d'une personne physique, être majeure et de citoyenneté canadienne et ne pas être en curatelle.
- Ou tout copropriétaire indivis non résidant d'un immeuble ou cooccupant d'un établissement d'entreprise situé sur le territoire de la Ville de Sainte-Marguerite-du-Lac-Masson, qui n'est frappé d'aucune incapacité de voter et remplit les conditions suivantes :
  - être copropriétaire indivis d'un immeuble ou cooccupant d'un établissement d'entreprise situé sur le territoire de la Ville de Sainte-Marguerite-du-Lac-Masson depuis au moins douze (12) mois à la date de référence ;
  - être désigné, au moyen d'une procuration signée par la majorité des personnes qui sont copropriétaires ou cooccupants depuis au moins douze (12) mois à la date de référence, comme celui qui a le droit de signer le registre en leur nom et d'être inscrit sur la liste référendaire de la Ville de Sainte-Marguerite-du-Lac-Masson, le cas échéant. Cette procuration doit avoir été produite avant ou lors de la signature du registre.
- Ou toute personne morale dont l'immeuble ou l'établissement d'entreprise est situé sur le territoire de la Ville de Sainte-Marguerite-du-Lac-Masson depuis au moins douze (12) mois à la date de référence et remplit les conditions suivantes :
  - Avoir désigné par résolution, parmi ses membres, administrateurs ou employés, une personne qui le 20 mars 2017 et au moment d'exercer ce droit est majeure et de citoyenneté canadienne, qui n'est pas en curatelle et qui n'est frappée d'aucune incapacité de voter prévue par la Loi. La résolution désignant la personne habile à voter doit avoir été produite avant ou lors de la signature du registre.

Nul ne peut être inscrit à plus d'un endroit sur la liste référendaire de la Ville. Cette interdiction ne s'applique cependant pas à la personne habile à voter qui est désignée comme représentante d'une ou de plusieurs personne(s) morale(s).

DONNÉ à Sainte-Marguerite-du-Lac-Masson, ce 22 mars 2017.

Judith Saint-Louis
Greffière

Ville de Sainte-Marguerite-du-Lac-Masson

AVIS PUBLIC

PROCÉDURE D'ENREGISTREMENT DU RÈGLEMENT # 116-2017

AVIS PUBLIC est, par la présente, DONNÉ AUX PERSONNES HABILES À VOTER AYANT LE DROIT D'ÊTRE INSCRITES SUR LA LISTE RÉFÉRENDAIRE de l'ensemble de la Ville de Sainte-Marguerite-du-Lac-Masson :

1. QUE lors d'une séance ordinaire tenue le 20 mars 2017, le conseil municipal a adopté le règlement intitulé : ***Règlement 116-2017 décrétant une dépense et un emprunt de 224 000 $ pour des travaux de transformation des luminaires de rue pour un éclairage à technologie DEL et l'acquisition des lampes à diode électroluminescente sur le réseau électrique municipal et autorisant une taxe spéciale.***
2. Les personnes habiles à voter ayant le droit d'être inscrites sur la liste référendaire de la Ville de Sainte-Marguerite-du-Lac-Masson peuvent demander que le règlement # 116-2017 fasse l'objet d'un scrutin référendaire en inscrivant leurs nom, adresse et qualité, et en apposant leur signature dans un registre ouvert à cette fin, accessible **le mardi 28 mars 2017, de 9 h à 19 h**, au bureau de la greffière à l'hôtel de ville situé au 88, chemin Masson, Sainte-Marguerite-du-Lac-Masson.
3. Les personnes habiles à voter voulant enregistrer leur nom doivent présenter une carte d'identité : carte d'assurance-maladie du Québec, permis de conduire du Québec, passeport canadien, certificat de statut d'Indien ou carte d'identité des Forces canadiennes.
4. Description du territoire :

   Tout le territoire de la Ville de Sainte-Marguerite-du-Lac-Masson tel qu'il appert au décret provincial # 1067-2005 daté du 9 novembre 2005, adopté par le gouvernement du Québec et publié dans l'édition du 23 novembre 2005 de la Gazette officielle du Québec.
5. Le nombre de demandes requis pour que le règlement # 116-2017 fasse l'objet d'un scrutin référendaire est de 275. Si ce nombre n'est pas atteint, le règlement # 116-2017 sera réputé approuvé par les personnes habiles à voter.
6. Le résultat de la procédure d'enregistrement sera annoncé à 19 h, le même jour au bureau municipal au 88, chemin Masson, Sainte-Marguerite-du-Lac-Masson.
7. Le règlement # 116-2017 peut être consulté au bureau municipal dans les heures régulières d'ouverture au 88, chemin Masson, Sainte-Marguerite-du-Lac-Masson du lundi au vendredi de 8 h 30 à 12 h et de 13 h à 16 h 30.

Est une personne habile à voter ayant le droit d'être inscrite sur la liste référendaire de la Ville de Sainte-Marguerite-du-Lac-Masson et de signer le registre au regard du règlement # 116-2017 :

Conditions à remplir le 20 mars 2017, date de référence :

- Toute personne qui n'est frappée d'une incapacité de voter découlant d'une manœuvre électorale frauduleuse prévue à l'article 524 de la *Loi sur les élections et les référendums dans les municipalités* et qui remplit les conditions suivantes :
  - être une personne physique domiciliée dans la Ville de Sainte-Marguerite-du-Lac-Masson et être domiciliée depuis au moins 6 mois au Québec et
  - être majeure et de citoyenneté canadienne et ne pas être en curatelle.
- Ou tout propriétaire unique non résidant d'un immeuble ou occupant unique d'un établissement d'entreprise situé sur le territoire de la Ville de Sainte-Marguerite-du-Lac-Masson qui n'est frappé d'aucune incapacité de voter découlant d'une manœuvre électorale frauduleuse prévue à l'article 524 de la *Loi sur les élections et les référendums dans les municipalités* et remplit les conditions suivantes :
  - être propriétaire d'un immeuble ou occupant unique d'un établissement d'entreprise situé sur le territoire de la Ville de Sainte-Marguerite-du-Lac-Masson depuis au moins 12 mois, à la date de référence ;
  - dans le cas d'une personne physique, être majeure et de citoyenneté canadienne et ne pas être en curatelle.
- Ou tout copropriétaire indivis non résidant d'un immeuble ou cooccupant d'un établissement d'entreprise situé sur le territoire de la Ville de Sainte-Marguerite-du-Lac-Masson, qui n'est frappé d'aucune incapacité de voter et remplit les conditions suivantes :
  - être copropriétaire indivis d'un immeuble ou cooccupant d'un établissement d'entreprise situé sur le territoire de la Ville de Sainte-Marguerite-du-Lac-Masson depuis au moins douze (12) mois à la date de référence ;
  - être désigné, au moyen d'une procuration signée par la majorité des personnes qui sont copropriétaires ou cooccupants depuis au moins douze (12) mois à la date de référence, comme celui qui a le droit de signer le registre en leur nom et d'être inscrit sur la liste référendaire de la Ville de Sainte-Marguerite-du-Lac-Masson, le cas échéant. Cette procuration doit avoir été produite avant ou lors de la signature du registre.
- Ou toute personne morale dont l'immeuble ou l'établissement d'entreprise est situé sur le territoire de la Ville de Sainte-Marguerite-du-Lac-Masson depuis au moins douze (12) mois à la date de référence et remplit les conditions suivantes :
  - Avoir désigné par résolution, parmi ses membres, administrateurs ou employés, une personne qui le 20 mars 2017 et au moment d'exercer ce droit est majeure et de citoyenneté canadienne, qui n'est pas en curatelle et qui n'est frappée d'aucune incapacité de voter prévue par la Loi. La résolution désignant la personne habile à voter doit avoir été produite avant ou lors de la signature du registre.

Nul ne peut être inscrit à plus d'un endroit sur la liste référendaire de la Ville. Cette interdiction ne s'applique cependant pas à la personne habile à voter qui est désignée comme représentante d'une ou de plusieurs personne(s) morale(s).

DONNÉ à Sainte-Marguerite-du-Lac-Masson, ce 22 mars 2017.

Judith Saint-Louis
Greffière

SUIVEZ-NOUS SUR
Facebook: facebook.com/journalacces *Twitter:* @LeJournalAcces

Avis

AVIS PUBLIC

MUNICIPALITÉ DE LAC-DES-SEIZE-ÎLES

PRENEZ AVIS QU'il y aura séance régulière du conseil municipal de Lac-des-Seize-Îles, le mercredi 19 avril 2017, à 19h30, à la salle communautaire au 47, rue de l'Église.

Au cours de cette séance, le Conseil doit statuer sur deux demandes de dérogation mineure et toute personne intéressée pourra se faire entendre par le conseil relativement à celles-ci.

Identification du site concerné	Nature et effets de la demande
15, 12e Avenue Lots 29-1 et une partie du lot 29 du rang VIII et 24C-57 et une partie du lot 24C-58 du rang IX Canton de Wentworth	Autoriser l'agrandissement du bâtiment principal de 3 mètres dans la bande de protection riveraine.
60, rue Janot Lot P 35-63 et 35-62, rang II, Canton de Montcalm	Autoriser des travaux dans la bande de protection riveraine prescrite de 10 mètres en érigeant des fondations sous la galerie avant tout en gardant les mêmes dimensions. Suite à ces travaux, il sera autorisé de refaire le plancher et la structure de la galerie tout en gardant les mêmes dimensions.

Le Directeur général et secrétaire-trésorier,
Pierre Gagnon

AVIS PUBLIC

AVIS EST PAR LES PRÉSENTES DONNÉ par la soussignée que lors de la séance ordinaire du conseil municipal, le 11 avril 2017 à 19h30 en la salle du conseil municipal située au 2490, rue de l'Église à Val-David (Qc) J0T 2N0, le conseil devra statuer sur la demande de dérogation mineure suivante :

1. **DM-2017-00009 :**
   Adresse : Lots 2 990 830 et 6 001 909
   Lot projeté: 6 067 397, cadastre du Québec
   Objet : permettre la création d'un lot d'une forme irrégulière comportant des lignes latérales brisées alors que le règlement de lotissement numéro 602 prohibe la création de lots de forme irrégulière.

Lors de cette séance, toute personne intéressée pourra se faire entendre par le conseil relativement à cette demande.

Donné à Val-David, le 22 mars 2017

(SIGNÉ) Marie-Pier Pharand

Marie-Pier Pharand, avocate
Greffière

Directrice des affaires juridiques
et secrétaire-trésorière adjointe

Ville de Saint-Sauveur

SERVICE DE RESTAURATION TEMPORAIRE POUR LA FÊTE NATIONALE AU PARC GEORGES-FILION 23, 24 ET 25 JUIN 2017

La Ville de Saint-Sauveur demande des propositions pour l'exploitation de trois points de service de restauration opérés par trois différents restaurateurs ayant un commerce à Saint-Sauveur.

Les propositions, sous enveloppes scellées, seront reçues jusqu'à **11 h le 21 avril 2017**, au Service du greffe, à l'hôtel de ville de la Ville de Saint-Sauveur situé au 1, place de la Mairie, et seront ouvertes dans la salle du conseil dès la clôture de l'appel de propositions.

Toute la documentation et les formulaires à remplir seront acheminés par courriel par l'intermédiaire de la Chambre de commerce et de tourisme de la Vallée de Saint-Sauveur. Il est également possible de se procurer toute l'information en communiquant par courriel avec le Service du greffe à l'adresse suivante :
greffe@ville.saint-sauveur.qc.ca

La Ville de Saint-Sauveur ne s'engage à accepter ni l'une ni l'autre des propositions reçues, et ce, sans aucune obligation d'aucune sorte envers le ou les restaurateurs ayant soumis une proposition.

Donné à Saint-Sauveur, ce 22e jour du mois de mars 2017.

Le greffier et directeur des Services juridiques,

Jean-François Gauthier, MBA, OMA
Avocat

Immobilier



ETIENNE SAVARD
Le seul courtier RE/MAX avec bureau situé à Val-David
819 322-3666
www.etiennesavard.com
RE/MAX Laurentides inc. | Agence immobilière
2515, de l'Église, Val-David
Le leader de l'immobilier

SAINTE-ADÈLE



Propriété chaleureuse offrant beaucoup de cachet. Emplacement intime et boisé avec terrain de 88 319 PC.2 garages, aire ouverte, beaucoup de boiseries, poutres, véranda 4 saisons, foyer et cuisinière au bois, poêle aux granules, possibilité de chambre au pièce supplémentaire au dessus du garage. À ±15 minutes du village et tous les services.
MLS 23576732 **349 000$**

VAL-MORIN



Magnifique emplacement sur le Bord de la Rivière du Nord. Propriété principal de 4 logements (4plex), dont le Logement principal sur 2 étages de 5 CAC occupé par le proprio + Maison de 3 CAC, sur le même terrain de 52 462PC. Cachet d'antan "plancher de bois franc, plafond 9 pieds etc".
MLS 23313968 **444 000$**

SAINTE-ADÈLE



Petit domaine de 43 596 PC au bord de la Rivière du Nord, beau terrain plat avec arbres matures. Très privé et près des commodités. Cottage chaleureux, 3 CAC, fenestration abondante. Grande aire ouvertes, cuisine ultra fonctionnelle rez-de-chaussée avec planchers chauffants , CCP avec SDB privée. véranda grillagée 31x10 et garage double. Faut voir.
MLS 15620523 **349 900$**

SAINT-ADOLPHE-D'HOWARD



Emplacement privé de 40 acres, au limites de Ste Agathe des monts. Maison et Garage construit en 2007. Fenestration abondante, grande Véranda, 3 chambres, 2 SDB, Grande aire ouverte au RDC avec Magnifique cuisinière au bois "Bélanger Royal", sous-sol aménagé en rez-de-jardin à l'avant. Ruisseau traversant le terrain et source.
MLS 19984592 **349 000$**

VAL-DAVID



Spacieux plain pied à palier, aire ouverte, au goût du jour. Faut voir pour constaté l'espace qu'elle vous offre, 4 CAC avec possibilité d'une de +, luminosité abondante, grand terrain intime de 14 805 PC. Sous-sol complètement aménagé avec pièce pour cinéma maison bien insonorisé, SFM et +. Secteur paisible, Accès notarié à la plage du lac Bleu.
MLS 20022422 **239 900$**

SAINTE-LUCIE-DES-LAURENTIDES



83 pieds sur le bord du Lac Ménard. Chaleureuse et spacieuse propriété de 4 CAC, foyer combustion lente au salon, salle familiale au rdc avec vue sur le lac, grande salle de jeux. Avec garage. Secteur paisible. Desservi par l'aqueduc et les égouts municipaux. ±10 min de Ste-Agathe et de la 15. Près de station d'essence, dépanneur et plus.
MLS 15856085 **194 900$**

SAINTE-ADÈLE



Grand plain pied de 3 CAC ayant bénéficié de plusieurs améliorations depuis 2012, Grande aire ouverte avec foyer combustion lente, véranda vitrée 4 saisons donnant sur la SAM, 2 SDB, immense SFM au sous sol, beaucoup de rangement. Grand terrain privé 46 513 pc. Très bonne condition. Secteur paisible à proximité des centres de ski, village etc.
MLS 17400765 **239 900$**

MORIN-HEIGHTS



Grand cottage au beau cachet d'autrefois. Plusieurs murs en latte "v" joint, plancher de bois. 4 CAC à l'étage avec 2 salles de bain rénovées dont une attenante à CCP. Foyer au salon, grande cuisine, pièces spacieuses, 2 pièces de chaque coté du hall d'entrée pouvant servir de bureau à la maison ou plusieurs autres. Beaucoup de rénovations récentes.
MLS 25268386 **249 900$**

SAINT-JÉRÔME



Domaine de 9.9 acres, privé et boisé. Propriété au style unique et lumineuse de 2 CAC + logement en rez de jardin au sous-sol avec comb.lente. Plafond à 10 pieds sur les 2 étages. Foyer au salon. Grand garage de 44 x 20 incluant une verrière de 8x18 pouvant servir d'atelier d'artiste ou autre. Proximité du réseau de plein air. À voir!
MLS 22869194 **289 000$**

MAISON À VENDRE
VUE PANORAMIQUE 275 000 $

Magnifique propriété de style chalet suisse située dans le secteur tranquille et prestigieux du Sommet Bleu de Sainte-Adèle, avec les services municipaux d'aqueduc et d'égouts.
Voir les détails sur le site de DuProprio,
391 rue De Lucerne, Sainte-Adèle



Avis

CANADA
PROVINCE DE QUÉBEC
DISTRICT DE TERREBONNE
NO : 700-22-037224-176

COUR DU QUÉBEC
PRÉVOST FORTIN D'AOUST
Demanderesse
C.
ANNIE LABRECQUE
Défenderesse

AVIS PUBLIC DE NOTIFICATION
(art. 136 et 137 C.P.C.)

Avis est donné à ANNIE LABRECQUE de vous présenter au greffe de la cour du Québec du district de Terrebonne situé au 25 rue de Martigny ouest à Saint-Jérôme dans les 30 jours afin de recevoir la Demande introductive d'instance en recouvrement d'un compte et avis d'assignation (art. 145 et ss C.p.c.) qui y a laissée à votre attention.

Vous devez répondre à cette demande dans le délai indiqué dans l'avis d'assignation, sans quoi un jugement par défaut pourrait être rendu contre vous et vous pourriez devoir payer les frais de justice.

Le présent avis est publié à la demande de Jean-Marc Linteau, huissier de justice, qui a tenté sans succès de vous signifier ledit document. Il ne sera pas publié à nouveau, à moins que les circonstances ne l'exigent.

Saint-Jérôme , le 16 mars 2017

Benoit Desjardins
Huissier de justice



Jusqu'à **0%** de financement à la location ou à l'achat sur modèles sélectionnés◊*

Jusqu'à **5 000$** en ajustement de prix sur tous les modèles Sonata 2016 Ω

Voir le concessionnaire pour les détails

La Liquidation autorisée du fabricant

Accent L 5 portes manuelle 2017

À l'achat à partir de :

~~15 645$~~ - 4 650$ En ajustement de prix

10 995$‡

- Moteur de 1,6 L de 137 ch
- Freins à disque aux 4 roues
- Sièges arrière à dossiers rabattables 60/40
- Aileron arrière

Elantra L manuelle 2017

En location à partir de : **39$** par semaine

LOCATION **39** mois*

pour 168 semaines

0$ Comptant

- Sièges avant chauffants
- Télédéverrouillage
- Phares de type projecteur
- La SUPERSTRUCTURE^MC

Santa Fe Sport 2.4L à trac. av. 2017

À l'achat à partir de: **69$** par semaine

Financement **0% 96** mois◊

pour 417 semaines

995$ Comptant

- Sièges avant chauffants
- Jantes en alliage de 17 po
- Caméra de recul
- Bluetooth®

Tucson 2.0L à trac. av. 2017

En location à partir de: **59$** par semaine

LOCATION **39** mois*

pour 168 semaines

995$ Comptant

- Caméra de recul
- Sièges avant chauffants
- Déglaceur d'essuie-glaces
- Bluetooth®

HYUNDAI STE-AGATHE

HYUNDAI STE-AGATHE EST UN INCONTOURNABLE DANS LES LAURENTIDES

- **Ouvert le samedi.**
- **Véhicule de courtoisie gratuit.**
- **Taux horaire à partir de 64,95$.**
- **Approche client exceptionnelle.**
- **Service personnalisé.**
- **Service de navette.**
- **Équipe dynamique.**
- **Carte privilège (escompte sur pièces, lavage et plus encore).**
- **Techniciens formés par Hyundai Canada.**
- **Entreprise familiale.**
- **Vous ne pouvez pas vous déplacer ?**

  On se déplace pour vous !

HYUNDAI STE-AGATHE.CA

1701, route 117, Ste-Agathe-des-Monts J8C 1M1 | 819.321.3777 | 1.877.703.3777

SORTIE 86 de l'Autoroute 15

GARANTIE 5 ANS††

MD Les noms, logos, noms de produits, noms des caractéristiques, images et slogans Hyundai sont des marques de commerce appartenant à Hyundai Auto Canada Corp. ♦ Prix des véhicules montrés : Accent GLS automatique 2017 à partir de 22 208 $ / Elantra Ultimate 2017 à partir de 31 108 $ / Santa Fe Sport Ultimate 2017 à partir de 47 108 $ / Tucson 2017 1.6T Ultimate à traction intégrale à partir de 41 108 $. Frais de 115 $ (taxe de 15 $ sur les pneus et taxe de 100 $ sur le climatiseur sur les modèles équipés d'un climatiseur), et frais de livraison et de destination de 1 595 $ / 1 695 $ / 1 895 $ / 1 795 $ inclus. Frais d'enregistrement, d'assurance, d'immatriculation, du RDPRM (maximum 76 $) et taxes applicables en sus. ‡ Prix à l'achat comptant de 10 995 $ sur les modèles neufs en stock Accent 5 portes L à boite manuelle 2017 comprend les ajustements de prix de 4 650 $. Frais de 115 $ (taxe de 15 $ sur les pneus et taxe de 100 $ sur le climatiseur sur les modèles équipés d'un climatiseur), et frais de livraison et de destination de 1 595 $ inclus. Frais d'enregistrement, d'assurance, d'immatriculation, du RDPRM (maximum 76 $) et taxes applicables en sus.* Offres de location sur approbation du crédit des Services financiers Hyundai sur les modèles neufs suivants : Elantra L 2017 à boite manuelle à 6 rapports / Tucson 2.0L à traction avant 2017. 168/ 168 paiements de 39 $ / 59 $ par semaine pour 39 / 39 mois sans obligation au terme du contrat de location. Comptant initial de 0 $ / 995 $ et premier versement exigés. Cette offre ne peut être transférée ni cédée. Aucun échange de véhicule nécessaire. Obligation totale de location de 6 633 $/ 10 983 $. Kilométrage annuel de 16 000 km, 12 ¢ par km additionnel. L'offre de location comprend les frais de livraison et de destination de 1 695 $ / 1 795 $, des frais de 115 $ (taxe de 15 $ sur les pneus et taxe de 100 $ sur le climatiseur). Frais d'enregistrement, d'assurance, d'immatriculation, RDPRM et toutes les taxes applicables en sus. ◊ Offres de financement à l'achat sur approbation du crédit des Services financiers Hyundai basées sur les Santa Fe Sport 2.4L à trac. av. 2017, à un taux annuel de 0%. 417 versements hebdomadaires de 69 $ pour 96 mois. Comptant initial requis de 995 $. Coût d'emprunt (incluant les frais maximum du RDPRM de 76 $) de 0 $, pour une obligation totale de 29 827 $. Frais de 115 $ (taxe de 15 $ sur les pneus et taxe de 100 $ sur le climatiseur sur les modèles équipés d'un climatiseur), livraison et de destination de 1 895 $ inclus. Frais d'enregistrement, d'assurance, d'immatriculation, du RDPRM (maximum 76 $) et taxes applicables en sus des offres de financement à l'achat et sont payables au moment de la livraison. Ω Le calcul des ajustements de prix se fait à partir du prix de base de chaque véhicule. Ajustements de prix jusqu'à 5 000 $ disponibles sur les modèles neufs en stock Sonata 2016. Les ajustements de prix s'appliquent au prix avant taxes. Cette offre ne peut être combinée ou utilisée en conjonction avec toute autre offre disponible. Cette offre ne peut être transférée ni cédée. Aucun échange de véhicule requis. Tous les détails chez votre concessionnaire Hyundai. ♦ ‡ * ◊ Ω Offres d'une durée limitée pouvant être modifiées ou annulées sans avis préalable. Contactez votre concessionnaire pour tous les détails. Le concessionnaire peut vendre à prix moindre. Les stocks sont limités. †† La garantie globale limitée de Hyundai couvre la plupart des pièces du véhicule contre les défauts de fabrication, sous réserve du respect des conditions normales d'utilisation et d'entretien.