MERCREDI 8 AVRIL 2020 | VOL. 23 | NO 14 |

Accès LE Journal des Pays-d'en-Haut

COVID-19 LES LAURENTIDES S'ORGANISENT

Photo : Camille Beaudet-Mercier

Aide alimentaire
LES ORGANISMES S'ADAPTENT
PAGES 6, 9 ET 10

Aide aux PME
LA MRC DES PAYS-D'EN-HAUT RECEVRA 707 866 $
PAGE 7

Affaissement à Piedmont
LA ROUTE 117 FERMÉE
PAGE 8

On protège aussi sa santé mentale à la maison !

Information et conseils à l'intérieur.

Votre gouvernement Québec

>P001637-1

Rachelle Béry

Rachelle-Béry Saint-Sauveur

- MAINTENANT OUVERT DÈS 8 H TOUS LES MATINS
- FERMÉ LE DIMANCHE

377, rue Principale
Saint-Sauveur

PRÉPARATION DE COMMANDE ET SERVICE À L'AUTO SANS FRAIS

Par courriel : rb08627rachellebery@sobeys.com
ou téléphone : 450 227-3343

Toujours à nos cuisines,
nous préparons vos plats chauds,
sandwishs, salades et soupes
pour emporter

>P001638-1

INVESTISSONS **LOCALEMENT**

achetons localement et **soyons solidaire**

journalacces.ca

L'INCONTOURNABLE Boulangerie Pagé SAINT-SAUVEUR

La Boulangerie Pagé Depuis 1903

OUVERT TOUS LES JOURS DE 7 H 30 À 17 H

Appelez pour faire préparer votre commande

- SERVICE DE LIVRAISON DISPONIBLE

Joyeuses Pâques

7, avenue de l'Église,Saint-Sauveur

450 227-2632

>P001613-1

OUVERT

Le Rouge Tomate

ÉPICERIE FINE ET PRODUITS MAISON

• Pâtes fraîches • Sauces • Pizzas
• Tartes gourmandes • Mets cuisinés
• Produits sans gluten

Commande en ligne et LIVRAISON

Suivez le lien sur notre page Facebook

7, rue de l'Église, Saint-Sauveur

450 227-3883 • lerougetomate.com

>P001643-1

Livraison à domicile

Pour plus d'information visitez

cotardchocolatier.com

Nos chocolats sont disponibles à la Boulangerie Pagé

Cotard CHOCOLATIER GLACIER Saint-Sauveur

Parce que nous savons à quel point Pâques est important pour les enfants.

>P001656-1

BOUCHERIE Les fermes du Nord

UNE VIANDE AUSSI SAINE QUE SAVOUREUSE

La destination par excellence pour se procurer des produits du terroir et spécialisés..tout sur un même toit!

7 ave. de l'Église, Saint-Sauveur **450 227-0800**

lesfermesdunord.com

>P001655-1

Repas traditionnel de cabane à sucre depuis 1955

CABANE À SUCRE Raymond

REPAS CABANE POUR EMPORTER

Disponible à la cabane tous les jours de 11h à 18h

Commandez à l'avance

444 chemin Avila, Piedmont 450-224-2569

cabaneraymond.com

Réservez dès maintenant en ligne ou par téléphone

>P001641-1

BRÛLERIE DES MONTS

BDM SE FAIT UN DEVOIR D'ÊTRE PRÉSENT DURANT LA CRISE.

Restez à la maison et appuyez vos entreprises locales !

Rabais de 20 %*

SUR NOS CAFÉS EN LIGNE.

*Certaines conditions s'appliquent.

UTILISEZ LE CODE PROMO Ensemble2020

BRULERIEDESMONTS.COM

>P001623-1

Giacomo MAÎTRE GLACIER BAR LAITIER GELATERIA • BONBONNERIE

DISPONIBLE! COMMANDEZ POUR LA LIVRAISON!

OUVERT POUR LIVRAISON À DOMICILE DE CERTAINS PRODUITS

18 AVE. DE LA GARE, SAINT-SAUVEUR

450 744-3378

>P001601-2

LIVRAISON GRATUITE

Commandez

- ☑ En Ligne
- ☑ Par Téléphone
- ☑ En Magasin

450.240.0110

woouf.ca

>P001662-1

LIVRAISON À DOMICILE 7/7

Table 16

Zéro Contact

tbl16.com/menu-livraison

Vins 20% Rabais

(450) 227-2478

>P001661-1

IGA Morin-Heights

ouvert 7 jours 8 h à 20 h

LIVRAISON

commande par internet: IGA.net

680 Chemin du Village, Morin-Heights | 450 226-5769

>P001616-1

Ramassage en magasin sans contact et livraison

P@peterie St-Sauveur

www.papeteriestsauveur.com

T: 450.227.5252 F: 450.227.5299

407 rue Principale # 201, St-Sauveur, Qc J0R 1R4

>P001618-1

Livraison

ZÉRO CONTACT

www.st-hubert.com

Prépaiement en ligne, commandes à emporter ouvert

ON VOUS LIVRE du RÉCONFORT

>P001633-1

Polux St-Sauveur

le supermarché pour animaux

NOUVEAUX SERVICES OFFERTS CHEZ POLUX

Service à l'auto SANS CONTACT

Livraison à domicile SANS CONTACT

($35. minimum avant Tx) gratuite secteurs St-Sauveur et Morin-Heights

Suivez-nous sur Polux St-Sauveur

OUVERT 7 JOURS

2244, ch. Jean-Adam, Saint-Sauveur 450 227.4714

>P001615-2

CASSE-CROÛTE ARC-EN-CIEL

COMMANDES POUR EMPORTER

756 ROUTE 117, PIEDMONT

450 227-3534

>P001622-1

Provigo La Marché

OUVERT DE 8 H À 20 H ET DE 7 H À 8 H RÉSERVÉ POUR LES 70 ANS ET PLUS

Venez nous voir en magasin | 50, rue St-Denis Saint-Sauveur

Tél: 450 227-2827 | Fax: 450 227-8588 | Courriel: smp8453d@provigo.ca

>P001620-1

Le Québec sur pause jusqu'au 4 mai

Accès - Afin de continuer les efforts considérables pour aplanir la courbe, limiter la propagation du virus et sauver le maximum de vies, le premier ministre du Québec, François Legault, a annoncé dimanche le 5 avril, la prolongation de la fermeture de toutes les entreprises et de tous les commerces non essentiels jusqu'au 4 mai prochain.

LANCEMENT DE L'INITIATIVE LE PANIER BLEU POUR L'ACHAT LOCAL

Le ministre de l'Économie et de l'Innovation, Pierre Fitzgibbon, a profité du point de presse quotidien de dimanche pour présenter aux Québécois une toute nouvelle plateforme numérique : Le Panier Bleu.

Le Panier Bleu est un regroupement sur le Web d'un maximum de produits et services locaux fabriqués, distribués et vendus par des entreprises de chez nous, dans chacune des régions du Québec. À partir de cette plateforme innovante, les Québécois pourront être redirigés vers les sites transactionnels des entreprises québécoises dans le but de soutenir celles affectées par l'urgence sanitaire.

« Autant que possible, il faut acheter des produits québécois d'ici pour aider les entreprises québécoises et pour aider les travailleurs québécois. Le Panier Bleu va nous aider à le faire. Achetons québécois ! Achetons local ! » a invité M. Legault.

Les Québécois sont invités à se rendre sur le site Internet **www.lepanierbleu.ca**.

L'accès aux MRC des Pays-d'en-Haut, de Les Laurentides, d'Argenteuil et d'Antoine-Labelle limité

Le 1er avril dernier, le gouvernement a annoncé de nouvelles directives de la Direction de santé publique visant le contrôle des déplacements dans les MRC d'Antoine-Labelle, d'Argenteuil, des Pays-d'en-Haut et des Laurentides à toute circulation non essentielle. La population pourra ainsi apercevoir les points de contrôle sur les différentes routes qui permettent l'accès à ces territoires.

Les personnes présentant les exceptions suivantes pourront circuler en dehors des quatre territoires ci-dessus mentionnés :

- celles qui transportent des biens dans ces territoires afin d'assurer la continuité de la chaîne d'approvisionnement;
- celles dont les déplacements sont nécessaires à des fins humanitaires;
- celles dont les déplacements sont nécessaires pour obtenir des soins ou des services requis par leur état de santé ou pour fournir de tels soins ou services à une personne qui les requiert;
- celles qui travaillent ou qui exercent leur profession dans les milieux de travail où sont offerts des services prioritaires.

Pour voir l'ensemble du document : cdn-contenu.quebec.ca/cdn-contenu/adm/min/sante-services-sociaux/publications-adm/lois-reglements/AM_numero_2020-013.pdf?1585747101.

Bilan dans les Laurentides

En date du 6 avril 13h, 413 cas étaient confirmés dans les Laurentides. Le nombre de cas par MRC de résidence est maintenant disponible. Au moment d'aller sous presse, seuls les chiffres du 5 avril 13h étaient disponibles et réunissaient 408 cas.

MRC d'Antoine-Labelle	13
MRC des Laurentides	11
MRC des Pays-d'en-Haut	17
MRC d'Argenteuil	8
MRC de la Rivière-du-Nord	88
Ville de Mirabel	38
MRC de Deux-Montagnes	53
MRC de Thérèse-De Blainville	180*
Secteur à déterminer	0

* À noter que le nombre de personnes infectées dans le secteur de Thérèse-De Blainville est élevé en raison de l'éclosion de COVID-19 survenu au sein d'une communauté religieuse de ce secteur.

Si la COVID-19 vous inquiète ou si vous présentez des symptômes comme de la toux, de la fièvre ou une perte soudaine de l'odorat et du goût sans congestion nasale, avous pouvez composer le 418 644-4545, le 514 644-4545, le 450 644-4545, le 819 644-4545 ou le 1 877 644-4545 (sans frais) ailleurs au Québec.

Pour encore plus d'information et l'accès aux dernières nouvelles concernant la crise de la Covid-19 dans notre région, suivez-nous sur notre page Facebook et visitez notre site web au www.journalacces.ca.

SADC DES LAURENTIDES

COLLABORATION SPÉCIALE
Jean-Sébastien Roy
directeur du service aux entreprises.
SADC des Laurentides.

Lors du dernier article, nous avons abordé la révision des produits et services, en plus d'y ajouter la révision de vos canaux de distribution. Ces révisions ont toutefois une conséquence directe sur un aspect crucial de votre entreprise, vos ressources humaines. Les changements effectués en amont peuvent remettre en question la structure organisationnelle de votre entreprise, c'est-à-dire le rôle et les fonctions de chaque employé.

Afin d'avoir un portrait clair de votre situation, demandez-vous :

- Est-ce que vous disposez de suffisamment de personnel pour effectuer ces changements?
- Est-ce que tous les postes de votre entreprise sont encore pertinents, si les changements effectués demeurent?
- Est-ce que les rôles de certains doivent être modifiés afin de bien remplir le mandant demandé et d'atteindre les objectifs de l'entreprise?
- Est-ce que les personnes en place sont les bonnes pour mener à bien ces changements?

Cet exercice, qui peut sembler froid et pragmatique de prime abord, deviendra au contraire un exercice rassembleur et mobilisateur pour l'équipe. En mettant à contribution l'ensemble de l'équipe, de l'étape de réflexion jusqu'à la mise en œuvre, vous aurez plus de chances que le groupe adhère aux changements proposés et contribue positivement en apportant des idées. Vous limiterez ainsi les risques d'insécuriser vos employés. Le manque de communication envers l'équipe pourrait ralentir le pivot de l'entreprise.

L'expérience client

Vient maintenant le temps de repenser vos façons de faire à l'interne et de revoir vos processus d'affaires. L'expérience client, soit l'ensemble des émotions et des étapes qu'un client traverse lorsqu'il fait affaire avec vous, est toujours à améliorer. Repensez à votre façon de traiter chaque demande, chaque contact client et essayez de visualiser le nombre d'étapes par lequel celui-ci doit passer. En révisant les tâches de vos employés et les postes, pourquoi ne pas essayez de bonifier l'expérience de vos clients et d'être plus performants à la reprise des activités! La crise actuelle a amené plusieurs changements dans la façon de consommer et de transiger, certains peuvent devenir permanents. À vous de voir quels aspects de ces changements doivent être intégrés dans vos façons de faire. Inévitablement, l'intégration de mesures d'hygiène supplémentaires deviendra la norme.

Il est peut-être opportun également de repenser votre chaîne de production. Par chaîne de production, j'entends le processus ou l'espace physique vous servant à livrer votre produit ou service. Tout étant arrêté, le moment est propice à revoir l'aménagement de votre salle à manger ou votre cuisine, si vous êtes en restauration, ou l'aménagement de tablettes et présentoirs, si vous opérez une boutique. Vous pouvez également en profiter pour réinventer vos aires de travail ou vos espaces d'entreposage, qui gagnent à être mieux pensés et organisés! Gardez à l'esprit que les autorités, et vos employés, seront sensibles aux mesures de distanciation sociale et d'hygiène qui seront mises en place lors de la relance des opérations. Le fait d'y avoir déjà pensé vous fera gagner en efficacité.

En résumé, utilisez cette "pause" pour optimiser vos façons de faire ou mettre en place les changements que vous repoussez depuis un moment. La situation nous démontre l'importance d'envisager le virage numérique de votre entreprise et d'automatiser un maximum de tâches répétitives pour vous permettre de vous concentrer là où votre temps est le plus rentable. C'est le temps de faire connaissance avec le fameux « nouveau » logiciel que vous avez implanté il y a quelques années...!

Le prochain article portera sur l'importance de l'achat local et la façon de positionner votre entreprise dans cette tendance.

>P001645-1

LE MILIEU DE LA SANTÉ S'AJUSTE

Françoise Le Guen – ***La semaine dernière, Denis Provencher, président par intérim du Syndicat des professionnelles en soins des Laurentides (FIQ-SPSL), qui représente plus de 4 400 infirmières, infirmières auxiliaires et inhalothérapeutes du CISSS des Laurentides, dénonçait plusieurs situations préoccupantes vécues par les professionnelles en soins des Laurentides, notamment en lien avec les travailleuses enceintes dans leur milieu de travail.***

Aujourd'hui, le 6 avril le CISSS LAU a soit relocalisé les travailleuses enceintes dans un lieu sécuritaire respectant les normes de INSPQ, ou elles ont été envoyées chez elle. « *D'autres ont utilisé le droit de refus la semaine dernière* », explique Denis Provencher.

Par ailleurs, selon les dernières directives de l'Institut national de la santé publique du Québec (INSPQ), tout travailleur qui doit donner des soins à un patient (dans les hôpitaux, les cliniques médicales, externes, les cliniques désignées et dans les soins de longue durée) et qui ne peut pas respecter les deux mètres de distance, a deux masques pour sa journée. « *On ne parle pas ici d'une clientèle qui a la COVID-19. Comme la contamination est rendue communautaire, il faut protéger le personnel* », nous dit M. Provencher.

■ DES PRÉCISIONS DU CISSS DES LAURENTIDES

Selon le Centre intégré de santé et de services sociaux des Laurentides (CISSS LAU) l'établissement bénéficie présentement de toutes les protections nécessaires pour assurer la sécurité du personnel et des médecins. Cependant, les provisions de matériel de protection sont basses et font l'objet d'un suivi extrêmement serré, comme c'est d'ailleurs le cas présentement dans tous les établissements du Québec.

Concernant les masques, « *le nombre de jours que nos provisions peuvent couvrir sont variables selon le type d'équipement et selon les différents arrivages. Nous sommes en lien constant avec le MSSS (Ministère de la Santé et des Services sociaux) et la Sécurité civile afin de nous assurer des approvisionnements minimaux requis* », nous dit Myriam Sabourin, du service des communications. En date du 6 avril le Québec comptait 14 jours de gants, 13 jours de masques N 95 et 10 jours de masques chirurgicaux, selon le gouvernement.

Par ailleurs, certaines entreprises de la région ont communiqué avec le CISSS pour les aider à se procurer certains équipements de protection. « *En collaboration avec le MSSS, nous validons chacune de ces possibilités en nous assurant de la conformité du matériel qui nous est proposé* », mentionne l'équipe des communications et des relations publiques.

Concernant les travailleuses enceintes, le CISSS des Laurentides mentionne qu'il œuvre à l'affectation des infirmières enceintes à des tâches ne les mettant pas en contact avec la clientèle potentiellement positive à la COVID-19. « *Pour toutes les employées enceintes de notre personnel, le CISSS travaille actuellement à différents scénarios afin d'assurer leur protection tout en portant attention à ce que leur retrait ne provoque pas de bris de service* ».

■ EST-IL SÉCURITAIRE DE LAVER LES MASQUES?

« *Pour le moment, il n'est pas possible de réutiliser les masques en les désinfectant. Toutefois, nous attendons les analyses et le retour du MSSS afin de savoir si certains types de masque pourraient être désinfectés. En ce sens, une consigne a été émise à l'ensemble de notre personnel afin de récupérer les masques N95 dans le cas où il serait possible de les désinfecter pour une réutilisation ultérieure. Ces masques utilisés sont, pour le moment, entreposés de façon sécuritaire* », explique-t-on.

■ LE NOMBRE DE PERSONNES GUÉRIES

« *Pour l'instant, ce nombre n'est pas analysé de façon régionale mais uniquement pour l'ensemble de la province. Le tout, afin de prioriser les actions de dépistage et de soin. Ces données pourront être réparties par région en post-pandémie* », explique Myriam Sabourin.

JEAN-CLAUDE TREMBLAY
jctremblayinc@gmail.com

Trop docile, notre peuple ? Ou il a simplement envie délibérément de croire à nouveau, quitte à suivre (parfois aveuglément) son berger et son troupeau ? Je me suis posé la question en ces temps où le gouvernement québécois atteint des sommets de popularité sans précédent. Ça dérange certaines personnes, le fait que M. Legault et son équipe semblent faire l'unanimité populaire. En général, ça ne prend jamais longtemps avant qu'on cherche (et trouve) la bête noire. Il ne faudrait surtout pas que quelqu'un soit trop bon, ni plus « fin » que les autres, ici, dans cette contrée où on nous a tristement vendu la fausse noblesse du nivellement par le bas. Petit fond judéo-chrétien, ou réaction d'un peuple (jadis) vaincu qui a perdu ses repères et son identité ? Une chose est sûre : les gens expriment présentement un désir de faire confiance à leur gouvernement, un qui (pour une fois), n'a rien à leur vendre, à part du gros bon sens.

PEUPLE DEBOUT

LES « JOURNALEUX » SUSPICIEUX

« *M. Le premier Ministre, si vous aviez su avant, auriez-vous pris une décision différente ?* », demande de manière incisive, ce perspicace reporter, à François de Nostredame. Et son collègue enchaîne ardemment, en fustigeant celui qu'il semble confondre avec Maurice Duplessis: « *Pourquoi vous nous cachez des informations en nous gardant dans la noirceur ?* »

Je paraphrase à peine. C'est honteux. Des interrogatoires futiles, donnant dans l'arrogance et le sensationnalisme, qui, à part alimenter le cynisme et la suspicion, n'apportent absolument rien de constructif. On jase là… qu'est-ce que ça donne d'exiger tous les détails confidentiels sur les familles et les victimes ? À part permettre de publier un palmarès quotidien de « ***peur géolocalisée*** » et voyeurisme dans des médias, et de construire un roman-savon pour nourrir une psychose générale, ça n'apporte rien. Je connais la joute, je sais que ça fait vendre la copie, en attirant le peu d'annonceurs qui restent, mais c'est vraiment crasse : vos vilenies opportunistes en ces temps humainement névralgiques me sidèrent.

Heureusement, il y a, et j'ose dire en majorité, des journalistes qui ne sont pas des « ***chiens de garde*** », mais plutôt des valeureux gardiens de l'éthique, de la pertinence, et de la moralité – des personnes intègres, impartiales, et bien intentionnées qui maintiennent l'équilibre, vulgarisent et rapportent l'information sans sucre ajouté ni complaisance déplacée. Non, on ne doit jamais donner un chèque en blanc aux politiciens, et on se doit de les questionner sur le pourquoi du comment, car ils sont nos obligés - mais non au détriment de la manière et du bien fondé.

FRANÇOIS LE GRAND

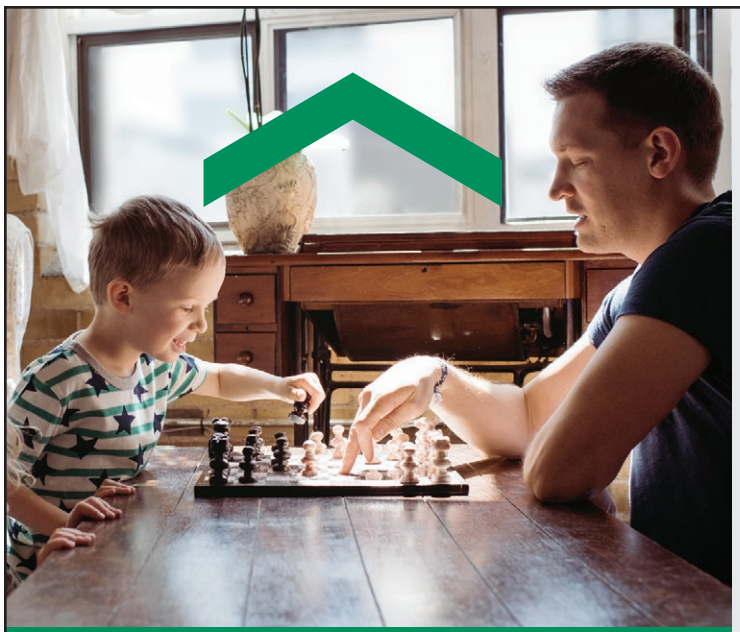
Non, il n'est pas roi de Macédoine, mais il est néanmoins en train de devenir à sa façon, un héros « ***divinisé*** » dans le cœur de bien des citoyens. Tout comme Alexandre quelques 300 ans avant J.C., le PM semble représenter le modèle du « ***conquérant-civilisateur*** » dans l'imaginaire collectif, alors que plusieurs lui prêtent l'image d'un général de guerre qui viendra à bout de cette pandémie. Certes, le contexte y joue pour beaucoup, mais ce qui est sûr, c'est qu'aujourd'hui ce gouvernement ressemble à ses citoyens - il est accessible et populaire, sans être populiste. Il complimente, exprime sa fierté, admet ses erreurs, parle anglais avec un accent assumé, prône les bienfaits du verre de vin (!), et exhibe la dégaine d'un bon père de famille en contrôle, avec ses défauts et ses qualités, celui qu'on aime sévère, mais juste.

LOURD BAGAGE

Après les Plaines, la Grande Noirceur, les enjeux de souveraineté, la complexité fédéraliste, les épisodes de corruptions et combien d'autres honteuses commissions, les gens veulent résolument changer de diapason. En ces temps où les projets de société sont gelés, où même le principal club de hockey s'est dénaturé, en devenant outrageusement commercial et organisateur de karaoké politique obligé, on ne sait plus vers qui se tourner côté espoir, authenticité et crédibilité.

J'ai l'impression qu'on a envie de se faire confiance, de gagner, de retrouver nos racines, de sortir de notre coquille et de créer. Allons-nous être les témoins de la mort d'un peuple d'agneaux, et assister à la naissance d'une tribu de béliers ? Puisse cette aventure collective nous faire pousser une grosse paire de cornes, une qui nous donnera le courage et la lucidité de se réapproprier notre laine, d'en être fier, de la promouvoir, et de la protéger.

On a toujours été « ***quelque chose comme un grand peuple*** », on l'avait juste oublié.



Vous accompagner : notre priorité

Nous avons à cœur l'intérêt de nos membres, de nos clients et de nos employés.

Pour favoriser le bien-être de toute la collectivité, Desjardins joint sa voix à celle des gouvernements pour demander à tous de limiter leurs déplacements. Bien que plusieurs de nos points de service demeurent encore accessibles, nous vous encourageons grandement à profiter de notre service AccèsD web et mobile pour :

- Déposer vos chèques où que vous soyez, en toute sécurité grâce au dépôt mobile;
- Faire un Virement *Interac*[MD] à votre famille, à vos amis ou à une entreprise;
- Utiliser les virements internationaux pour offrir votre soutien à un proche à l'étranger;
- Effectuer toutes vos opérations courantes telles que le paiement de factures et la consultation ou la modification de vos comptes, ainsi que la gestion de vos polices d'assurance.

Prestations gouvernementales
Nous vous invitons à vous inscrire au dépôt direct pour recevoir toute prestation gouvernementale directement dans votre compte, y compris la nouvelle Prestation canadienne d'urgence (PCU) de 2 000 $ par mois.

Pour mieux répondre à vos attentes, **nous rembourserons automatiquement les frais occasionnés par un dépassement du nombre de transactions prévues à votre forfait, et ce, de façon temporaire à compter du mois d'avril.**

Desjardins met toute sa force collective au service de ses membres et clients et soutient les populations vulnérables en accordant trois dons significatifs au Fonds d'urgence de Centraide, à la Croix-Rouge canadienne et au réseau des Banques alimentaires du Québec.

Merci à nos 47 000 employés qui unissent leurs forces pour vous accompagner dans cette situation exceptionnelle.

Nous demeurons à votre écoute pour répondre à vos besoins et vous simplifier la vie. Ensemble, ça va bien aller!

Desjardins

>P001639-1

MOISSON LAURENTIDES

LA DEMANDE A PRESQUE DOUBLÉ CHEZ LES ORGANISMES DES LAURENTIDES

***Ève Ménard* – À travers la crise actuelle, l'aide alimentaire occupe une place centrale et critique. Alors que la demande augmente, les organismes arrivent-ils à répondre à celle-ci, avec un approvisionnement suffisant malgré les circonstances? Le message est plutôt encourageant, mais reste qu'ils auront besoin d'aide.**

Moisson Laurentides, en tant que seule banque alimentaire des Laurentides, appro- visionne pas moins de 101 organismes sur son territoire. La directrice générale, Annie Bélanger, nous dépeint le portrait actuel de la situation. *« En ce moment nous observons une baisse d'approvisionnement de 40% par rapport à la normale. En parallèle, la demande est en train de presque doubler pour les organismes »*, affirme-t-elle. *« Il y a des gens qui n'étaient pas des usagers des comptoirs d'aide alimentaire qui vont cogner à leurs portes parce qu'ils ont perdu leur emploi, par exemple »*, ajoute-t-elle. *« On dessert généralement 101 organismes, mais présentement, on en a peut-être 75 qui sont vraiment en aide alimentaire et qui sont ouverts et offrent des services. »*

EN MODE SOLUTION

La première semaine de la crise a été la plus difficile au niveau de l'approvisionnement de certains aliments, comme les fruits et les légumes. *« Immédiatement, on s'est mis à réfléchir à des façons de remédier à la situation. On a obtenu certaines sommes d'argent via notre réseau de Moisson et le réseau des Banques alimentaires du Québec. Il y a eu des dons notamment*

du gouvernement, de la SAQ, de Loto-Québec. On s'en sert pour acheter des aliments. »

Moisson Laurentides travaille donc activement à cette chaîne d'approvi-sionnement. *« Cela a repris un peu son cours normal »*, souligne Annie Bélanger. *« On relance toutes les entreprises agroalimentaires qui produisent des aliments pour leur rappeler qu'il y a des besoins en croissance et qu'on a besoin d'eux. »*

LES EFFORTS DÉPLOYÉS

Il s'agit d'un travail très exigeant. *« On met tous les efforts pour être capable de répondre aux besoins des organismes, mais c'est certain qu'on a besoin de continuer de recevoir des aliments. »* Tout de même, une belle mobilisation se fait sentir. *« Les gens font des dons sur notre site internet. On sent une solidarité. Je pense quec'est important, c'est ce qui nous donne la force de continuer. »*

La banque alimentaire doit aussi s'adapter à cette situation particulière. La directrice générale m'explique que des question-naires sont envoyés aux organismes afin qu'ils spécifient leurs besoins et les quantités nécessaires. *« On a aussi dû commander rapidement des boites et des sacs. Généralement, ce n'est pas quelque chose où on va dépenser parce qu'on les réutilise. Mais dans le contexte actuel, pour minimiser les risques de contagion, on n'en réutilise pas. »*

TEL UN MARATHON

Pour l'instant, la directrice générale de Moisson Laurentides m'affirme que pour eux, tout se passe bien au niveau du personnel et des bénévoles. *« On se croise les doigts. On se fait des scénarios pour être capable de poursuivre nos activités si jamais la situation évoluait autrement, mais pour l'instant, ça va bien. »*

Ce qui inquiète plutôt la directrice, est le fait que la crise ne se terminera pas de si tôt. *« Moi je le vois un peu comme un marathon. […] C'est d'être capable de prévoir, de ne pas manquer d'aliments, de ne pas tout dépenser les sommes en même temps pour être capable de continuer de s'approvisionner au fil des semaines. »* Annie Bélanger souligne que le réseau des Banques alimentaires leur a demandé d'estimer leurs besoins sur huit semaines. *« J'imagine que c'est l'un des scénarios envisagés, mais ça peut changer »*, ajoute-t-elle.

PENSEZ LOCAL

INVESTISSEZ dans le DÉVELOPPEMENT de **VOTRE** COLLECTIVITÉ.

valleesaintsauveur.com

Votre chaîne d'approvisionnement local!

>P0016541

150 M$ SUPPLÉMENTAIRES POUR AIDER LES PME

(F. L. G.) ***- Le gouvernement du Québec a annoncé de nouvelles mesures visant à appuyer les entreprises du Québec touchées par les répercussions de la COVID-19, dont le programme Aide d'urgence aux petites et moyennes entreprises. Ce programme est mis en place pour soutenir les PME qui éprouvent des difficultés financières en raison de la COVID-19 et qui ont besoin de liquidités d'un montant inférieur à 50 000 $ pour leur fonds de roulement.***

Cette initiative s'ajoute au Programme d'action concertée temporaire pour les entreprises (PACTE), lancé par le gouvernement du Québec le 19 mars dernier, qui s'adresse aux entreprises ayant besoin de liquidités d'un montant supérieur à 50 000 $ pour leur fonds de roulement. Elle agit en complémentarité avec les mesures mises en place par le gouvernement fédéral, soit le Compte d'urgence pour les entreprises canadiennes et la Subvention salariale d'urgence du Canada.

Ce programme vise à soutenir, pour une période limitée, le fonds de roulement des entreprises dont la situation financière est précaire en raison de la COVID-19, afin qu'elles soient en mesure de maintenir, de consolider ou de relancer leurs activités. Une enveloppe initiale de 150 millions de dollars est donc mise à la disposition des MRC et territoires équivalents afin de venir en aide aux entreprises.

De ce montant, les villes de Montréal et de Québec recevront respectivement 40 millions et 10 millions de dollars, tandis que les autres MRC et territoires équivalents se partageront 100 millions de dollars.

Les entreprises de tous les secteurs d'activité, y compris les coopératives, les organismes sans but lucratif et les entreprises d'économie sociale réalisant des activités commerciales, pourront ainsi obtenir un prêt ou une garantie de prêt d'un montant maximal de 50 000 $, afin de pallier le manque de liquidités lié à la COVID-19.

Les principales modalités ainsi que la façon de procéder pour obtenir l'aide sont présentées sur le site Web Québec.ca. Les entreprises admissibles souhaitant obtenir plus d'informations ou se prévaloir de ce financement peuvent s'adresser à leur MRC.

■ RÉACTION DE SONYA ETHIER

« Nous sommes très heureux d'apprendre que la nouvelle mesure destinée aux PME, dont la situation financière est précaire en raison de la Covid-19, leur permettra pour une période limitée de soutenir le fonds de roulement de leur entreprise. En ces temps difficiles, l'annonce de cette mesure arrive à point. Nos commerçants sont débordés et submergés par des préoccupations multiples et ils craignent pour l'avenir. Particulièrement, la crainte de ne pas parvenir à survivre après cette crise. Plusieurs commerçants expriment leur désarroi. Ils ont peur de manquer de liquidité. Cette subvention leur permettra d'alléger leur fardeau et leur donnera l'énergie pour continuer », souligne la directrice générale de la Chambre de commerce de Sainte-Adèle, Sonya Ethier.

« Maintenant, c'est le temps de se regrouper et d'agir ensemble. Nous ferons ainsi toute la différence. Il est primordial de prioriser l'achat local pour soutenir nos commerçants. En achetant local, nous aiderons un voisin, un ami et même un membre de votre famille. C'est un geste facile à poser », ajoute-t-elle.

LA MRC DES PAYS-D'EN-HAUT RECEVRA 707 866 $

Françoise Le Guen ***- Le maire de Saint-Sauveur, Jacques Gariépy, apprenait ce midi (3 avril) que la MRC des Pays-d'en-Haut percevrait 707 866 $ dans le cadre du programme Aide d'urgence aux petites et moyennes entreprises.***

« Ça va être uniquement pour les financements reliés à la crise actuelle de la COVID-19. On parle un pourcentage de 3 % d'intérêt avec un maximum de 50 000 $ par prêt, explique Jacques Gariépy. Je pense que c'est un bon dépannage et que beaucoup vont pouvoir bénéficier de ce 50 000 $. Ça va être pour tous les gens des commerces incluant l'industrie liée au tourisme et ça va aider à faire des injections dans les fonds de roulement ».

Un comité a été formé aujourd'hui, dont fait partie le maire de Saint-Sauveur et Jackline Williams, directrice générale de la MRC des Pays-d'en-Haut. *« On a notre première rencontre cette semaine. Il est important de sécuriser les commerçants et donner un petit coussin à nos entreprises, et qu'ils se sentent appuyés. Beaucoup d'entreprises se sentent seules en ce moment. C'est une bonne nouvelle. Ça va faire du bien »*, conclut le maire.

LES RÉSIDENCES DU
Manoir

Merci à tous nos employés
Pour leur dévouement et leur fidélité!

Merci à tous nos résidents
Pour votre compréhension et collaboration!

Merci aux familles des résidents
Pour votre collaboration aux mesures de restrictions!

Merci aux familles des employés
Pour votre support à nos anges gardiens!

Ça va bien aller

residencesdumanoir.com · 1 877 333.0933

Notre métier :
Prendre soin de nos aînés

NOUS EMBAUCHONS :
ressourceshumaines@residencesdumanoir.com

>P001641-1

PIEDMONT

LA ROUTE 117 COMPLÈTEMENT FERMÉE EN RAISON D'UN AFFAISSEMENT

Ève Ménard - **Le Ministère des Transports a annoncé, le 6 avril vers 21h, la fermeture complète de la route 117 à Piedmont à la hauteur du chemin de la Gare en raison d'un affaissement de la route.**

« On n'est pas certain de l'origine de l'affaissement. Nous, la Ville, on a eu à intervenir sur un bris d'aqueduc la semaine dernière. Dans le cadre des interventions, on s'est aperçu qu'il y avait eu des fissures qui s'étaient produites dans la chaussée et, au fil des jours, ces fissures se sont aggravées ce qui a entraîné essentiellement la décision du Ministère pour fermer la route », a souligné le directeur général de Piedmont, Jean-François Albert.

Il affirme aussi que la Ville n'est pas au courant de la durée de cette fermeture, présentement indéterminée. *« Ça va dépendre de la vitesse à laquelle le Ministère va agir. Dans notre cas, on a quatre citoyens qui ont été privés d'eau et pour lesquels on a installé un réseau d'aqueduc temporaire pour les alimenter et pour permettre au Ministère d'avoir le temps nécessaire de faire ses interventions. »*

Le détour se fait par l'autoroute 15 et le réseau municipal. Les usagers de la route sont invités à suivre la signalisation en place.

Consulter le Québec 511 pour plus d'informations à propos de cette entrave.

INVESTISSONS LOCALEMENT

achetons localement et **soyons solidaire**

journalacces.ca

PLATS CUISINÉS et PIZZA
disponible au comptoir ou à la livraison
*Pizza livrée semie-cuite
Madame Aldo
#restezchezvous - On livre !
Tous les jours sauf le dimanche. Nous livrons à Ste-Adèle, Ste-Marguerite, St-Sauveur, Piedmont, Estérel et Morin-Height
450 229-1211
P001627-1

CAFÉ BISTRO STARCA
Grandes variétées de plats cuisinés, pains frais et autres disponible pour emporter ou par livraison.
Livraison: Ste-Adèle et les environs.
1395, rue St-Joseph, Sainte-Adèle WiFi gratuit
450 745-1700 - lesproduitsstarca@gmail.com
>P001610-1

Ouvert pour les commandes à emporter et la livraison
Phở KingBôn
BRASSERIE VIETNAMIENNE
1012 Boul Sainte-Adèle, Sainte-Adèle, J8B 2N3
514.797.9507 · www.phokingbon.com
>P001664-1

Marché Mont-Rolland
Grand choix de prêt-à-manger cuisiné sur place avec le plus grand soin.
Anciennement Bonichoix – Toujours la même fraîcheur, le même service personnalisé et les mêmes sourires!
Ouvert 7 jours (De 7h30 à 22h00)
Livraison disponible du lundi au vendredi
Vaste choix de bières de microbrasseries
APPELEZ POUR FAIRE PRÉPARER VOTRE COMMANDE
940, St-Georges, Sainte-Adèle(secteur Mont-Rolland)
450 229-3748
>P001660-1

AssurExperts
JOLICOEUR, RAVARY & ASS. INC.
CABINET EN ASSURANCE DE DOMMAGES
Toujours à votre service !
405 BOUL DE SAINTE-ADÈLE (VOISIN DU TIM HORTONS)
Appelez-nous : 450 229.8050
Visitez-nous en ligne : www.JolicoeurRavary.com
>P001652-1

La Chocolaterie Marie-Claude
Boutique ouverte pour vos chocolats de Pâques, chocolats et gaufres maison.
Livraison disponible
Joyeuses Pâques
1090, rue Valiquette, Sainte-Adèle
450 229-3991
>P001651-1

ON S'ADAPTE POUR MIEUX VOUS SERVIR !
RIOPEL
Centre de Rénovation

Saviez-vous que, pour éviter des déplacements à risque, vous pouvez utiliser nos services de :

MAGASINEZ EN LIGNE
riopelcentrederenovation.ca
Pour aide et support, contactez-nous directement en magasin 450.229.3566 Option 1.

SERVICE À L'AUTO SANS CONTACT

COMMANDE PAR COURRIEL :
materiaux@riopelcentrederenovation.ca

SERVICE DE LIVRAISON
Nouveau
Pour la quincaillerie seulement
Gratuit avec commande de 75$ et + avant taxes.

Merci de prendre en considération ces options fortement suggérées
>P001623-1

LE GARDE-MANGER DES PAYS-D'EN-HAUT

AUGMENTATION DE 30 % DES DEMANDES

Françoise Le Guen **-Depuis le début de la crise, le Garde-Manger des Pays-d'en-Haut a cessé certaines activités, les cuisines collectives et la Fouillerie de Morin-Heights et se dédie à sa mission de soutien alimentaire, les demandes sont en forte augmentation.**

« Ça nous a permis de récupérer les employés que j'avais là pour faire face à une demande qui a augmenté de 30 % depuis trois semaines pour nos comptoirs alimentaires, c'est énorme, souligne Luc Lagacé, le directeur général du Garde-Manger des Pays-d'en-Haut. Nous avons une augmentation importante de l'aide alimentaire qu'on doit donner chaque semaine. Les denrées sont suffisantes pour le moment. Moisson Laurentides nous appuie ainsi que les épiciers de la région. On ne peut malheureusement pas prévoir ce qui va se passer dans trois semaines ou un mois ».

Depuis quelques semaines plusieurs restaurants ont fermé dans les Laurentides. « *Ça nous a permis de récolter des denrées qu'on n'aurait pas eu la chance d'avoir. Les restaurateurs ont été assez gentils de nous les remettre. Ça inclut aussi le mont Saint-Sauveur, la boulangerie Merci la vie, les épiceries de la région. Il y a de l'aide de la collectivité. Tous les organismes de la région se parlent énormément, nous avons des rencontres téléphoniques chaque semaine. Le CLSC et la Ville de Sainte-Adèle nous soutiennent aussi. Ça nous aide et nous permet d'échanger sur nos problématiques ».*

Auparavant 11 employés travaillaient ensemble. « *J'ai dû séparer mes équipes en deux avec des horaires alternatifs et aller chercher plus de bénévoles pour nous aider. On est chanceux parce que plusieurs personnes nous ont téléphoné pour venir nous aider. On a une belle banque de bénévoles ».*

■ NOUVELLES PROCÉDURES

« *Notre espace étant restreint on a limité le nombre de personnes qui peuvent travailler en même temps à l'intérieur, pour respecter les consignes de sécurité. On a aussi mis des nouvelles pratiques pour donner les denrées aux bénéficiaires. Ça se fait à l'extérieur le plus possible. On a dû mettre des procédures en place pour que tout le monde respecte les deux mètres quand il y a des files d'attente. Notre façon de ramasser les sous est différente ».*

La semaine dernière des intervenants du CLSC étaient présents et parlaient avec les gens. « *Au cas où quelqu'un soufre d'anxiété ou d'autres problèmes. Ça nous aide et nous permet de faire un peu de prévention. On s'ajuste aussi selon les municipalités et les besoins. Par exemple à Saint-Adolphe-d'Howard ce sont les pompiers qui livrent à la maison ».*

Les horaires sont restés les mêmes. « *Mais, pour s'assurer qu'on n'ait pas trop de personnes en même temps à nos comptoirs, on a appelé tous nos bénéficiaires pour leur donner, selon leur nom de famille, l'heure approximative où ils peuvent se présenter ».*

Cette semaine le Garde-Manger devrait nourrir autour de 500 ménages, ce qui représente environ 1000 personnes.

Est-ce qu'il va y avoir assez de bénévoles à plus long terme ? « *On ne sait pas. On vit les aléas au jour le jour. La crainte la plus importante est de préserver la santé de ceux qui travaillent. Et il ne faudrait pas que demain matin on soit obligé de fermer avec le nombre de personnes qui sont dans le besoin ! »*

Est-ce que le moral est bon ? « *On s'encourage ! Parce que j'ai des employés qui ont un grand cœur, des bénévoles qui arrivent tout souriants d'aider la communauté et des bénéficiaires qui nous remercient. L'avantage c'est qu'on voit le bien qu'on fait chaque jour »*, confie Luc Lagacé.

gardemangerpdh.ca

Le Garde-Manger des Pays-d'En-Haut a mis sur pied les comptoirs alimentaires pour les 10 municipalités de la MRC. L'aide alimentaire est desservie une fois par semaine dans 6 municipalités différentes. Sainte-Adèle, Sainte-Marguerite-du-Lac-Masson (l'Estérel), Saint-Sauveur (Piedmont, Sainte-Anne-des-Lacs), Morin-Heights, Saint-Adolphe-d'Howard, Wentworth-Nord (Laurel, Lac-des-Seize-Îles). Les bénéficiaires, familles ou personnes seules, ont accès à un soutien alimentaire pour une contribution de 3 $ par ménage.

Photo : Ève Ménard

Le comptoir alimentaire de Sainte-Adèle sur la rue Morin.

CITOYENS DE SAINT-SAUVEUR :

Inscrivez-vous au système SAC et recevez les alertes émises par la Ville de Saint-Sauveur pour signaler une situation d'urgence ou de santé publique!

C'EST SIMPLE ET GRATUIT

POUR VOUS INSCRIRE OU METTRE À JOUR VOTRE DOSSIER :
Visitez la section *Mesures d'urgence* du site Internet de la Ville à : ville.saint-sauveur.qc.ca

>P001647-1

SIMARD SAATY BEAUDOIN
AVOCATS - LAWYERS

Me Desneiges Simard, avocate, médiatrice
t. **514 744 4000** poste 1 c. **418 480 0807**

PUISQUE VOUS ÊTES PARENTS ET LA PRÉSENCE DE VOS ENFANTS EST PRÉCIEUSE!

Vos modalités de garde sont partagées ou vos droits de visites sont : verbales, pas claires, modifiées ou doivent être réévaluées !

Votre entente de garde ne peut être respectée durant cette période de confinement !

Vous craignez ne pas être en mesure de démontrer aux autorités que vos déplacements sont pour l'exercice de vos droits de visite ou de garde!

VOUS CRAIGNEZ POUR LA SÉCURITÉ DE VOS ENFANTS!

Me Desneiges Simard, avocate, médiatrice familiale
va vous aider! ***CAR LA VIE FAMILIALE CONTINUE!***

Consultation et médiation par facetime, messenger ou par téléphone n'hésitez pas!

(vous avez peut-être droit à la subvention pour médiation / téléphonez-moi, il y a une solution)

Ça va bien aller !

LE PANIER BLEU

>P001657-1

COVID-19 L'AIDE ALIMENTAIRE

SOUPE ET COMPAGNIE DES PAYS-D'EN-HAUT

PLUS QUE JAMAIS ESSENTIEL !

Photos : Courtoisie

La sécurité avant tout ! Un peu de joie et de rire afin de passer au travers de la situation. Sur la photo, Karine Labelle, la cuisinière qui souhaitait faire rire l'équipe en fin de journée et fin d'une grosse semaine pour l'équipe. C'est important pour garder le moral !

Des gens au boulot.

Des plats préparés.

Françoise Le Guen - ***Plus que jamais l'organisme Soupe et compagnie est présent pour les gens en besoin. Les employés et les bénévoles travaillent fort pour aider les gens les plus démunis.***

« Nous avons diversifié notre façon de fonctionner. Les personnes peuvent téléphoner en tout temps et venir chercher des plats à la Soupe le mardi, entre 10 h et 14 h, au 205 rue Principale (sous-sol de l'église). Et pour les gens qui sont confinés à la maison, à risque ou en quarantaine, on fait la livraison de plats. Ils peuvent recevoir cinq plats par personne par semaine, des repas complets : soupe, repas et dessert, le mardi et le jeudi », nous explique Kathy Harbour, la directrice.

■ DE PLUS EN PLUS DE DEMANDES

L'organisme a également créé une chaine téléphonique et appelé tous ses membres pour savoir s'ils allaient bien et s'ils avaient de l'entourage et des besoins alimentaires. *« J'ai fait faire 160 appels environ »*, *mentionne la directrice. Katy Harbour ajoute qu'ils commencent à recevoir plus de demandes. « Les travailleurs en restauration commencent à se présenter pour obtenir de repas. Ça fait trois semaines qu'ils n'ont pas de revenus, la situation commence à être de plus en plus critique pour eux ».*

En ce moment Soupe et Compagnie a suffisamment de nourriture. *« Je n'ai pas passé de commandes à Moisson Laurentides parce qu'on a eu de beaux dons de plusieurs commerces. Nous avons reçu de grosses quantités de nourriture qu'on a transformées. C'est sûr que pour les semaines à venir il va falloir commencer à faire des achats, mais on a eu la bonne nouvelle que la ministre Marguerite Blais devrait nous émettre une aide financière pour l'achat de denrées ! »*

■ LES BÉNÉVOLES

« On ne fait pas travailler tous nos bénévoles actuellement. Soupe et compagnie fonctionne avec au moins 40 bénévoles par semaine en temps normal. Beaucoup de ces bénévoles ont 70 ans et sont à risque, ils sont à la maison. Ici, physiquement, afin de respecter le 2 mètres de distance on doit travailler à équipe réduite. Nous sommes que quatre personnes à la cuisine on ne fait pas rentrer plus de gens pour éviter les risques de contamination ».

Par ailleurs une deuxième équipe est prête à rentrer pour assurer la sécurité alimentaire si jamais un des quatre membres de l'équipe en place présentait des symptômes.

« Chaque jour on prend des décisions différentes, on évalue les besoins. Nous avons toujours de nouvelles personnes qui s'ajoutent, des gens qui ne sont pas habitués de fréquenter la Soupe. On nous réfère des gens en besoin, on aide les gens en sécurité alimentaire ».

Soupe et compagnie des Pays-d'en-Haut, auparavant la Soupe populaire de la Vallée de Saint-Sauveur, planifie et organise un soutien alimentaire dans la MRC des Pays-d'en-Haut pour les personnes dans le besoin depuis 1994.

www.soupeetcompagnie.com

SOUPES ET COMPAGNIE REMERCIE :

- *IGA St-Sauveur, don emballage*
- *Bâton rouge Saint-Sauveur, don de nourriture*
- *Mont Habitant, don de nourriture*
- *Mont Saint-Sauveur, don de nourriture*
- *Rachelle Béry Saint-Sauveur, don de nourriture*
- *Caron et Doucet, don de savon à main et la pommade pour l es mains*
- *Et les employés et bénévoles qui travaillent fort afin d'être là pour la communauté.*

COVID-19 DON DE LA FONDATION MÉDICALE

L'HÔPITAL LAURENTIEN MIEUX OUTILLÉ POUR AFFRONTER LA VAGUE DE COVID-19

Accès - ***La Fondation médicale des Laurentides et des Pays-d'en-Haut continue de contribuer, en cette période de crise jamais vue en raison de la pandémie de coronavirus.***

Le DG Daniel Desjardins a réagi rapidement pour doter le service des Soins intensifs de l'Hôpital Laurentien d'un nouvel appareil d'échographie Butterfly IQ qui est aussi nanti d'un IPAD. *« Minimaliste tout en étant fort efficace, cet appareil sera notamment utilisé pour les patients COVID-19. Et gros avantage, il est nettement plus facile à désinfecter qu'un gros appareil sur roulette »*, souligne le Dr Frédéric Beaudry.

Le Dr Beaudry ajoute que l'aspect IPAD n'est pas à négligé car il permettra aux gens malades de faire des appels FaceTime à leur famille qui sera ainsi à leur chevet par les moyens virtuels. *« Je tiens à dire un immense merci à la Fondation et à son efficacité. Nous avons d'ailleurs pris la photo de l'appareil Butterfly IQ dans la toute nouvelle unité de sept lits de soins intensifs à pression négative spécifiquement prévu pour la COVID-19. Le tout s'est construit en trois jours par l'équipe des installations materrielles, »* louange-t-il

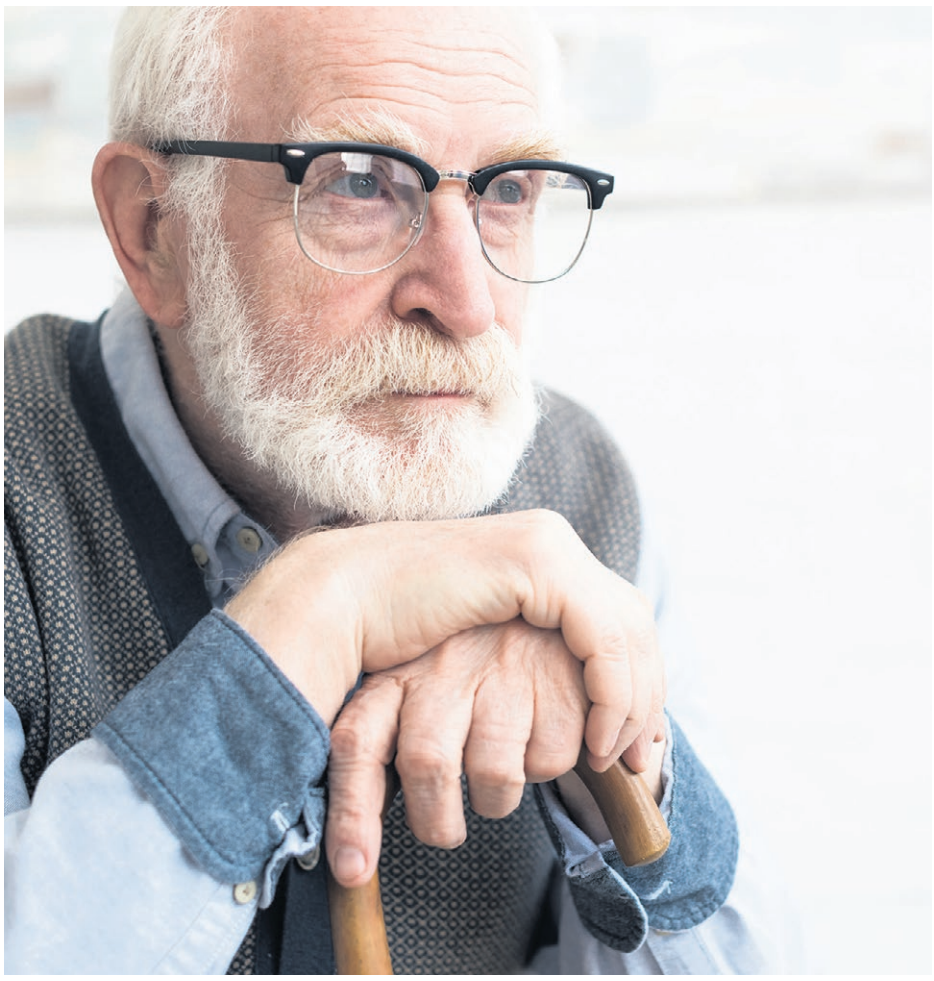
De son côté, Daniel Desjardins rappelle que la Fondation s'implique activement pour outiller les établissements de santé et réconforter le personnel. *« Je tiens à réaffirmer que la Fondation demeure à l'écoute et je veux encore une fois remercier sincèrement tous nos anges de la santé grâce à qui nous pouvons affronter la tempête avec confiance »*, termine le directeur général.

Photo : Courtoisie

Le Dr Frédéric Beaudry, spécialiste en médecine interne et Dr Mike Richard, médecin de l'urgence et des soins intensifs, patienné d'échographie sont ravis de pouvoir travailler avec le nouvel appareil d'échographie Butterfly IQ muni d'un IPAD.

FADOQ

BRISER L'ISOLEMENT EN TEMPS DE CONFINEMENT...



(F.L.G.) – L'ensemble du Réseau FADOQ met l'épaule à la roue d'entraide qui souffle actuellement sur le Québec avec l'opération Prenons soin des autres!, un projet de chaîne téléphonique pour prendre des nouvelles des aînés et de leurs transmettre des informations requises en temps de quarantaine.

« Pour la FADOQ – Région des Laurentides, qui compte plus de 43 300 membres dans sa région, dont 17 000 ont 70 ans et plus, nous sommes bien outillées pour pouvoir joindre efficacement les aînés chez-nous », affirme Michael Leduc, directeur général du secrétariat régional.

« Les membres du conseil d'administration régional sont en contact hebdomadairement avec la présidence des clubs FADOQ répartis sur tout le territoire des Laurentides. Les administrateurs et les bénévoles des clubs participent déjà à cette initiative d'appels téléphoniques, de même que des membres de l'équipe du secrétariat régionale FADOQ qui sont toujours actifs par le télétravail en coordination et en support », poursuit-il.

La situation actuelle du coronavirus (COVID-19) entraine un isolement inévitable, particulièrement pour les personnes aînées. L'objectif de ces appels auprès des aînés est de les rassurer, prendre de leurs nouvelles, s'assurer qu'ils soient en sécurité et vérifier qu'ils aient accès aux ressources nécessaires afin de combler leurs besoins essentiels, notamment pour s'approvisionner. *« Un appel téléphonique de courtoisie, c'est rassurant, ça fait du bien et ça devient nécessaire dans les circonstances. Nous profitons de cette initiative pour inciter également la population à prendre le temps de communiquer avec un aîné de leur entourage; ce peut être un parent, un membre de notre famille élargie, un ami, un voisin ou une connaissance »*, précise le directeur général mentionnant par ailleurs que l'avantage de vivre dans une ère numérique est que plusieurs moyens s'offrent à nous pour briser l'isolement, un appel téléphonique, un message vidéo, voir même l'envoi d'une lettre par la poste. L'initiative Prenons soin des autres! se poursuivra jusqu'à la fin de la pandémie. *« Nous devons nous serrer virtuellement les coudes afin d'aider tous les aînés et leurs familles à passer à travers cette épreuve. Jamais je n'ai autant été en communication avec des partenaires par vidéoconférences »*, souligne Michael Leduc.

www.facebook.com/fadoqlaurentides
www.fadoqlaurentides.org

Nadine Brière
mairesse de Sainte-Adèle

Message de la mairesse de Sainte-Adèle

Le printemps qui pointe à l'horizon arrive à point! Les journées qui s'étirent et le soleil généreux nous feront le plus grand bien!

Je tiens à dire aux Adéloises et aux Adélois la fierté qui m'habite en ces moments difficiles. La solidarité qui s'exprime jour après jour au sein de notre communauté est admirable et me fait chaud au cœur!

Les élans de générosité, d'entraide, de soutien et de bienveillance se multiplient et ont un impact direct et immédiat sur notre capacité à affronter cette crise et surtout, à se relever. Parce qu'il y aura un après COVID-19! Et notre communauté sera fière d'avoir été solidaire et unie!

Je vous invite donc à poursuivre sur cette belle lancée et à continuer d'observer à la lettre les consignes dictées par notre gouvernement. Malheureusement, chaque imprudence ou non-respect des directives peut avoir des répercussions dramatiques sur nos proches ou au sein de notre communauté. N'oublions pas que le seul traitement, c'est la PRÉVENTION.

Restons calmes, restons à la maison et gardons espoir. Profitons également de la fête de Pâques pour se faire un bon repas et passer du bon temps malgré le confinement. Prenez quelques minutes pour appeler vos parents et vos amis pour leur donner des nouvelles et prendre des leurs – rien n'est plus important que le contact humain!

Ensemble, on fait la différence!

ENCOURAGEONS NOS COMMERÇANTS LOCAUX
Plusieurs initiatives ont vu le jour afin d'encourager l'achat local, une mesure importante afin de diminuer l'impact financier de la crise sur notre communauté.

Commerces ouverts à Sainte-Adèle
Liste disponible sur le site internet de la Chambre de commerce de Sainte-Adèle
https://sainte-adele.net/entreprises-ouvertes-a-sainte-adele/

Laurentides, j'achète! | Magasin général
Une belle initiative de deux Adélois, Frédéric et Anick de VIWEB - Agence web, qui ont lancé un site internet d'achat local pour la région. Le Magasin général propose des produits des Laurentides afin de faire découvrir nos producteurs régionaux.
https://mgen.ca/
https://www.facebook.com/laurentidesjachete/

Le panier bleu
Cette nouvelle plateforme pour l'achat local lancée par le gouvernement « encourage les Québécois à privilégier les produits et les commerces d'ici tout en favorisant la pérennité des entreprises de toutes les régions du Québec. Achetons local. »
www.lepanierbleu.ca

COLLECTES DES ENCOMBRANTS
Contrairement à ce que nous avions annoncé la semaine dernière, la collecte des encombrants d'avril aura bel et bien lieu. Toutefois, par mesure de sécurité, nous demandons la collaboration des Adélois afin de bien respecter les consignes.

Les encombrants doivent être mis à la rue au plus tard le dimanche 12 avril et la collecte aura lieu les 16 et 17 avril.

Cette directive a pour but de protéger les employés qui feront la collecte puisque la durée de vie du coronavirus sur certains objets et matériaux est de 2 à 3 jours.

ÉCOCENTRE OUVERT LES MERCREDIS ET SAMEDIS
L'Écocentre sera ouvert les mercredis et samedis du 8 au 22 avril, de 9 h à 16 h. Un seul client à la fois sur le site. Aucune transaction d'argent comptant acceptée. Consultez notre site internet avant de vous rendre pour vous assurer qu'il n'y a pas de changement d'horaire.

VENTES DE GARAGE
Les ventes de garage prévues pour les 16 et 17 mai sont annulées. Les prochaines ventes de garage devraient normalement avoir lieu les 12 et 13 septembre.

Pour toute question, appelez-nous au 450 229-2921
Une préposée assure une présence téléphonique du lundi au jeudi, de 8 h à 12 h et de 13 h à 16 h 15, ainsi que le vendredi de 8 h à 12 h pour répondre aux questions des citoyens et les diriger vers les personnes-ressources.

www.ville.sainte-adele.qc.ca

>P001648-1

GUIDE N° 2

On protège aussi sa santé mentale à la maison !

Vous devez jongler avec une nouvelle réalité, celle de rester à la maison ? Les conseils suivants vous donneront quelques trucs pour que cette période d'isolement, due à l'épidémie de la COVID-19 au Québec, soit une expérience plus agréable.

La pandémie du coronavirus (COVID-19) qui se déroule actuellement ainsi que les mesures inédites de prévention qui y sont liées représentent une réalité inhabituelle à laquelle il peut être particulièrement difficile de vous adapter. Pour certaines personnes, ces mesures peuvent fragiliser une situation déjà difficile pour des raisons notamment familiales, financières ou sociales. Cela vous demande à la fois de l'ajustement, de l'adaptation et beaucoup de résilience.

La situation actuelle force de nombreuses personnes à vivre une période d'isolement. Elle demande également à d'autres de faire preuve de créativité pour concilier télétravail et vie de famille.

Un événement de cette envergure peut ainsi avoir des conséquences sur votre santé physique, mais également sur votre santé mentale, en générant du stress, de l'anxiété ou de la déprime. Il existe pourtant des moyens à votre portée afin de mieux gérer ces réactions.

Votre gouvernement

Comment préserver sa santé psychologique ?

- ✓ **SOYEZ INDULGENT ENVERS VOUS-MÊME.** Acceptez de vous accorder un temps d'adaptation. Misez sur vos forces personnelles ainsi que sur des stratégies que vous avez déjà utilisées pour diminuer votre stress ou pour surmonter une épreuve. Vous pourrez ainsi mieux traverser ces moments difficiles.
- ✓ **VERBALISEZ CE QUE VOUS VIVEZ.** Vous vous sentez seul ? Vous avez des préoccupations ? Partagez-les à une personne de confiance, tout en observant les mesures de distanciation physique recommandées.
- ✓ **DEMANDEZ DE L'AIDE QUAND VOUS VOUS SENTEZ DÉPASSÉ.** Ce n'est pas un signe de faiblesse, c'est vous montrer assez fort pour prendre les moyens de vous aider.
- ✓ **APPORTEZ DU SOUTIEN AUX AUTRES** en respectant les mesures de distanciation physique. Aider les autres lors de situations difficiles rapporte autant à la personne qui reçoit le soutien qu'à celle qui l'offre.
- ✓ **ÉVITEZ LES STRATÉGIES D'ADAPTATION INUTILES** comme le tabac, l'alcool ou les autres drogues. À long terme, elles peuvent dégrader votre état mental et physique.
- ✓ **Bien qu'il soit important de vous informer correctement, LIMITEZ LE TEMPS PASSÉ À CHERCHER DE L'INFORMATION AU SUJET DE LA COVID-19.** Une surcharge d'information pourrait augmenter votre stress, votre anxiété ou votre état de déprime. En tout temps, faites appel à des ressources fiables, comme le site officiel du gouvernement du Québec : Québec.ca/coronavirus

L'importance de s'accorder des moments de plaisir

Durant cette période d'isolement, il est important d'adopter de saines habitudes de vie en mangeant sainement, en buvant beaucoup d'eau, en restant actif et en essayant de vous reposer et de dormir suffisamment. Profitez de ce moment pour découvrir de nouvelles passions et prendre du temps pour vous et votre famille.

Il existe une multitude d'activités pour occuper vos journées à la maison et pour vous divertir. Organisez celles-ci en routines quotidiennes, en créant une liste que vous pourrez consulter pour rester actif à la maison. Pensez à afficher cette liste pour que vous puissiez la consulter régulièrement. Pour vous aider à être créatif, voici quelques idées qui pourront alimenter votre réflexion :

Activités physiques intérieures : faire du vélo stationnaire, du yoga, du Pilates, danser, effectuer des exercices aérobiques et de raffermissement musculaire, etc.

Loisirs créatifs : dessiner, colorier, peindre, écrire, chanter, faire de l'origami, tricoter, prendre des photos, etc.

Jeux : jouer à des jeux de société, jouer aux cartes, assembler un casse-tête, faire des mots croisés, des sudokus, des mots cachés, etc.

Divertissement : écouter de la musique, des balados, des séries, des films, des spectacles, etc.

Détente : prendre un bain chaud, méditer, lire un livre, etc.

Activités éducatives : apprendre une nouvelle langue, visiter des musées virtuellement, etc.

Autres : cuisiner, coudre, ranger, faire du ménage, classer des photos, etc.

Vous devez faire du télétravail ?

- ✓ **CRÉEZ-VOUS UN ESPACE DE TRAVAIL CONFORTABLE.** Assurez-vous que cette zone est réservée à vos activités professionnelles. Ainsi, vous pourrez établir des frontières entre travail et vie personnelle. Assurez-vous que votre bureau à domicile soit bien aéré, aménagé, propre et confortable, autant que possible.
- ✓ **INFORMEZ VOS PROCHES DE VOTRE HORAIRE DE TRAVAIL.** Expliquez à votre famille vos attentes envers eux et écoutez leurs attentes envers vous. Faites-leur connaître vos heures de travail, les moments où vous pouvez être dérangé et ceux où vous n'êtes pas disponible.
- ✓ **PARTAGEZ LA RESPONSABILITÉ DES ENFANTS.** Vous êtes les deux parents à la maison ? Vous pouvez répartir l'horaire à deux. Par exemple, le matin c'est un des deux parents qui répond aux besoins des enfants sans déranger l'autre et vous faites l'inverse en après-midi.
- ✓ **PRÉVOYEZ DES MOMENTS DE TRAVAIL EFFICACES.** Profitez de la sieste des plus petits pour effectuer les échanges à distance avec les collègues. Invitez les enfants à « travailler » eux aussi en dessinant, en lisant ou en faisant des activités éducatives. Invitez les plus grands à superviser les jeux des plus petits.

Restez en contact virtuellement avec vos proches : une bonne façon d'affronter l'isolement

Communiquez régulièrement avec vos proches tout en respectant les mesures de distanciation physique peut contribuer positivement à votre mieux-être et au leur pendant cette période.

De nos jours, il y a plusieurs moyens pour communiquer à distance avec votre famille, vos amis, vos collègues et vos connaissances. Vous pouvez utiliser le téléphone, le courriel, le Web, le clavardage, les appels vidéo, etc.

Ressources

Le stress, l'anxiété et la déprime peuvent affecter une personne sur divers plans ; physique, psychologique et émotionnel ainsi que comportemental, notamment durant cette période d'isolement à la maison. La plupart des gens arriveront à s'adapter à la situation, mais il demeure important que vous restiez attentif à vos besoins. N'hésitez pas à prendre les moyens nécessaires pour vous aider et prendre soin de vous.

En cas de stress, d'anxiété ou de déprime liés à la progression de l'épidémie actuelle au Québec, vous pouvez composer le 418 644-4545, le 514 644-4545, le 450 644-4545, le 819 644-4545 ou le 1 877 644-4545 (sans frais) ailleurs au Québec. Vous pourrez alors obtenir plus d'information et être dirigé vers des professionnels en intervention psychosociale qui vous offriront du soutien et des conseils, selon vos besoins.

Pour les personnes sourdes ou malentendantes, veuillez composer le 1 800 361-9596 (sans frais).

Pour intégrer les saines habitudes de vie à son quotidien :

- defisante.ca
- force4.tv

Pour mieux gérer son temps en famille :

- ecoleouverte.ca
- alloprof.qc.ca
- teteamodeler.com
- viedeparents.ca
- naitreetgrandir.com
- vifamagazine.ca

Lignes d'écoute pour les personnes en détresse psychologique :

- Regroupement des services d'intervention de crise du Québec
  Offre des services 24/7 pour la population en détresse :
  centredecrise.ca/listecentres
- Tel-Aide
  Centre d'écoute offrant des services 24/7 aux gens qui souffrent de solitude, de stress, de détresse ou qui ont besoin de se confier : 514 935-1101
- Écoute Entraide
  Organisme communautaire qui soutient les personnes aux prises avec de la souffrance émotionnelle : 514 278-2130
  ou 1 855 EN LIGNE (365-4463)
- Service d'intervention téléphonique
  1 866 APPELLE (277-3553)

Québec.ca/coronavirus

1 877 644-4545

Québec

LE SYSTÈME IMMUNITAIRE

Dominique Cloutier ND. A ***- Plusieurs d'entre vous m'ont contactée au cours des dernières semaines avec des questions sur le système immunitaire, à cause de ce coronavirus qui nous inquiète tant.***

Tout d'abord, je crois que le confinement que nous vivons ainsi que la pratique de la distanciation sociale si nous devons sortir est une des meilleures réponses possibles.

Cela dit le système immunitaire nous défend contre la grippe, les virus et les infections. ... Dès qu'il est en contact avec le virus, le système immunitaire se met en marche d'attaque et lutte contre les infections, alors comment pouvons-nous l'aider à fonctionner de façon optimale ?

Faire le plein de vitamine D, elle active des globules blancs nécessaires pour fabriquer des anticorps et détruire les microbes. Dans l'alimentation, on en trouve surtout dans les poissons gras tels le foie de morue, les harengs, les sardines et le maquereau. Deux formes sont les plus courantes, la D2, d'origine végétale, et la D3, d'origine animale, il est donc important de se supplémenter en Vit D pendant l'hiver sans oublier la vitamine A, avec laquelle la vitamine D marche de concert, et qui est également une vitamine essentielle pour l'immunité dont nous pouvons facilement manquer.

La vitamine C, vitamine de l'immunité par excellence dans la conscience collective, c'est celle à laquelle on pense dès que l'on a un petit rhume.

Selon certaines études, la vitamine C peut stimuler le système immunitaire, notamment dans la fabrication des lymphocytes T et, en particulier, lorsqu'elle est associée et prise conjointement avec du zinc, de préférence en sublingual, toujours selon ces mêmes recherches.

■ PROTÉGEZ VOTRE INTESTIN

Souvent appelé deuxième cerveau, en raison du nombre de connexions neuronales qui s'y trouvent, notre intestin est également notre premier organe de défense. S'il est mal en point, c'est une énorme porte ouverte à des réactions allergiques ou inflammatoires.

Cette défense immunitaire repose en partie sur une flore bactérienne riche et complexe, et surtout très individuelle. Cette flore nous permet de bien tolérer et digérer les aliments, mais certaines souches de bactéries sont également liées à notre production de lymphocytes T.

Lorsque cette flore est attaquée, soit lors d'une gastro-entérite, soit par la prise d'antibiotiques, ou encore par une mauvaise alimentation, c'est tout notre système immunitaire qui est défaillant.

■ POUR Y REMÉDIER, DEUX SOLUTIONS EXISTENT :

Les probiotiques

La prise de probiotiques est de plus en plus courante. En théorie, elle permettrait de remplacer les mauvaises bactéries ou les bactéries perdues par de bonnes bactéries.

Les aliments fermentés

L'autre méthode (et pour l'heure la plus efficace semble-t-il) est via l'alimentation.

Nos bactéries sont sélectionnées et prolifèrent en fonction de notre alimentation. Les aliments qui favorisent un microbiote sain semblent être les aliments fermentés, comme les yoghourts, le fromage, le kéfir, la choucroute ou les cornichons, les olives, la sauce soja, le miso, etc.

■ EN CONCLUSION

Le système immunitaire est complexe et l'alimentation ne l'influence pas complètement. Assurez-vous d'avoir une hygiène de vie saine, d'avoir un bon sommeil, une bonne gestion du stress, gardez un bon niveau de VitD3 et surveillez votre flore intestinale.

COUP DE CŒUR
SYSTÈME IMMUNITAIRE

Pour le système immunitaire, plusieurs suppléments sont indispensables et, à mon avis, les grands vainqueurs :

La vitamine D3 joue un rôle clé dans l'activation des défenses immunitaires.

La vitamine C peut stimuler, notamment dans la fabrication des lymphocytes… En revanche, certaines études montrent un réel intérêt de la vitamine C pour prévenir ou guérir du rhume et prise avec des pastilles de zinc.

La vitamine A stimule la prolifération des globules blancs et la production d'anticorps. Ainsi, le manque de vitamine A réduit la réponse immunitaire à certains virus. ■

TROIS SEMAINES SONT PASSÉES

TROIS SEMAINES COMPLÈTES OÙ NOTRE VIE A CHANGÉ

Photo: Julie Beauchemin

Après l'adaptation, l'acceptation, arrive l'incertitude… Cette période temporaire d'isolement pour protéger les autres, pour donner un coup de pouce à notre système de santé, notre effort de guerre. Pendant combien de temps encore va-t-elle durer cette période temporaire?

■ QUI PARMI VOUS A PEUR DE CRAQUER?

Qui a peur de succomber à la tentation de passer un peu de temps avec ses amis ou avec ce membre de la famille qui n'habitent pas sous le même toit?

Un des plus grands crimes en ce moment serait d'aller chercher ce câlin qui nous manque tant.

Mais on doit rester forts et vigilants. Pour le bien de tous.

■ SAUVONS NOTRE ÉTÉ

Je rêve d'une douce soirée à l'extérieur à jaser avec les amis autour d'un feu. Mais demeure cette peur en moi… et si ce moment si simple de bonheur nous était encore interdit cet été?

Comme je l'explique à mes enfants, c'est la première fois que je ne peux pas prédire ce qui arrivera dans le déroulement normal de votre petite vie d'enfant. Jusqu'à présent, chacune de leurs expériences de vie, je les avais moi-même vécues. Sans le savoir, c'était rassurant de savoir que mes enfants marchaient dans le sentier que j'avais tracé pour eux. Aujourd'hui, on n'a plus vraiment de chemin sur lequel avancer, on n'a pas de repères, aucune référence.

Alors je dois être forte, cacher ma peur ou mon inquiétude. Apprécier la chance qu'on a d'être ensemble, même s'il y a des journées où je n'en peux juste plus d'entendre encore et encore *« Maman! »*. Le *« Maman »* qui m'interpelle pour répondre au moindre besoin de ma progéniture. Le *« Maman »* qui rassure, le *« Maman »* qui console, le *« Maman »* qui comble le vide et l'ennui. Le *« Maman »* qui explique, le *« Maman »* qui calme les disputes entre frères, le *« Maman »* qui distrait, fait rire, joue, nourrit.

■ PRENDRE SOIN DE SOI

Choisir de ne plus être constamment branchée sur les actualités et de vivre au moment présent est la meilleure solution. J'ai la chance d'avoir un beau terrain pour profiter de l'extérieur avec les enfants. Le beau temps arrive, la neige fond; l'allégorie parfaite de l'espoir.

Je vais me faire livrer des semences et commencer à cultiver ma terre. Le jardinage a toujours été ma thérapie par excellence. Cette année, il va probablement carrément sauver ma santé mentale.

J'ai une chance inouïe d'être bien entourée de mes enfants, mes chiens, mon amoureux.

Plus que jamais, je suis reconnaissante des choix que j'ai fait qui me permettent de vivre mon confinement dans mon petit paradis à moi.

Prenez soin de vous. Ça va bien aller.

COVID-19

RÉPERTOIRE DES ENTREPRISES

de Sainte-Adèle

OUVERT • FERMÉ • LIVRAISON • À EMPORTER

COMMERCES ouverts

ANIMALERIE SAINTE-ADÈLE
BOUTIQUE CHICO
CHOCOLATERIE MARIE-CLAUDE
CLINIQUE AUDITIVE DES LAURENTIDES
CRPI PROTECTION INCENDIE
DÉPANNEUR BONISOIR
DÉPANNEUR COUCHE-TARD
DÉPANNEUR ESSO
DÉPANNEUR LOUP-GAROU
DÉPANNEUR SAINTE-ADÈLE
DOLLARAMA
HÔPITAL VÉTÉRINAIRE CHÉNIER
IGA FAMILLE JASMIN
MARCHÉ MONT-ROLLAND
MÉTRO PLUS JOANNE DUBÉ
MOULÉES DU NORD
PHARMACIE BRUNET
PHARMACIE UNIPRIX (PROMENADES SAINTE-ADÈLE)
PHOTOCOPIES ILLICO
RIOPEL CENTRE DE RÉNOVATION HOME HARDWARE
SAQ SÉLECTION
STATION SONIC
ULTRAMAR SAINTE-ADÈLE
UNIPRIX LOUIS-PHILIPPE KASSAR

DISPONIBLE POUR LA livraison

IGA FAMILLE JASMIN
LE FEU DE BOIS
MADAME ALDO
MED PIZZA
MOULÉES DU NORD
PHARMACIE BRUNET
PHARMACIE UNIPRIX (PROMENADES SAINTE-ADÈLE)
PHO KING BON
RIOPEL CENTRE DE RÉNOVATION HOME HARDWARE
RÔTISSERIE ST-HUBERT
UNIPRIX LOUIS-PHILIPPE KASSAR
QUINCAILLERIE DES SAVEURS STARCA

PLATS À emporter

CHOCOLATERIE MARIE-CLAUDE
LA CHITARRA
LA FRITERIE
LE FEU DE BOIS
MADAME ALDO
MARCHÉ MONT-ROLLAND
MED PIZZA
PHO KING BON
QUINCAILLERIE DES SAVEURS STARCA
SUBWAY
SUSHI SAINTE-ADÈLE
RÔTISSERIE ST-HUBERT
TIM HORTONS
LA FRITE À MON ONCLE

Ça va bien aller

LES ENTREPRISES NE FIGURANT PAS DANS L'UNE DE CES LISTES PEUVENT ÊTRE CONSIDÉRÉES COMME ÉTANT FERMÉES.
DERNIÈRE MISE À JOUR DE LA LISTE: LUNDI 6 AVRIL, 9 H 30

CHAMBRE DE COMMERCE DE SAINTE-ADELE

RÉSIDENTS, EMPLOYEURS ET EMPLOYÉ(E)S
POUR PLUS D'INFORMATIONS,
VISITEZ NOTRE SITE INTERNET SAINTE-ADELE.NET OU NOTRE PAGE FACEBOOK

>P001653-1

THALIA BASTIEN
redaction@journalacces.ca

Citoyenne de Prévost, diplômée de l'École Polyvalente Saint-Jérôme, je suis maintenant une étudiante de 17 ans en gestion à l'université d'Ottawa. Animée par le débat et les sujets qui tuent, je vous présente du haut de ma perspective mes opinions non censurées et réfléchies qui exigent du changement.

L'INCOHÉRENCE FÉMINISTE

Le féminisme est un mouvement évolutionnaire qui assure un équilibre et un bien-être social entre les deux sexes. Dans ces termes, je me considère une féministe comme la plupart des autres femmes. Ce mouvement devient de plus en plus une mode, une attitude, un style de vie. Cependant, cette popularité grandissante en tant qu'obligation morale, aveugle la société face à ses inclinations discriminatoires renversées.

Et si on parlait de la notion d'égalité des sexes carrément biaisée dans la gouvernance? Si je veux embaucher une équipe, devrais-je faire comme la société le dicte et assurer une égalité des sexes ou devrais-je plutôt assurer une égalité des compétences? Selon le gouvernement, l'étiquette *« minorité visible »* permet aux femmes d'être priorisées dans l'embauche d'un poste au désavantage des autres. Il suffit d'y réfléchir un peu pour réaliser que c'est un exemple flagrant de discrimination renversée qui démontre la stupidité de ce principe de priorisation. Le plus choquant c'est qu'un homme ne pourrait oser s'en plaindre, car les féministes sont parfaites et ont toujours raison, non ? Pour avoir une vraie équité des sexes, nous ne devrions jamais considérer le genre de la personne, seulement ses compétences à l'emploi. Certains vont argumenter que ces types de règles sont nécessaires, car sans elles, l'équité ne se ferait jamais volontairement. Je vous dis que vous n'avez toujours pas réalisé qu'avoir une règle qui priorise la femme n'est pas mieux que d'avoir un homme qui priorise un homme parce qu'aucune règle l'en empêche.

Il existe de plus en plus d'évènements et des lieux exclusifs aux femmes dans le but social de faciliter leur intégration et d'offrir une certaine protection. En revanche, plusieurs vont étirer leur pratique du féminisme radical rendant leurs actions erronées et complètement irraisonnables. Pourquoi une entreprise à but lucratif excluant ouvertement l'entrée des hommes est socialement et éthiquement respectée, alors qu'une même organisation excluant toutes femmes est dite un *« boy's club »* misogyne, répugnant et complètement inacceptable? On sait tous qu'un cabinet d'avocat s'affichant *« men only »*, un spécial *« alcool gratuit »* pour les hommes dans un restaurant ou un salon pour les hommes feraient ressortir les féministes enragées. Alors pourquoi essayons-nous de contrer ce sexisme en mettant sur pied des pratiques privées se disant *« women only »*, des évènements rassembleurs sans but social interdisant les hommes ou des rabais spéciaux pour les femmes dans les restaurants. C'est totalement incohérent et illogique. C'est de la discrimination renversée. Beyonce fait sa gloire et ses millions en chantant *« Who run the world? Girls. »* alors qu'un artiste masculin qui, à l'inverse, oserait dire que les hommes mènent le monde verrait sa réputation bafouée de tous les bords et son fil twitter harcelé. Ne sommes-nous pas en train de combattre le feu avec le feu? On doit arrêter de privilégier la femme là où l'homme l'était préalablement en se donnant la ridicule impression que ça va rééquilibrer la balance. Je ne peux pas croire qu'on considérait même donner le rôle iconique de James Bond à une femme. Le féminisme véritablement sain est de promouvoir les différences et l'importance des deux sexes. Est-ce si difficile à voir?

Que dire de la pression continuellement exercée sur nos politiciens et figures publiques pour faire des distinctions grammaticales entre l'homme et la femme? *« Chers auditrices et auditeurs, en tant que Québécoises et Québécois, je vous invite à informer vos éducatrices et éducateurs de… »*. Ça n'a pas de bon sens! Pensez-vous vraiment qu'adopter un langage aussi genré, que de réformer nos dictionnaires et forcer une syntaxe ridicule va en quelques sortes contribuer à faire apparaître la femme dans la société? Croyez-vous que le fait que le masculin l'emporte en grammaire joue un rôle sur le respect de la femme dans la société ? Alors qu'un certain lobby féministe pousse à faire considérer ce genre de discours *« politiquement correct »* et une *« réappropriation de la langue »*, tout ce que ça fait c'est alourdir les textes et titiller l'audition. Notre climat social actuel beaucoup trop sensible nous fait marcher sur des œufs à chaque fois qu'on prend la parole en public. Nous devons être sûr de ne pas utiliser un mot, une expression ou un ton qui pourrait être mal interprété et offenser quelqu'un, car sinon, on en sera jugé interminablement. Et vous osez dire que nos politiciens préparent trop leur discours?

ÉDUCATION

LA CLASSE DE MARIE-ÈVE
POUR LES PARENTS ET LES ENFANTS À LA MAISON!

(F. L. G.) – L'entreprise québécoise spécialisée en tutorat à distance Succès Scolaire a lancé le 31 mars La Classe de Marie-Ève, un rendez-vous quotidien gratuit pour tous les élèves du primaire. Un bon coup de main pour tous les parents et les enfants à la maison.

La Classe de Marie-Ève propose une révision en ligne et en direct de 30 minutes pour chaque niveau du primaire, et ce, du lundi au vendredi avec une enseignante motivante et allumée. Les élèves peuvent ainsi conserver leurs acquis scolaires, tout en instaurant une routine quotidienne d'apprentissage à la maison.

Lors de ces rendez-vous de 30 minutes diffusés en direct du lundi au vendredi, madame Marie-Ève révise les notions essentielles du ministère en mathématique et en français, et ce, pour toutes les années du primaire. Les élèves peuvent ainsi conserver leurs acquis scolaires, tout en instaurant une routine quotidienne d'apprentissage à la maison.

Madame Marie-Ève cumule 9 années d'enseignement au primaire et est présentement enseignante de 4e année à une école primaire de la Rive-Sud de Montréal. Elle-même, mère de 2 jeunes filles, se passionne pour l'éducation et l'appren-tissage des élèves en milieu défavorisé.

La Classe de Marie-Ève s'allie à l'offre de ressources pédagogiques en ligne du ministère de l'Éducation et de l'Enseignement supérieur.

Pour assister à La Classe de Marie-Ève, rendez-vous au **www.successcolaire.ca/la-classe-de-marie-eve**

AMYOT GÉLINAS
SOCIÉTÉ DE COMPTABLES PROFESSIONNELS AGRÉÉS

7 BUREAUX
pour vous accueillir dans les Laurentides et Lanaudière

Sainte-Agathe-des-Monts, Sainte-Adèle, Saint-Jérôme, Blainville, Repentigny, Mont-Tremblant, Rivière-Rouge

124, rue Saint-Vincent, Sainte-Agathe-des-Monts
877.326.3400 • amyotgelinas.com

P001471-1

AIDE INATTENDUE ...LA SUITE #2

Nous sommes le 02 Avril, les nuages voilent le ciel du Mont-Royal pour donner un répit au soleil. Et oui, les nuages aussi ont décidé d'intervenir ; ils se sont dit : un peu de pluie pourrait peut-être décourager les baladeurs entêtés. Les arbres, les plantes et les champignons acceptent cette courte pénurie de ce qui est pour eux, si important : les rayons du soleil. La nature a compris bien avant les humains que parfois les sacrifices sont nécessaires pour revenir plus fort. Aujourd'hui le Mont-Royal a un invité imprévu. Un vieil homme est assis paisiblement sous le grand chêne, la plume qui orne son grand chapeau caresse doucement l'écorce du chêne. L'homme se présente au chêne : mon nom est Œil de lynx et je suis ici aujourd'hui pour vous aider. Comme vous savez, nous les Amérindiens comprenons le langage des arbres et des animaux. Votre visite me réjouit répond l'arbre et les caresses de votre plume me font grand bien. Cher ami, votre aide nous sera très précieuse, votre mission, bien entendu si vous acceptez, sera de transmettre notre plan d'intervention aux autorités de la ville. Brusquement Œil de lynx se lève, lance son chapeau dans les airs et dit : Je suis votre homme ! Le vieil homme ramasse son chapeau par terre et remarque que la plume de son chapeau n'est plus là, il regarde vers le ciel et voit sa plume accrochée fermement entre deux branches du chêne. Le grand chêne le regarde et lui dit d'un ton taquin : votre plume je la garde, le vent s'occupera de me caresser dans les périodes difficiles. Au loin le son des croassements des corbeaux se fait entendre pour annoncer la réunion journalière. Le chêne invite Œil de lynx à participer. Les premiers participants arrivent aux pas de course, deux magnifiques chiens. Tout en jappant, ils se rapprochent du vieil homme pour le renifler. Œil de lynx les caresse et leur demande leurs noms : moi c'est Roxy et lui c'est Luigi. Le chêne ajoute : Roxy et Luigi viennent de terminer une formation, ils ont appris à sentir les humains et à reconnaître les humains infectés par le virus. Œil de lynx, lors de votre rencontre avec les autorités, il sera primordial d'informer les policiers du travail de Roxy et de Luigi. Je compte sur eux pour vous expliquer de quelle façon ils réagiront au moment de renifler le virus chez un humain.

André Major
03 avril 2020
Morin-Heights

CORONAVIRUS

L'ÉCOLE À LA MAISON

Mimi Legault - ***Personne n'aurait pu prévoir comme dit la chanson de Joël Denis que L'école est finie à cause de cette pandémie qui force tout un chacun à demeurer à la maison. Il y a des parents en ce moment qui doivent réaliser que finalement, le problème, ce n'est pas toujours l'enseignante. Comme dans toute chose, il y a quelque chose de bon. Mais j'avoue que ce ne doit pas être jojo de cohabiter 24 heures sur 24 avec la famille au grand complet.***

Les premières journées, tout l'monde respirait par le nez mais quand on sent que la cohabitation risque de demeurer encore plusieurs semaines ou mois, là ça devient moins drôle. Il faut occuper l'enfant avant que le parent ne devienne trop préoccupé. D'abord je m'adresse uniquement aux enfants du primaire. Les conseils peuvent valoir pour les plus vieux mais la cible vise les 5 à 12 ans.

Je pense, mais c'est là une opinion bien personnelle, que chaque prof (qui est d'ailleurs payé à temps plein présentement) devrait continuer de travailler avec les élèves de sa classe. SI C'EST POSSIBLE. J'ai entendu quelques réactions de certains enseignants à savoir que la chose était pour le moins difficile mais je ne crois qu'elle soit impossible. Ce mot ne fait pas partie de mon vocabulaire.

Il n'est pas question ici d'enseigner comme si on était en classe. Je vois ça comme le fait de garder un contact via l'internet. Je sais, je sais, on me répondra que vu le nombre d'enfants élevé par classe, on ne peut pas tous les joindre. Pas grave. Quelques-uns valent mieux que personne du tout.

Si le prof se fait plutôt discret, je m'adresse alors directement aux parents. Il existe des cahiers d'exercices vendus entre autres chez Costco dédié à chaque niveau de la maternelle jusqu'à la fin du secondaire. Ils sont excellents. De plus le ministère de l'Éducation offre une plateforme web intitulée L'ÉCOLE OUVERTE. Vous trouverez sûrement ce qu'il vous faut.

Le fait de travailler à la maison à cause du coronavirus avec votre enfant est un beau risque. Comme dit toujours une de mes amies : rien n'arrive pour rien. Ce n'est pas tellement la matière mais la façon de faire qui peut donner davantage d'estime de soi à votre enfant qui n'a pas à performer, à recevoir un bulletin de notes, à subir de l'intimidation. À faire des devoirs qu'il ou qu'elle déteste.

Je vous conseille de la discipline dans l'horaire. Chaque jour à heure fixe sauf les samedis et dimanches (demeurons humains), c'est l'heure de faire école avec papa ou maman. Arrangez-vous pour que ce moment soit vu positivement par votre fils ou par votre fille. Un moment privilégié que vous n'auriez pas connu si la COVID-19 n'avait pas frappé à la porte de notre planète. Un petit conseil qui a toujours porté fruit : préparez le cours d'une heure, pas plus et divisez-le en petites sections différentes. Votre enfant en redemandera !

NATATION OLYMPIQUE

LA FAMILLE DESJARLAIS DEVRA PATIENTER UNE AUTRE ANNÉE POUR ÊTRE FIXÉE

***Luc Robert* – En préparation pour les Jeux olympiques de Tokyo, les nageurs prévostois Liam et Mia Desjarlais devront faire preuve d'une patience de moines, alors que les qualifications canadiennes sont reportées à l'été 2021.**

Ancien athlète et entraîneur-adjoint des Cheminots, Liam devait tirer sa révérence après le rendez-vous du Japon, ou aux essais canadiens de 2020. Il a toutefois décider de persévérer. *«J'ai décidé de prendre mon courage à deux mains et de compétitionner 18 mois de plus. Avec l'annulation des essais canadiens à Toronto, on se doutait bien que la tenue des Jeux serait repoussée».*

Spécialiste du crawl, Liam s'entraînait à la piscine olympique de Montréal, jusqu'au confinement ordonné par Québec. *«Ça commençait à moins bien aller dans ce style. Alors, j'ai décidé de pousser en papillon, aux 100 et 200 mètres. Les prochaines qualifications devraient se tenir en avril 2021. Le report est quand même une grande déception. Je m'étais préparé mentalement à la retraite, pour 2020».*

Les essais de la puissante équipe canadienne ont toujours lieu à Etobicoke, près de Toronto. *«C'est toujours un grand spectacle de Natation Canada. J'étais motivé à y terminer ma carrière en beauté. L'alignement étant très fort, j'avais comme objectif personnel d'atteindre la finale A, soit un possible top 10 au niveau canadien. Et qui sait, avec un peu de chance, je me serais faufilé sur l'équipe nationale».*

Sous la férule de son entraîneur Jérémy Bruggeman, Liam Desjarlais redoublera donc d'efforts et tentera de maintenir sa puissance. *«J'ai encore le goût des entraînements, malgré qu'il sera difficile de pousser pendant un an et demi de plus. J'arrivais à un point de ma vie où j'ai des décisions à prendre. J'ai l'intention de me diriger en enseignement, via des études à l'UQO à Saint-Jérôme, ou à l'UQAM à Montréal. J'aimerais bien revenir ensuite avec les Cheminots comme coach».*

Le nageur émérite croit que les jeunes nageurs québécois seront plus affectés que lui du report des Olympiques d'été. *«On approchait le pic de notre condition physique, à temps pour la fin de l'été et les Jeux. Mon plan était d'effectuer un dernier tour de piste. Pour les jeunes, la nervosité et l'inconnu sont palpables depuis le report. Je travaille entre temps dans un Provigo pour m'occuper l'esprit, pendant la pandémie. Mais je sais que ma carrière achève, quoique je pourrais me laisser tenter par les compétitions universitaires…».*

De son côté, sa sœur Mia a fait face à deux essais olympiques annulés, en piscine (Toronto) et en eau libre (Îles Caïmans). Elle se spécialise au crawl (400 m et plus). *«C'est vraiment plate. Tu reviens d'un camp en Floride et le Canada décide de ne pas envoyer d'athlètes. Et les provinciaux sont annulés en plus. Ça m'a fait réfléchir. Après deux bannières de Champions provinciaux avec les Cheminots, ce n'est pas évident d'être arrêtée. Je cours dehors, mais toutes les piscines sont fermées. Je vais fort probablement me rendre aussi jusqu'aux qualifs olympiques de 2021»*, a souligné celle qui nage aussi pour le club Neptune.

Photo : Courtoisie

Le nageur prévotois Liam Desjarlais est entouré des entraîneurs Alexandre Gendron et Jérémy Bruggeman.

Mia Desjarlais amorcera des études en Génie civil, l'automne prochain à l'université McGill.

ENTRAÎNEURE AUX JEUX PARALYMPIQUES

UN APPRENTISSAGE CONSTANT POUR NATHALIE SÉGUIN

***Ève Ménard* - En 2016, Nathalie Séguin participait à ses premiers Jeux paralympiques en tant qu'entraîneure en chef de l'équipe masculine canadienne de goalball. Aujourd'hui, elle travaille au sein de l'équipe féminine en vue des Jeux de Tokyo, à présent reportés.**

C'est à l'université, alors qu'elle étudiait en kinésiologie, que Nathalie Séguin a découvert le goalball. *« Il fallait faire un projet sur la biomécanique d'un mouvement et je cherchais à être originale. À ce moment-là, j'aimais déjà beaucoup les sports adaptés, mais je ne connaissais pas le goalball. Je me suis juste rappelée d'un petit clip de 30 secondes qui était passé à la télévision pour les Jeux de 2008. J'ai contacté l'association provinciale et à partir de là, j'ai un peu rejoint leur famille. »* Puis, de fil en aiguille, elle est devenue l'entraîneure en chef de l'équipe masculine canadienne.

EN ROUTE VERS TOKYO 2021

Les Jeux panaméricains à Lima au Pérou en août 2019, représentaient la dernière occasion pour l'équipe masculine de se qualifier en vue des Olympiques. *« À ce moment-là, malheureusement, on a été officiellement écarté des Jeux de Tokyo »*, affirme l'entraîneure. Or, l'équipe féminine a pour sa part réussi à assurer sa place pour 2020. Comme Nathalie Séguin travaillait déjà avec l'équipe de développement et participait à la préparation des filles en vue des Jeux, elle a continué son travail avec l'équipe féminine.

Quelle fut la réaction, devant le report des Jeux paralympiques, qui auront maintenant lieu du 24 août au 5 septembre 2021? *« Certains athlètes étaient déçus, mais en général, tout le monde était content de la décision, surtout pour l'aspect sécuritaire. Au niveau des Paralympiques, c'est un peu différent parce que les athlètes ont parfois des conditions médicales précaires, un système immunitaire plus sensible. »*

Or, il faut noter qu'une particularité des Jeux paralympiques réside dans le fait que les athlètes doivent être individuellement classifiés. Cette classification définit le niveau d'handicap et est essentielle à la participation olympique. *« Quand on se fait classifier, on a une date de révision. Pour certains leur année de révision était en 2020, donc il fallait qu'ils se refassent classifier en prévision de Tokyo. Et pour d'autres leur année était en 2021, donc à présent, ils devront se refaire classifier étant donné le report »*, explique Nathalie.

Et maintenant? *« Les coachs, on s'est réunit pour revoir le calendrier. On a réussi à mettre en place un calendrier qui permet aux athlètes de simplement rester actifs dans cette période. On a organisé notre plan annuel pour justement s'adapter à cette période de transition »*, souligne-t-elle.

DES ATHLÈTES COMME LES AUTRES

Que pense-t-elle de l'attention médiatique qui est réservée aux Jeux paralympiques? L'entraîneure souligne que ça s'est amélioré, surtout pendant l'évènement. Or, c'est en amont de celui-ci que du travail reste à faire. *« Par exemple, la date du report, on ne la trouvait pas dans toutes les publications. On parle des Olympiques et on voit la date en juillet. Mais moi, je voulais connaître la date des Paralympiques. C'est ça que je trouve difficile. Tant qu'à en parler, parlez des deux plutôt que de seulement un. »*

« Les Jeux paralympiques, tous les sports adaptés, c'est une autre dimension comme entraîneur parce que chaque athlète a ses particularités. Il faut être créatif dans nos plans d'entrainement. On est toujours dans un mode d'apprentissage, c'est toujours intéressant », souligne Nathalie Séguin au sujet de son attachement à la discipline. *« Moi, je traite mes athlètes comme exactement n'importe qui d'autre. Peut-être que la manière qu'ils s'entrainent va être différente, mais ils ont l'esprit compétitif, l'esprit d'entraide, la volonté de se dépasser, c'est la même chose pour tout le monde. »*

Photo : Courtoisie

Nathalie Séguin.

LA PETITE HISTOIRE DU GOALBALL

À l'origine, le goalball a été inventé en 1946 dans un effort pour réhabiliter les vétérans ayant une déficience visuelle qui revenaient de la Deuxième Guerre mondiale. En 1976, il a été ajouté au monde des Jeux paralympiques à Toronto et un tournoi féminin a été ajouté aux Jeux paralympiques de 1984.

Il s'agit d'un sport exclusif pour les athlètes ayant une déficience visuelle. Joué en gymnase, l'objectif est de lancer le ballon dans le but adverse, alors que les joueurs adverses essaient de bloquer le ballon avec leur corps. Le ballon a des cloches bruyantes qui aident à orienter les joueurs. Chaque équipe est composée de six joueurs avec pas plus de trois par équipe permis en même temps sur le terrain.

Source : paralympique.ca/sports-paralympiques/goalball

Sudoku

jeu N°110

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

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.

Réponses

RÉPONSE DU SUDOKU JEU Nº 110

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

RÉPONSE DU MOTS CROISÉS JEU Nº 110

T	N	E	M	E	S	U	E	I	R	E	S
S	O	I	■	R	E	L	E	M	■	U	N
■	E	L	A	T	N	E	M	E	N	R	O
E	L	■	T	S	E	■	E	N	O	C	I
S	I	S	■	A	R	E	S	N	I	■	T
S	■	U	E	■	A	T	■	E	S	N	A
E	L	C	R	E	N	C	E	■	I	O	T
L	I	E	V	I	■	E	L	E	V	I	N
B	N	■	U	A	E	M	E	R	A	S	E
I	■	E	C	■	E	R	■	I	L	A	M
A	U	T	■	R	U	E	T	A	I	V	A
F	■	E	T	I	R	F	E	H	C	E	L

PONTON
VECTRA 21 2020
60HP
56$/sem. Plusieurs choix de couleur et moteur en inventaire
- Édition classique
- Chaise longue
- Réservoir à essence permanent
- Plancher de vinyle sélect
- Toile d'amarrage
- Ensemble ambiance
- Volant et siège ajustables
- Coupe batterie

PONTON ÉLECTRIQUE
BRIO[E] 17 2020
50$/sem.
- Moteur Torqeedo
- 100% électrique
- 5 personnes

BÂTEAU DE PÊCHE
SPORT 164 BLANC 2019
MERC 90
1 seul en inventaire
69$/sem.
- Remorque galvanisée
- Plancher recouvert de vinyle
- Ensemble Decalques Superieur Deluxe
- Volant inclinable & Glissière siège conducteur

PRINCECRAFT DOMINEZ L'EAU

Garantie complète 8 ANS sur nos moteurs MERCURY Disponible

FINANCEMENT RAPIDE EN 1H

THIBAULT Marine .COM VENTE – SERVICE – ENTREPOSAGE

4995, route 117, Sainte-Agathe-des-Monts 819 326-4084 | 1-888-698-0434 | www.thibaultmarine.com

Mots croisés

jeu Nº110

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
1											■	
2									■			
3					■			■			■	
4			■							■		
5							■					
6				■								
7					■			■			■	
8		■							■			
9						■				■		
10												■
11			■						■			
12												

HORIZONTALEMENT

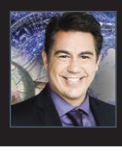
1. Ustensile de cuisine.
2. Pilote – Assassina.
3. Pays d'Afrique – Note – Démonstratif.
4. En matière de – Petite branche d'arbre – Nota bene.
5. Égalisé – Vétuste.
6. Pronom personnel – Cerné.
7. Petite baie – La tienne – Obtenu.
8. Ajouta – Situé.
9. Image – Existe – Largeur d'une étoffe.
10. Décorative.
11. Dévêtu – Mélanger – Île de Grèce.
12. Pour de bon.

VERTICALEMENT

1. Gémissements.
2. Cavale – Pas cuite.
3. Poil – Perception.
4. Chemise en poils de chèvre – Rival.
5. Conjonction – Bière anglaise – Répandue.
6. Est dans un état d'agitation – Choisi.
7. Mouvement impétueux – Parties basses de la coque d'un navire.
8. Iridium – Salut – Corps céleste.
9. Rôtir – Tantale.
10. Saison – Boucliers – Dépôt.
11. Fleuve d'Afrique – Troisième segment de l'intestin grêle.
12. Épuisement – Saint.

Profitez de votre été sur l'eau avec Thibault Marine

HOROSCOPES



ALEXANDRE AUBRY
alexandre.aubry.astrologue
alexandre@norja.net
514.667.4803

SIGNES CHANCEUX DE LA SEMAINE :
GÉMEAUX, CANCER ET LION

SEMAINE DU 8 AU 15 AVRIL 2020

BÉLIER (21 MARS - 20 AVRIL)
L'action sera enfin au rendez-vous et ce sera très stimulant. On vous proposera sûrement de nouveaux défis à relever des plus motivants, aussi bien pour la carrière que pour un développement plus personnel.

TAUREAU (21 AVRIL - 20 MAI)
Il est parfois nécessaire de prendre un certain recul avant de faire un pas vers l'avant. Vous réussirez à retrouver l'équilibre dans vos finances ou votre situation amoureuse en prenant les initiatives qui s'imposent.

GÉMEAUX (21 MAI - 21 JUIN)
Au boulot, votre clientèle croîtra de manière spectaculaire, vous offrant ainsi un revenu beaucoup plus intéressant. Côté cœur, votre partenaire ou une personne qui s'intéresse à vous réussira à vous surprendre, à votre plus grand bonheur.

CANCER (22 JUIN - 23 JUILLET)
Vous devriez recevoir une forme d'illumination qui éclairera la voie à suivre vers vos objectifs personnels et professionnels. Ainsi, vous pourriez donner la première pelletée de terre de votre propre entreprise.

LION (24 JUILLET - 23 AOÛT)
Afin d'élargir vos horizons personnels et professionnels, vous entreprendrez une formation qui transformera complètement votre vie et qui vous apportera une toute nouvelle joie de vivre, à votre plus grand bonheur.

VIERGE (24 AOÛT - 23 SEPTEMBRE)
L'émotion sera pratiquement palpable! Elle pourrait aussi se faire sentir sous forme d'une belle fébrilité. Si votre relation amoureuse est toute récente, vous recevrez un signe d'engagement des plus clairs.

BALANCE (24 SEPTEMBRE - 23 OCTOBRE)
Il serait important de réfléchir aux conséquences avant de prendre une décision qui bousculerait votre vie ainsi que celle de vos proches. Votre générosité sera contagieuse et vous sèmerez aussi du bonheur.

SCORPION (24 OCTOBRE - 22 NOVEMBRE)
Quelques changements dans votre alimentation amélioreront considérablement votre santé. Côté cœur, une conversation évitera un conflit dans votre couple et vous guidera vers un engagement plus sérieux entre vous.

SAGITTAIRE (23 NOVEMBRE - 21 DÉCEMBRE)
Vous accomplirez un acte héroïque; notamment, vous pourriez sauver quelqu'un d'une situation fâcheuse, ne serait-ce qu'en l'ayant écouté pendant quelques minutes et en lui ayant rendu le sourire.

CAPRICORNE (22 DÉCEMBRE - 20 JANVIER)
Si vous prévoyez déménager bientôt, vous commencerez à faire des démarches de plus en plus sérieusement. Notamment, vous dénicherez un logement qui vous conviendra parfaitement ainsi qu'à toute la famille.

VERSEAU (21 JANVIER - 18 FÉVRIER)
Vous aurez passablement de punch en ce qui concerne l'art de s'exprimer. Vous ne passerez pas par quatre chemins pour manifester votre désaccord. On vous craindra et vous respectera ensuite d'une manière ou d'une autre.

POISSONS (19 FÉVRIER - 20 MARS)
Afin d'être au comble du bonheur en couple, il serait important de briser la routine avec votre douce moitié et de vous exprimer davantage. Vous considérerez également l'idée de vivre ensemble si ce n'est pas déjà le cas.

Petites annonces classées

un seul numéro 1 866 637-5236

Ouvert de 8 h 30 à 12 h
et de 13 h à 16 h 30

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

135 Propriétés commerciales à vendre

SAINT-ADOLPHE-D'HOWARD, bâtisse commerciale à vendre au coeur du village, 30'X40' et 14' hauteur, porte garage 16'X12', terrain 1,391.8 mètre carré, 819-323-1880

160 Terrains à vendre

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 69 900$

Christian : **514 953-5777**

>P000377-1

205 Logements / appartements à louer

2-1/2 rez-de-chaussée maison privée, St-Sauveur. Meublé, chauffé, entrée privée, pas d'animaux, références, 750$, 514-577-6256

4-1/2 bas duplex + sous-sol, Ste-Adèle, entrées laveuse/ sécheuse. Libre 1er juillet. 750$ 514-247-1722

205 Logements / appartements à louer

3-1/2, 4-1/2, 5-1/2
Ste-Agathe, secteur tranquille. Grands, chauffés, éclairés. Repeints. Espaces rangement. Stationnement.
514-212-0482

4-1/2 neufs style condo, à Ste-Agathe, spacieux, avec garage et climatisation. À partir 1095$/ mois. Non-fumeurs. Animaux interdits. Chantal Bélisle. Faite vite pour réserver votre place! laporteimmoconstruction.com 514-772-2942

205 Logements / appartements à louer

3-1/2 semi sous-sol, village Morin-Heights, propre, ensoleillé, stationnement, 2 électros inclus, 1er avril, 555$, 450-512-2879

À Ste-Adèle, coeur du village, 4-1/2, balcon, terrasse, stationnement. Non-fumeur. 1er juillet. 675$/ mois. 514-953-0384

5-1/2 (890$) style condo, foyer, 2 étages, planchers flottants. Lafontaine. 1er juillet 450-475-6097, 514-814-6097

STE-ADÈLE: 4-1/2, disponible 1er juillet. Non-fumeur. Tranquille, très propre, près de tous services. Pas d'animaux. 450-530-5787

STE-ADÈLE: Centre-ville, 4-1/2 5-1/2, 1 mois gratuit. Libres À partir de 650$. 450-229-7070

225 Propriétés à louer

MAISON/ Duplex rénovés, 950$, possibilité option d'achat. Saint-Sauveur environs. Financement disponible. Aucune mise de fond. 514-212-4644

225 Propriétés à louer

MONT-GABRIEL, 1504 Versant Sud, Ste-Adèle. Maison bi-familiale, 3 chambres, bois franc, foyer, mezzanine, plafond cathédrale, balcon. Au pied de pente de ski, golf, tennis 1,475$, non chauffée. 1er juillet. 514-825-4003

230 Logements / appartements / prop. recherchés à louer

CHERCHE 5-1/2 ou + dans l'axe Prévost/ Val-David. 2 s.d.b. serait idéal. Terrasse ou poêle à bois serait bien apprécié. Normand 514-576-5423

245 Chambre à louer

! St-Antoine: 440$ tout inclus. Internet. Laveuse, sécheuse. Stationnement. Non-fumeur. Libre. Bienvenue aux aînés 514-885-0348

245 Chambre à louer

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.

275 Commerces / magasins à louer

SAINT-ADOLPHE-D'HOWARD, bâtisse commerciale à louer au coeur du village, 30'X40' et 14' hauteur, porte garage 16'X12', terrain 1,391.8 mètres carré. Libre immédiatement, 819-323-1880

270 Bureaux / locaux à louer

270 Bureaux / locaux à louer

SAINT-SAUVEUR

À LOUER LOCAL COMMERCIAL

NOUVELLE CONSTRUCTION

Sur la rue Principale (près de l'hôtel de ville)

1 500 à 6 000 P.C.

157 Principale

INFORMATION : 514 953-5777

>P000425-1

270 Bureaux / locaux à louer

270 Bureaux / locaux 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

P000116

310 Divers à vendre

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

P000287-1

365 Poêle / Fournaise / Bois de foyer

100% bois franc, sec ou semi-sec, en quartier ou en bûche, livraison ou autocueillette. Ouvert à l'année. L'environnement du nord, 43 Chemin du Lac-Adair, à Ste-Hippolyte. Visa/ MasterCard acceptées. 450-563-3139

BOIS semi-sec 100% bois franc. Bois fendu ou en bûches. 514-795-0424

310 Divers à vendre

CABANONS
(remises de jardin)

10 x 12 : **2 625$**

10 x 16 : **3 175$**

12 x 16 : **3 625$**

15 x 20 : **5 100$**

15 x 30 : **6 850$**

Autres grandeurs disponibles.

RBQ #8213-9338-04.

450 632-0007

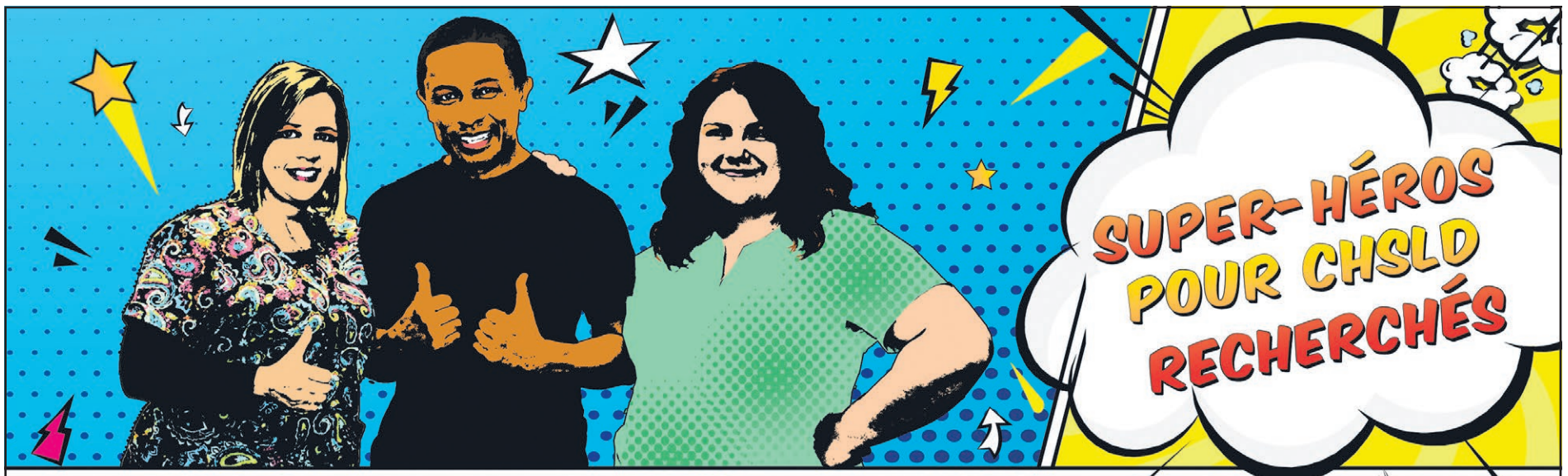
>P000288-1

404 Services domestiques offerts

SERVICE d'aide à domicile: entretien ménager, préparation repas, commissions. Diane Guindon. 450-565-4499

415 Massothérapie / Soins thérapeutiques

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



P001640-1

415 Massothérapie / Soins thérapeutiques

MASSAGE très relaxant pour bien vous détendre, St-Jérôme, 514-370-8754 Carole

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)

TAROT, soins énergétiques dans le confort de votre foyer. Geneviève. 450-712-0763

440 Déménagement / Transport / Entreposage

DÉMÉNAGEMENT: Écoloine avec remorque fermée, service professionnel, 20 ans d'expérience, 1 homme, 65$/heure. 819-324-8200

446 Peinture / décoration

Peintre, réparation de plâtre, joints. Homme d'expérience. Propre et minutieux 514 946-6353

>P000378-1

440 Déménagement / Transport / Entreposage

DÉMÉNAGEMENT petit et grand à partir de 75$ de l'heure avec assurances. Camion 26'. Demandez Jean-Luc, 450-694-0022.

442 Constructions / Rénovations / Réparations

HOMME À TOUT FAIRE
Peinture, réparation de plâtre, rénovations de toutes sortes, travaux intérieurs/ extérieurs, travaux propres et soignés, 20 ans d'expérience. Références sur demande. 7/7. Nicholas, **514-264-7385 cell. 450-226-6095** (maison Saint-Sauveur). Estimation gratuite! **NETTOYAGE DE GOUTTIERES**

446 Peinture / décoration

! Peintre! À bas prix. Intérieur/ extérieur, 28 ans d'expérience. Satisfaction garantie. Estimation Gratuite Daniel 450-512-6200

Donnez à la mémoire de ....
Fondation Pallia-Vie

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 1993
Spécialité bardeaux d'asphalte
Installation de gouttières sans joints
450 226-3843 • www.silanictoitures.com

448 Lavage / Nettoyage

LAVAGE DE VITRES NETTOYAGE DE GOUTTIÈRES
Lavage de vitres et moustiquaires, 20 ans d'expérience. Références sur demande. Travail propre et soigné. Nicholas, 514-264-7385 cell. 450-226-6095 (Maison Saint-Sauveur). Estimation gratuite.

480 Toitures / Couvreurs

TOITURE A.F.
Bardeaux d'asphalte, cèdre, membrane resisto. **Service d'urgence.** Estimation gratuite. 819-321-5171

483 Compagne compagnon

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

555 Argent à prêter

FINANCEMENT HYPOTHÉCAIRE PRIVÉ ET AUTOMOBILES À VENDRE. Service rapide peu importe votre région. Aucun cas refusé, léger dépôt. Conditions de financement flexible. Financement Brisson 1-866-566-7081 www.automobilebrisson.com

585 Services financiers divers

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

605 Emplois divers

RESSOURCE intermédiaire (déficience intellectuelle) cherche intervenant(e), de jour. Bon salaire. Formation donnée sur place. Situé à 15 min de Ste-Agathe ou Val-David ou Ste-Adèle. Message: alain lessard10@gmail.com ou nous contactez: 450-240-5197

660 Services domestiques

FEMME de ménage demandée. Doit être disponible marid ou jeudi, (hebdomadaire). Références requises. 450-224-8276

845 Prières Remerciements

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

Emplois

LES MARCHÉS **Tradition** ST-HIPPOLYTE

RECHERCHE

BOUCHER(ÈRE)

- **2 postes disponibles Temps plein et temps partiels**
- Emploi permanent
- Avantages sociaux disponibles
- Salaire au-dessus du marché
- Bonus après 3 mois
- Flexibilité des heures
- Expérience requise
  (formation disponible pour le poste temps partiel)

POUR PLUS D'INFORMATION COMMUNIQUEZ AVEC NOUS
emploi@groupegfg.com
2280, chemin des Hauteurs, St-hippolyte
450-563-2145

>P001663-1

Depuis l'obtention de son permis de CHSLD privé

Les Résidences Desjardins (Saint-Sauveur) Inc.

opère maintenant sous le nom de

Centre d'hébergement et de soins de longue durée L.-B.- Desjardins Inc. (CHSLD L.-B.- Desjardins Inc.)

LES POSTES RECHERCHÉS À CE JOUR SONT :

Nous offrons la formation :

- **Préposées / préposés aux bénéficiaires** (temps partiel régulier)

- **Aide Cuisinière**
- **Femme de chambre** (Temps partiel régulier)
- **Infirmier(ière)** (Temps partiel régulier)
- **Ergothérapeute** (temps partiel régulier)
- **Nutritionniste** (temps partiel ou sur appel)
- **Infirmiers / infirmières auxiliaires** (temps partiel régulier)

Pour toute information, contactez les ressources humaines au :
Poste #227 : Manon Desjardins
Poste #226 : Fannie Desjardins

Direction des ressources humaines
55, rue Hochar, Ville de Saint-Sauveur (Qc) JOR 1R6
Télécopieur : 450 227-6186
Courriel : manon@residencedesjardins.com
Pour information : 450 227-2241 poste 227

P000426-6

RECRUTEZ VOTRE PERSONNEL

avec Accès Le Journal des Pays-d'en-Haut

CONTACTEZ VOTRE REPRÉSENTANTE 450 227-7999
TOMBÉE LE VENDREDI À 17H

SUIVEZ-NOUS SUR
facebook.com/journalacces@LeJournalAcces

MAISON WILFRID-GRIGNON EN MODE RECRUTEMENT

On recherche des **GENS DE COEUR** **PRÉPOSÉ-E AUX BÉNÉFICIAIRES**

FAIS-NOUS PARVENIR TON CV
par courriel : anne-renee.thibault@groupesantearbec.com
par la poste : Maison Wilfrid-Grignon
195, boul. de Sainte-Adèle
Ste-Adèle QC J8B 1A9

Salaire de base de 14 $ (diplôme non requis)
Reconnaissance des acquis et diplôme (salaire bonifié)
Programme de formation pour devenir PAB dans notre résidence – Renseigne-toi

Viens Voir
groupesantearbec.com/ri/wilfrid-grignon
#ICIJSUISPASUNNUMÉRO

Maison Wilfrid-Grignon
Groupe Santé Arbec — Passionnés par les aînés

>P001567-1

Avis public

Ville de Saint-Sauveur

AVIS D'APPEL D'OFFRES

Contrôle qualitatif pour quatre (4) projets de réfection routière de 2020
Numéro de projet : 20-GE-SP16

La Ville de Saint-Sauveur demande des soumissions publiques pour les services professionnels d'une firme spécialisée dans la mécanique des sols pour la réalisation du contrôle qualitatif sur quatre (4) différents projets de réfection routière principalement situés en secteur non urbanisé.

Les soumissions, transmises dans une enveloppe scellée, doivent être reçues **avant 10 h, le jeudi 30 avril 2020** au Service du greffe situé à l'hôtel de ville de la Ville de Saint-Sauveur (1, place de la Mairie, Saint-Sauveur, Québec, J0R 1R6). Elles seront ouvertes dès 10 h 01.

Les personnes et les entreprises intéressées par ce contrat peuvent se procurer les documents de soumission en s'adressant au Service électronique d'appels d'offres (SEAO) en communiquant avec un de ses représentants par téléphone au 1 866 669-7326 ou au (514) 856-6600, ou en consultant le site Internet www.seao.ca. Les documents peuvent être obtenus au coût établi par le SEAO à compter du **8 avril 2020 (numéro de référence : 1360904**).

La Ville de Saint-Sauveur ne s'engage à accepter ni la plus basse ni aucune des soumissions reçues, et ce, sans aucune obligation d'aucune sorte envers le ou les soumissionnaires.

Pour toute question, les soumissionnaires peuvent s'adresser à monsieur Patrick Gariépy, directeur du Service des travaux publics et génie – pgariepy@ville.saint-sauveur.qc.ca

Fait à Saint-Sauveur, ce 8 avril 2020.

Le greffier adjoint
Yan Senneville, OMA

>P001646-1

municipalité de SAINT-ADOLPHE-D'HOWARD

AVIS DE VENTE PAR SOUMISSIONS

VENTE DE BIENS MUNICIPAUX APPARTENANT À LA MUNICIPALITÉ DE SAINT-ADOLPHE-D'HOWARD

En vertu de la résolution no2020-02-023, la municipalité de Saint-Adolphe-d'Howard désire mettre en vente par voie de soumissions publiques, un camion usagé de marque Chevrolet, modèle Express 3500, 2004.

Le bien est vendu dans son état actuel, tel que vu et sans garantie. Le descriptif détaillé de ce bien, de même que les conditions régissant cette vente, est reproduit dans son intégralité via la page d'accueil du site Internet de la Municipalité au www.stadolphedhoward.qc.ca et est également disponible au Service de l'administration de l'hôtel de ville, situé au 1881, chemin du Village à Saint-Adolphe-d'Howard.

L'ouverture des soumissions se fera le jeudi 30 avril 2020 à 10 h 30, vous devez donc nous faire parvenir vos soumissions avant cette date, sous enveloppe scellée, adressée au Service de l'administration de l'hôtel de ville, situé au 1881, chemin du Village à Saint-Adolphe-d'Howard.

Inspection du camion usagé

Les soumissionnaires pourront examiner le bien sur rendez-vous seulement, en téléphonant au 819 327-2244 poste 222.

Saint-Adolphe-d'Howard, le mercredi 8 avril 2020

Marie-Hélène Gagné
Directrice des finances et directrice générale adjointe

>P001649-1

Avis public

Avis de cession des dossiers

Aux clients de Stéphane Dumont, évaluateur agréé.
La présente a pour but de vous informer que suite à la cessation des opérations de Valorem Analyse immobilière, les dossiers détenus par Stéphane Dumont É.A. sont cédés en date du 1 avril 2020 à :

Julien Bruyère, É.A.
Évaluation Bruyère et Charbonneau
969 rue St-Jovite bur. 103
Mont-Tremblant (J8E 3J6)
819-425-8668
julien@evaluationtremblant.com

COPIE DU PRÉSENT AVIS EST TRANSMIS À L'ORDRE DES ÉVALUATEURS AGRÉÉS DU QUÉBEC.
Fait à Mont-Tremblant le 25 mars 2020

Julien Bruyère É.A.

>P001604-1

SUIVEZ-NOUS SUR
facebook.com/journalacces@LeJournalAcces

Crématel
Simplement la CRÉMATION^MD
• Sans embaumement
• Sans cercueil
• Sans exposition
Transport du corps directement au crématorium
283, Labelle
Saint-Jérôme
Tél.: 450 431-7700
Sans frais: 1 888 510-1112
www.crematel.com
P001472-1

Cartes professionnelles

ABATTAGE ET ÉMONDAGE

>P001439-1

ÉCRITURE

CONSTRUCTION

NOUS ACHETONS VOTRE TERRAIN RÉSIDENTIEL
450 226-3959

ENTRAIDE

L'ALCOOL EST-IL UN PROBLÈME POUR VOUS?
AA
ALCOOLIQUES ANONYMES
PEUT VOUS AIDER
450 227-4420
P000423

Ville de Saint-Sauveur

AVIS PUBLIC

CONSULTATION ÉCRITE
(en remplacement du processus d'enregistrement des personnes habiles à voter – COVID-19)

PRENEZ AVIS que, dans le contexte de la pandémie du COVID-19 (coronavirus), l'arrêté ministériel 2020-008 de la ministre de la Santé et des Services sociaux du 22 mars 2020 propose une procédure alternative aux procédures décisionnelles municipales nécessitant le déplacement ou le rassemblement de personnes.

Ainsi, l'arrêté ministériel 2020-008 permet la suspension de ces procédures, selon les modalités suivantes :

- les deux tiers des membres du conseil votent pour qu'un acte soit désigné prioritaire ;
- la procédure soit remplacée par une consultation écrite annoncée 15 jours au préalable par un avis public et que tout acte pris à la suite d'une telle procédure de remplacement ne soit pas soumis à l'approbation des personnes habiles à voter.

ACTE DÉCLARÉ PRIORITAIRE PAR LE CONSEIL

Suivant ce décret, l'acte suivant a été désigné comme prioritaire par les membres du conseil de la Ville de Saint-Sauveur lors de la séance extraordinaire du conseil du 6 avril 2020 :

Règlement d'emprunt 484-01-2020 décrétant une dépense et autorisant un emprunt de 750 000 $ pour la mise aux normes d'un tronçon de l'avenue Saint-Denis

Objet : ce règlement vient modifier une clause de taxation pour le règlement 484- 2019

PROCÉDURE DE CONSULTATION ÉCRITE

L'acte prioritaire est soumis à la consultation écrite des citoyens, à titre de procédure de remplacement, et tous les documents qui leur sont relatifs peuvent être consultés sur le site Internet de la Ville (www.ville.saint-sauveur.qc.ca).

Ainsi toute personne peut transmettre ses commentaires écrits relativement à ce règlement d'emprunt **jusqu'au 24 avril 2020 à 12 h** de la manière suivante:

- par la poste, au 1, Place de la Maire, Saint-Sauveur (Québec) J0R 1R6
- par courriel au greffe@ville.saint-sauveur.qc.ca

Toute personne doit s'identifier avec son nom, l'adresse ou numéro de lot visé sur le territoire de la ville de Saint-Sauveur.

Le résultat de la procédure de consultation écrite sera annoncé lors de la première séance du conseil municipal qui suit la fin de la période de consultation.

Pour de plus amples informations, nous vous invitons à communiquer par courriel à greffe@ville.saint-sauveur.qc.ca

FAIT À SAINT-SAUVEUR, ce 8 avril 2020.
Le greffier adjoint,
Yan Senneville, OMA

>P001650-1

RECRUTEZ VOTRE PERSONNEL

avec

Accès LE Journal des Pays-d'en-Haut

CONTACTEZ VOTRE REPRÉSENTANTE
450 227-7999

TOMBÉE LE VENDREDI À 17H

Accès LE Journal des Pays-d'en-Haut

PROPRIÉTAIRE Josée Pilotte | CHEF DE PUPITRE Françoise Le Guen | JOURNALISTE MULTIMÉDIA Ève Ménard | ADJOINTE À LA DIRECTION Jacinthe Neault | CONSEILLÈRES PUBLICITAIRES Camille Vaillancourt • Pascale Arcand • Isabelle Monette COLLABORATEURS Mimi Legault • Jean-Claude Tremblay • Luc Robert | INFOGRAPHIE Marie-Eve Lapointe • Daniel Calvé Daniel Berthier | NOUVELLES TECHNOLOGIES ET MULTIMÉDIA Pier Savard | AGENT AUX COMMUNICATION Antoine Gascon | OPÉRATIONS ET ADMINISTRATION Josée Ménard | FACTURATION Mélanie Gosselin | IMPRESSION Trans-Mag | DISTRIBUTION Transcontinental | DÉPÔT LÉGAL Bibliothèque nationale du QuébecISSN 14808643
ADRESSE 11, rue Robert, St-Sauveur, J0R 1R6 | 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 24 611 exemplaires et distribué gratuitement de Saint-Jérôme à Val-David. 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 170 $ +tx.

Financé par le gouvernement du Canada | Canada

Tirage certifié Hebdos Québec inc.

Mon hebdo j'y crois

PEFC PEFC/01-31-106 Certifié PEFC Ce produit est issu de forêts gérées durablement et de sources contrôlées www.pefc.org

PROFESSIONNELS!
AFFICHEZ-VOUS
DANS VOTRE HEBDO !

Camille Vaillancourt
Conseillère publicitaire
(Ste-Anne-des-Lacs, Piedmont, St-Sauveur, Morin-Heights)
450 227-7999
camille@journalacces.ca

Pascale Arcand
Conseillère publicitaire
(Ste-Adèle, St-Adolphe-d'Howard, Ste-Marguerite)
450 227-7999
Cell: 450 630-3011
pascale@journalacces.ca

CONTACTEZ
NOS REPRÉSENTANTES
450 227-7999

Donnez à la mémoire de ....

Fondation Pallia-Vie

385, rue Lebeau,
Saint-Jérôme (Québec)
J7Y 2M8
450 431-0488
www.pallia-vie.ca

Municipalité de
Sainte-Anne-des-Lacs

À TOUS LES ÉLECTEURS DE LA MUNICIPALITÉ DE SAINTE-ANNE-DES-LACS

RECONDUCTION DE LA DIVISION DU TERRITOIRE DE LA MUNICIPALITÉ DE LA PAROISSE DE SAINTE-ANNE-DES-LACS EN SIX (6) DISTRICTS ÉLECTORAUX

Avis est, par la présente, donné par monsieur Jean-Philippe Gadbois, directeur général et secrétaire-trésorier, le 1er jour d'avril 2020, que la Commission de la représentation électorale a confirmé que la Municipalité remplit les conditions pour reconduire la division du territoire de la Municipalité en six (6) districts électoraux représenté chacun par un conseiller municipal et délimité de façon à assurer un équilibre quant au nombre d'électeurs dans chacun d'eux et quant à leur homogénéité socio-économique.

Les districts électoraux se délimitent comme suit :

- District électoral numéro 1 (515 électeurs)

  En partant d'un point situé à la rencontre des chemins du Bouton-d'or et des Edelweiss Sud, la ligne arrière du chemin des Edelweiss Sud (côté nord-est), la ligne arrière du chemin des Edelweiss (côté nord-est), la ligne arrière du chemin des Épinettes (côté nord-est), le prolongement de cette ligne arrière, la limite municipale, le prolongement de la ligne arrière du chemin des Chêneaux (côté ouest), cette ligne arrière, la ligne arrière du chemin des Canards (côté nord), le prolongement de cette ligne arrière, la ligne arrière du chemin des Campanules (côtés est et sud), la ligne arrière du chemin de Sainte-Anne-des-Lacs (côté est), la ligne arrière du chemin des Cerisiers (côté sud-est) et son prolongement jusqu'au point de départ.

- District électoral numéro 2 (530 électeurs)

  En partant d'un point situé à la rencontre des chemins des Canards et des Aigles, la ligne arrière du chemin des Canards (côté nord), la ligne arrière du chemin des Chêneaux (côté ouest), le prolongement de cette ligne arrière, la limite municipale, la ligne arrière du chemin des Loriots (côté est), la ligne arrière du chemin des Lucioles (côté est), la ligne arrière du chemin des Lilas (côté est), le chemin des Cèdres, le prolongement de ce chemin, le prolongement de la ligne arrière du chemin des Cerisiers (côté sud-est), cette ligne arrière, la ligne arrière du chemin de Sainte-Anne-des-Lacs (côté est), la ligne arrière du chemin des Campanules (côtés sud et est), le prolongement de la ligne arrière du chemin des Canards (côté nord) et cette ligne arrière jusqu'au point de départ.

- District électoral numéro 3 (524 électeurs)

  En partant d'un point situé à la rencontre des chemins des Perce-Neige et Godefroy, la ligne arrière du chemin des Perce-Neige (côté ouest), le prolongement du chemin des Perce-Neige jusqu'au centre du lac Marois, une ligne droite jusqu'à l'intersection des chemins du Muguet et de Sainte-Anne-des-Lacs, la ligne arrière du chemin de Sainte-Anne-des-Lacs (côté sud-est), la ligne arrière du chemin des Noyers (côté est), la ligne arrière du chemin des Montagnes (côtés sud, est et nord), la ligne arrière du chemin des Noyers (côtés est et nord), la ligne arrière du chemin des Noix (côté est), le prolongement de ce chemin, la limite municipale, le prolongement de la ligne arrière du chemin des Épinettes (côté nord-est), cette ligne arrière, la ligne arrière du chemin des Edelweiss (côté nord-est), la ligne arrière du chemin des Edelweiss Sud (côté nord-est), le prolongement de la ligne arrière du chemin des Cerisiers (côté sud-est), le prolongement du chemin des Cèdres, ce chemin, la ligne arrière du chemin des Lilas (côté est), la ligne arrière du chemin des Lucioles (côté est), la ligne arrière du chemin des Loriots (côté est), la limite municipale, une ligne droite passant au nord du chemin des Marguerites jusqu'à l'intersection des chemins Fournel et Godefroy et la ligne arrière du chemin Godefroy (côté nord) jusqu'au point de départ.

- District électoral numéro 4 (509 électeurs)

  En partant d'un point situé à la rencontre des chemins Fournel et Godefroy, une ligne droite passant au nord du chemin des Marguerites, la limite municipale, le ruisseau du lac Canard, la ligne arrière du chemin Paquin (côtés sud et ouest), le prolongement de la ligne arrière du chemin des Pivoines (côté sud-est), cette ligne arrière, la ligne arrière du chemin des Pivoines (côté sud-ouest) et la ligne arrière du chemin Godefroy (côté nord) jusqu'au point de départ.

- District électoral numéro 5 (534 électeurs)

  En partant d'un point situé à la rencontre de la limite municipale et du prolongement du chemin des Noix, ce prolongement et la ligne arrière de ce chemin (côté est), la ligne arrière du chemin des Noyers (côtés nord et est), la ligne arrière du chemin des Montagnes (côtés nord, est et sud), la ligne arrière du chemin des Noyers (côté est), la ligne arrière du chemin de Sainte-Anne-des-Lacs (côté sud-est) jusqu'à l'intersection du chemin du Muguet, une ligne droite jusqu'au centre du lac Marois, une ligne droite jusqu'à l'intersection des chemins de Sainte-Anne-des-Lacs et Beakie, la ligne arrière du chemin de Sainte-Anne-des-Lacs (côté sud), la ligne arrière du chemin de l'Obier (tous côtés), la ligne arrière du chemin de Sainte-Anne-des-Lacs (côté sud), la ligne arrière du chemin de l'Omble (tous côtés), la ligne arrière du chemin de Sainte-Anne-des-Lacs (côté sud), la ligne arrière du chemin des Oiseaux (tous côtés), la ligne arrière du chemin de Sainte-Anne-des-Lacs (côté sud), la ligne arrière du chemin des Oliviers (côté sud-est), le prolongement de ce chemin et la limite municipale jusqu'au point de départ.

- District électoral numéro 6 (532 électeurs)

  En partant d'un point situé à l'intersection des chemins de Sainte-Anne-des-Lacs et Beakie, une ligne droite jusqu'au centre du lac Marois, le prolongement du chemin des Perce-Neige, la ligne arrière de ce chemin (côté ouest), la ligne arrière de chemin Godefroy (côté nord), la ligne arrière du chemin des Pivoines (côtés sud-ouest et sud-est), le prolongement de cette ligne arrière, la ligne arrière du chemin Paquin (côtés ouest et sud), le ruisseau du lac Canard, la limite municipale, le prolongement du chemin des Oliviers, la ligne arrière de ce chemin (côté sud-est), la ligne arrière du chemin de Sainte-Anne-des-Lacs (côté sud), la ligne arrière du chemin des Oiseaux (tous côtés), la ligne arrière du chemin de Sainte-Anne-des-Lacs (côté sud), la ligne arrière du chemin de l'Omble (tous côtés), la ligne arrière du chemin de Sainte-Anne-des-Lacs (côté sud), la ligne arrière du chemin de l'Obier (tous côtés) et la ligne arrière du chemin de Sainte-Anne-des-Lacs (côté sud) jusqu'au point de départ.

Avis est aussi donné que l'avis public de reconduction de la même division est disponible, à des fins de consultation, au bureau du soussigné, à l'hôtel de ville, aux heures régulières de bureau, à l'adresse indiquée ci-dessous. La carte des districts électoraux est disponible sur le site Internet de la Municipalité à l'adresse suivante : https://www.sadl.qc.ca/ dans la section « Administration » / « Élections municipales 2021 »

Avis est également donné que tout électeur, conformément à l'article 40.4, de *la Loi sur les élections et les référendums dans les municipalités* (RLRQ, c. E-2.2), peut dans les quinze (15) jours de la publication du présent avis, faire connaître par écrit son opposition à la reconduction de la division du territoire de la Municipalité en districts électoraux. Cette opposition doit être adressée comme suit :

Monsieur Jean-Philippe Gadbois
Directeur général et secrétaire-trésorier
Municipalité de Sainte-Anne-des-Lacs
773, chemin Sainte-Anne-des-Lacs
Sainte-Anne-des-Lacs (Québec) J0R 1B0

Avis est de plus donné que, conformément à l'article 40.5 de la Loi sur les élections et les référendums dans les municipalités (RLRQ, c. E-2.2) :

le secrétaire-trésorier doit informer la Commission de la représentation électorale que la Municipalité a reçu, dans le délai fixé, un nombre d'opposants qui est égal ou supérieur à 100 électeurs (article 18). Dans ce cas, elle devra suivre la procédure de la division du territoire de la Municipalité en districts électoraux prévue à la section III de la Loi.

DONNÉ à Sainte-Anne-des-Lacs, ce 8 avril 2020

Jean-Philippe Gadbois
Directeur général et secrétaire-trésorier

>P001644-1

La maladie à coronavirus (COVID-19) cause une infection respiratoire pouvant comporter les symptômes suivants :

Fièvre | Toux | Difficultés respiratoires

Se protéger, ça sauve des vies.

Toussez dans votre coude | Jetez vos mouchoirs | Lavez vos mains | Gardez vos distances | Restez à la maison

Québec.ca/coronavirus

1 877 644-4545

Votre gouvernement

Québec

>P001574-1