

Société de l'assurance
automobile

Québec



Opération
Nez rouge^{MC}

Saint-Jérôme



Desjardins

DES EFFETS RETENTISSANTS...

SUR LE PLAN DE LA SÉCURITÉ ROUTIÈRE

**LES EFFETS DIRECTS SUR LA SÉCURITÉ
ROUTIÈRE VIENNENT TOUT DE SUITE À
L'ESPRIT LORSQU'ON PENSE À L'OPÉRATION
NEZ ROUGE.**

Parallèlement à sa campagne de sensibilisation grand public, l'Opération Nez rouge coordonne tout au long de l'année, en collaboration avec différents partenaires, des programmes de sensibilisation destinés à des clientèles ciblées.

Grâce à un partenariat avec Educ'alcool, l'Opération Nez rouge visite depuis 1989 les jeunes du Québec âgés de 16 à 21 ans dans leur milieu scolaire, avec la tournée Party sans dérapage. Chaque mois de novembre, environ 200 établissements reçoivent la tournée interactive qui lance des défis aux jeunes au moyen de plusieurs quiz mettant en vedette les mythes et réalités liés à l'alcool. Le but est de démontrer l'importance d'adopter un comportement responsable en matière de consommation d'alcool et de conduite avec les facultés affaiblies. Un autre programme de sensibilisation vise, pour

sa part, une clientèle adulte. Toujours offerte en collaboration avec Educ'alcool, C'est notre tournée! rejoint les gens dans leur milieu de travail. Annuellement, ce sont plus de 70 conférences interactives qui sont données un peu partout au Québec.

Enfin, offerte par la Société de l'assurance automobile du Québec en collaboration avec l'Opération Nez rouge, la simulation interactive Bouclez-la! est présentée dans les établissements scolaires et lors des événements grand public partout au Québec. Elle vise à sensibiliser la population à l'importance du port de la ceinture de sécurité et aux dangers de la vitesse excessive. Abordant différents thèmes associés au port de la ceinture, elle utilise un moyen tout à fait novateur de sensibilisation, soit un simulateur de tonneaux. Celui-ci permet aux participants d'assister en direct à ce qui se produit au cours d'un accident lorsque le conducteur ou les passagers ne sont pas attachés ou lorsqu'il y a des objets libres dans l'habitacle.

**JEAN-MARIE DE KONINCK,
PRÉSIDENT FONDATEUR
DE L'OPÉRATION NEZ ROUGE**

« Au fil des ans, l'Opération Nez rouge a su se positionner comme un acteur clé en matière de sécurité routière au pays. Nous recevons de nombreux témoignages de gens qui nous disent que notre organisation a contribué à changer leur mentalité à l'égard de la conduite avec les facultés affaiblies, qu'ils ont maintenant le réflexe de prévoir leur retour à la maison avant les sorties où ils savent qu'ils consommeront de l'alcool. C'est très encourageant. »



ST-JÉRÔME
432-3636

En service 24 heures
7 jours
450-432-3636
www.taxistjerome.com

Nous acceptons les coupons Cool Taxi
Interac et Carte de crédit acceptés

PN00615-1

**LA SÉCURITÉ
ROUTIÈRE**
VOUS TIENT À COEUR...



JOIGNEZ-VOUS À L'ÉQUIPE TECNIC!
Pour les emplois disponibles, visitez notre site.

[//tecnic.ca](http://tecnic.ca)

PN00660-1

**CAMPEUR
MIRABEL**
1-866-605-2277

LEER
MORY

PLUS DE 35 ANS À VOTRE SERVICE
Distributeur de boîte de fibre et accessoires de tous genres
www.campeurmirabel.ca

16597, boul. Curé-Labelle Mirabel - 450 431-2277

PN00587-1

Les SERRURIERIS LAURENTIENS
LOCKSMITH

Votre sécurité depuis 50 ans!

Clés automobile - coffre fort - haute sécurité

URGENCE 24/7

440, St-Georges, Saint-Jérôme 450 436-4428

www.lesserrurierslaurentiens.com

ÉCONOMOTO

VOTRE EXPERT DES MOTOS DEPUIS 1987!

ATELIER DE MÉCANIQUE
PIÈCES ET ACCESSOIRES NEUFS ET USAGÉS
MOTOS USAGÉES

825, boul. des Laurentides (Rte 117), Saint-Jérôme, Qc, J7Z 4M7
economoto@live.ca • economotostjerome.com
(450) 432-3111 / (450) 438-7244 PN00664-1

PNEUS BÉLISLE

PNEUS ET MÉCANIQUE
430, boulevard Lajeunesse Ouest
Saint-Jérôme,
450 436-4622

IGA
Saint-Hippolyte

Ouvert tous les jours
de 8h à 22h

Marché Alimentation St-Onge
972, chemin des Hauteurs
Saint-Hippolyte 450 224-5179

Société de l'assurance
automobile
Québec



**Opération
Nez rouge^{MC}**
Saint-Jérôme

Desjardins



MISSION :

Valoriser, par une approche citoyenne non moralisatrice, l'adoption d'un comportement responsable dans toutes situations de facultés affaiblies, en offrant un service de raccompagnement accessible et confidentiel dispensé par et pour la communauté, dont les retombées financières profitent à des organismes locaux dédiés à la jeunesse ou au sport amateur, et en réalisant d'autres programmes de sensibilisation à la consommation responsable et à la sécurité routière.



FONCTIONNEMENT :

Opération Nez rouge est soutenu par des bénévoles et mis en place pour offrir aux automobilistes la possibilité d'aller les reconduire chez eux dans leur propre voiture. Des téléphonistes et répartiteurs s'assurent de prendre les appels et répartir aux bénévoles sur la route : une équipe

de 3 bénévoles se présente avec leur voiture et ramènent la voiture du client jusqu'au lieu de résidence. Ils s'assurent que l'automobiliste est en sécurité, et repartent aider d'autres automobilistes. Ce sont plus de 600 bénévoles qui sont mobilisés à chaque année à St-Jérôme durant la saison d'opération !

En retour, le service est offert gratuitement mais les gens raccompagnés ont le choix de remettre un don. Ce sont près de 10 organisations de la région qui bénéficient de l'argent recueilli durant une campagne Nez rouge.



CENTRALE :

Le partenariat avec L'Académie Lafontaine permet à Opération Nez rouge d'installer sa centrale chez eux. Ils fournissent des installations de qualité, faciles d'accès, avec espaces de stationnement et assez vaste pour accueillir les nombreux bénévoles. Opération Nez rouge

cegep
Saint-Jérôme

**SAINT-JÉRÔME
MONT-TREMBLANT
MONT-LAURIER**

Le Nord

14

POLYTECHNIQUE

Femmes se souviennent

pages 6 à 11



VD
VAPE DEPOT
www.vapedepot.ca

LA PLUS GRANDE CHAÎNE DE
BOUTIQUES D'ARTICLES POUR
VAPOTEURS AU CANADA

PLUS DE
40
BOUTIQUES
AU QUÉBEC

711A, rue Labelle, St-Jérôme | 450-848-4664
630, 5^e avenue, St-Antoine | 579-634-1002

CAHIER DE NOËL
pages 15 à 22

CONCOURS
Bas de Noël
Géant

4 BAS DE NOËL À GAGNER

EN COLLABORATION AVEC
Le Nord

GROUPE
CARBUR

CANADIAN TIRE
St-Jérôme

CARREFOUR DU NORD

Fournisseur Officiel du Père Noël

12 PAIEMENTS MENSUELS ÉGAUX
Minimum 200\$ jusqu'à 499\$ avant taxes

24 PAIEMENTS MENSUELS ÉGAUX
À partir de 500\$ et plus avant taxes

Sortie 45, autoroute 15 nord, St-Jérôme **450 438-3506**

ECONOPLUS

MÉGA VENTE

Jusqu'à

25%

de rabais sur
les meubles, téléviseurs
et électroménagers



Financement disponible

10

magasins pour
mieux vous servir

**Economisez Plus
avec EconoPlus**

ECONOPLUS

636, BOUL. DES LAURENTIDES ST-JÉRÔME 579-634-6262
www.econopluselectromenagers.com

Suivez-nous sur 

PN00423-4

ÉCRIRE, ÇA LIBÈRE !

SAINT-JÉRÔME – Vous êtes invités à participer au Marathon d'écriture d'Amnistie internationale Saint-Jérôme le samedi 7 décembre de 12 h à 16 h à la Vieille-Gare de Saint-Jérôme, 160 rue de la Gare. Il sera présidé par Marie-Josée Gicali, survivante du génocide contre les Tutsis au Rwanda, docteur en Sciences de l'éducation à l'UQAM et auteure. Nadia Salazar et sa troupe de danse multiethnique présenteront aussi une prestation en après-midi. Cette année, des messages d'espoir seront envoyés à 10 jeunes de moins de 25 ans qui ont besoin d'appui pour faire entendre leurs voix. Puisqu'une simple carte de vœux peut sauver une vie, nous comptons sur vous pour faire partie de cet extraordinaire élan de solidarité.



UN DOSSIER DE JEAN-CLAUDE TREMBLAY

ÉCONOMIE – Félicitations à notre chroniqueur économique Jean-Claude Tremblay pour son dossier étoffé sur les fermetures de Lowe's Rona dans notre édition du 27 novembre. Il a réussi à faire un portrait de la situation pour les magasins du secteur Bellefeuille à Saint-Jérôme et celui de Saint-Sauveur. De nombreuses personnes l'avaient contacté pour lui faire part de leurs inquiétudes. Il a su apporter un certain éclairage de la situation. Les messages et commentaires ont été nombreux concernant ce dossier. Bravo cher collègue !



CAP-EMPLOI AIDE LES FAMILLES

CENTRE MARIE-ÈVE – Dans le cadre d'un projet communautaire, un groupe de Cap-Emploi a ciblé les pharmacies et les épiceries afin d'amasser des fonds, des vêtements et des jouets pour les 0-5 ans, qui ont été remis au Centre Marie Ève, organisme qui aide les mamans en devenir et les parents qui vivent des difficultés. Grâce à la participation et la générosité de nombreuses personnes, le projet communautaire a permis de remettre plus de 1 800\$ en argent, en plus de dons en couches, lait pour bébés, produits d'hygiène, jouets et vêtements.



Clinique de denturologie
Michel Allaire d.d.
Denturologiste



POUR UN SOURIRE RESPLENDISSANT

Votre prothèse dentaire nécessite une hygiène adéquate et particulière. La plaque dentaire peut tout aussi bien adhérer à votre prothèse et se durcir pour devenir un dépôt de tartre. Il est donc nécessaire de :

- Brosser la prothèse après chaque repas avec un dentifrice en gel non abrasif.
- Masser vos gencives et votre langue avec une brosse extra douce et se rincer la bouche.
- Utiliser des nettoyeurs à prothèses (capsules, liquide, poudre) de 1 à 2 fois par semaine.
- Remiser la prothèse dans un contenant d'eau pour éviter son assèchement.
- Éviter les produits abrasifs et les javellisants.

La prise de médicaments, la cigarette, le café et le thé peuvent être responsables des taches sur votre prothèse.

>PN00393-5

3, rue de la Gare, Saint-Jérôme
450 432-3331
cliniquedenturologiemichelallaire.ca

FABRICATION de
PROTHÈSES DENTAIRES
RÉPARATION EN 1 HEURE
Service à domicile offert
aux personnes à mobilité réduite



Toujours PLUS
Suivez-nous sur www.journallenord.ca

SIRIUS XM PRÉSENTE:

**ALACLAI ENSEMBLE
ET MARIE GOLD**



LIEU: HÔTEL/SPA MONT GABRIEL

8 DÉCEMBRE 19H30

ACHETEZ VOS BILLETS SUR:

WWW.POPMONTREAL.COM



>PN00631-1



KIMMY CHEDEL

DU WTC À L'AIDE HUMANITAIRE

Françoise Le Guen – Revenue vivre dans la région après le décès tragique de son mari le 11 septembre 2001 à la suite de l'attaque terroriste au World Trade Center à New York, Kimmy Chedel a créé l'équipe Team Frank puis Team Frank Africa pour garder l'esprit de Frank vivant.

« Mon mari était très sportif. C'était pour lui rendre hommage qu'on a choisi Team Frank en mai 2002. Trois semaines avant son décès, il faisait un triathlon à Sainte-Agathe », nous confie Kimmy. Frank Doyle, banquier sénior pour Keefe Bruyette and Woods avait 39 ans lorsqu'il a disparu de la vie de sa femme et ses deux jeunes enfants, Zoë, 2 ans, et Garrett, 1 an.

Le souvenir de ce tragique événement est toujours aussi présent. Elle nous raconte : « Il était dans la tour numéro 2. C'est la deuxième tour à être frappée, mais la première qui s'est écroulée. On s'est parlé pour la dernière fois à 9 h 22. Il était pris au 89^e étage et il m'a dit qu'il était allé au sommet et que les portes étaient verrouillées. Il est revenu au 89^e et m'a demandé d'appeler pour avoir de l'aide ». À 9 h 59, devant la télévision, elle voyait s'écrouler la tour dans laquelle il se trouvait.

LE DEUIL

« Quand mon mari est décédé, je suis allée à Montréal pour voir une psychologue. Elle m'a dit que j'étais jeune et que je vivais trop dans le passé. Elle voulait que je prenne juste deux jours par année pour célébrer Frank, mais les 363 autres jours il fallait absolument qu'on vive dans le présent, créer une vie très saine et positive pour Zoé et Garrett. C'était difficile parce qu'ils étaient tout petits. J'essayais que les journées aient l'air normales et je pleurais beaucoup quand ils s'endormaient le soir. »

« C'était une tragédie qui était énorme et tous les

gens dans le monde savaient ce qui s'était passé. Je suis allée skier en décembre 2001 au Mont-Habitant et, dans les télésièges, un monsieur m'a dit qu'il me connaissait, qu'il m'avait vu aux nouvelles. Tout le monde connaissait mon histoire. »

RETOUR AUX SOURCES

Kimmy est revenue dans les Laurentides pour être proche de ses parents.

« Le mari de beaucoup d'autres familles travaillait pour Frank. Quand la tragédie est arrivée, je recevais des appels de toutes les mamans, on avait toutes perdu nos maris. Même si je trouvais ça dur de ne pas être avec elles, cette façon de guérir, de voyager, d'être avec la famille, le sport, était pour moi plus saine. Même si toutes sortes de causes étaient bonnes comme se battre pour changer les lois pour ne pas laisser rentrer les terroristes, je ne pense pas que ça aurait été bon pour moi. Juste mettre mon attention sur mes deux bébés et venir dans les Laurentides, où j'étais bien reçu et encadré par ma famille et des amis, c'était la meilleure décision. » Frank Doyle est enterré au Cimetière de la petite église de Saint-Sauveur, St-Francis of the Birds, là où ils se sont mariés en 1997.

L'histoire de sa famille est ancrée dans la région. « Mon arrière-grand-père était le pionnier du ski au Québec. En 1911, il est arrivé de Suisse avec cent paires de skis et a créé un hôtel connu dans les années 50/60, le Chalet Cochand. Maintenant c'est le Lac Lucerne. Présent au Musée du ski, il fait partie de l'histoire de Saint-Sauveur. Ma mère Josette Cochand est tombée en amour avec Eugène Chedel, un moniteur de ski arrivé de Suisse en 1959. C'était mon père. Elle est encore vivante et vit à Sainte-Adèle, je prends soin d'elle. »

TEAM FRANK AFRICA

« Avec Team Frank Africa, on va construire notre troisième école au mois de juin. Mes deux enfants adorent ce qu'on fait et étudient dans ce domaine. On a commencé des voyages humanitaires en 2013 et réalisé que c'est ce qu'on voulait faire. »

Après 14 ans avec son nouveau conjoint, François-Claude Paquette, elle le perdait en février 2019. « C'est difficile de perdre deux fois quelqu'un que tu as adoré. Ça me renforce pour faire du bien aux autres et même temps ce n'est pas facile. Mais il y a cette force de voir l'impact de cette équipe (Team Frank Africa) sur les enfants, la famille, les amis; on voyage tous ensemble. Tout le monde a vécu des tragédies. C'est incroyable le support et l'amour que l'on reçoit. Je n'aurais jamais pu l'imaginer, mais c'est devenu extraordinaire. »

Kimmy Chedel

CE QUE NOUS SOMMES UN SERVICE PROFESSIONNEL ATTRACTIF À LA FOIS POUR LES PME ET LES GRANDES ORGANISATIONS CAR COMPLET ET ABORDABLE.

COMMENT L'INTELLIGENCE D'AFFAIRES PEUT VOUS AIDER À ACCROÎTRE VOTRE PERFORMANCE

NOTRE OBJECTIF

VOUS AIDER À RÉALISER DE MEILLEURS REVENUS EN ATTEIGNANT VOS OBJECTIFS

Orym

BIEN OUTILLER POUR TROUVER LE BON CHEMIN

995, RUE MAHER, SUITE 301, #24,
SAINT-JÉRÔME QC J5L 0A8

WWW.ORYM.CA





MIMI LEGAULT
mimilego@cgocable.ca

D'abord le contexte, suivez-moi. Une résidence pour personnes âgées. Il fait froid, c'est humide. Il est presque 17 heures. Je me trouve dans l'entrée de la résidence. Le sol est gelé, c'est glacé, on n'y voit pas grand chose. Une voiture luxueuse vient s'immobiliser non loin de la porte. Une dame d'un âge avancé débarque lentement et avance péniblement à petits pas incertains. La conductrice la regarde aller tout en demeurant bien au chaud dans son auto. Je m'avance pour lui ouvrir la porte lorsque ce qui semble être sa fille ou une proche de la famille (elle la tutoie...), descend sa vitre d'auto et lui crie : ça ne te tente pas d'apporter ton sac d'épicerie?

MERCI MADAME

L'octogénaire se retourne en souriant, revient avec autant de difficulté à se déplacer, ouvre la portière, reprend son sac et la remercie. L'auto démarre aussitôt sans attendre que la dame arrive vivante à bon port.

Je suis allée à sa rencontre. Comme si elle avait deviné mes pensées, elle m'a dit avec douceur : merci madame, tout va bien. J'étais triste comme un lendemain de veille. Ça m'a foutu les blues. Sommes-nous à ce

point devenus des huissiers sans âme? Ou des robots format Costco? Le plat de la vieillesse est déjà assez lourd sur l'estomac sans ajouter dans la recette une pincée de sarcasme, une cuillerée d'indifférence et de fromagisme pour gratiner.

L'autre jour, une dame me téléphone pour écrire sa biographie. Sa voix la trahit, d'après moi elle ne dépasse pas la trentaine. Je lui réponds qu'elle est un peu jeune pour ça. Pourtant, rétorque-t-elle, j'ai 83 ans bien sonnées. Bouche bée... Je propose une date pour nous rencontrer. Je travaille encore 40 heures par semaine, je n'ai que mes fins de semaine libres. Ben là... J'ose lui demander dans quel secteur. Opératrice de machine, m'avoue-t-elle. Voyez? 83 ans! Et pas question d'arrêter même si ses enfants la harcèlent de le faire.

Luella Tyra avait 92 ans en 1984 quand elle prit part à une compétition internationale dans cinq catégories en Californie. Loyd Lambert à 87 ans était un skieur émérite et s'occupait d'un club de ski pour le 70 et plus. Ce club comptait 3286 membres dont un allait allègrement vers ses 97 ans. À 80 ans, Maggie Kuhn était l'ardente défenseuse, la porte-parole des Seniors Panthères Grises. Il y en a comme ça qui refusent de vieillir et qui s'accrochent furieusement à la vie. D'ailleurs, dans le mot vieillir il y a ces trois premières lettres : vie...

Personnellement je fréquente deux personnes âgées dont l'une est atteinte d'Alzheimer et qui habitent désormais une unité prothétique. Je peux arriver à toute heure du jour, les préposées s'en occupent avec amour et grande patience.

J'ai justement demandé à l'une d'elles quel était le montant d'argent gagné à l'heure. Pathétique. Ces préposés (es) mériteraient le double du salaire qu'ils gagnent. Ma foi, ils sont des héros quotidiens. Je le réalise chaque fois que je visite ma belle Eva (nom fictif).

Les gens âgés ont besoin de bien peu de chose, mais de ce peu-là, ils en ont terriblement besoin. L'une des résidences où je me rends régulièrement s'occupe de 132 personnes. Un jour, quelqu'un de la place m'a avoué que plus d'une dizaine de résidents ne recevaient jamais de visite. On les avait déposés là avec leur petite valise. Ça me rappelle cette phrase déjà citée : un jour, mon grand-père s'est penché vers son passé, il est tombé dans l'oubli...

La ministre Marguerite Blais vient d'annoncer un méga projet pour humaniser les lieux où vivent les gens âgés. Une bouffée d'air frais. La CAQ a compris qu'il fallait bien que vieillesse se passe. Merci madame Blais.



Une entreprise environnementale GFL.

**URGENCE
ENVIRONNEMENT**
FORMATION • SAUVETAGE • SURVEILLANCE

- Pour tous services de :
- Analyse de risque des espaces clos
 - Formation en espace clos
 - Formation de sauvetage en espace clos
 - Formation d'appareil de protection respiratoire
 - Sauvetage en espace clos
 - Surveillance en espace clos
 - Test d'étanchéité (Fit Test)
 - Urgence environnementale

DISPONIBLE 24/24H 365 JOURS/ANNÉE
514 666-6386 poste 231 pour l'espace clos
676 Rue de Martigny O, Saint-Jérôme, J5L 1Z6

PN00599-1



**LOUEZ DÈS MAINTENANT
POUR LE 1^{ER} JUILLET**



**RECEVEZ UNE PRIME DE
BIENVENUE DE 1 000 \$***



La Voile
APPARTEMENTS LOCATIFS DE LUXE
POUR 55 ANS ET PLUS

1900 Rue des Francs-Bourgeois
Boisbriand

3-1/2 • 4-1/2 • 5-1/2
à partir 1140 \$* à partir 1690 \$* à partir 2045 \$*

- 6 Électroménagers, incluant laveuse-sécheuse
- Climatisation et contrôle de température individuel
- Téléphone + câble + Internet inclus* (service de base)
- Piscine intérieure au sel menant aux terrasses avec BBQ
- Salle de conditionnement physique + golf virtuel
- Salons de style lounge avec table de billard, bistro et salle à manger privée
- Personnel de gestion sur place 24 heures sur 24

**LOUEZ
AUJOURD'HUI 450 987-4662**
lavoileboisbriand@realstar.ca
LouerLaVoileB.com

* Prime de bienvenue : pour un temps limité sur certains appartements, offre soumise à certaines conditions. Certains appartements. Les prix, les offres promotionnelles, la disponibilité et les caractéristiques peuvent varier. Les photos pourraient ne pas correspondre aux vraies finitions dans les appartements. Des restrictions quant aux animaux de compagnie peuvent s'appliquer. Téléphone, Internet et câble de base seulement. Des forfaits plus complets sont offerts par le fournisseur de service moyennant des frais supplémentaires. Sous réserves d'erreurs ou omissions.

30^e anniversaire de la tragédie de Polytechnique

30 ANS PLUS TARD Des changements ?

Le 6 décembre 1989, Marc Lépine faisait irruption à l'École polytechnique de Montréal armé d'une carabine et d'un couteau. Cet attentat antiféministe a coûté la vie à 14 jeunes femmes, simplement parce qu'elles étaient des femmes. À l'époque, la société québécoise a eu du mal à voir la tragédie pour ce qu'elle est : un féminicide. Et pas n'importe quelles femmes, de futures ingénieures, dans un milieu majoritairement masculin. Il aura fallu 30 ans pour nommer ce qui s'est passé.

Le 6 décembre prochain, il y aura les cérémonies, des discours, des silences. Dans notre société où tout va trop vite et où l'on ne prend pas le temps de s'arrêter, le journal Accès et le journal Le Nord ont choisi de donner la parole à 14 femmes de la région. Pour prendre le temps, pour écouter, pour se rappeler et réfléchir. **Est-ce que la secousse a créé un électrochoc qui a changé le cours de notre société ? Les femmes sont-elles traitées équitablement dans les domaines où le masculin domine ? Après la tuerie comment les couples ont-ils éduqué leurs enfants ? Comment les hommes ont-ils trouvé leur place ?**

Menée par une entrepreneure qui défonce les plafonds de verre depuis plus de 20 ans, notre équipe, majoritairement féminine, et dont l'âge varie entre 19 et 60 ans, s'est sentie interpellée et inspirée par le sujet. En 1989, certaines de nous n'étaient pas encore nées tandis que d'autres étaient déjà des mères. Preuve que le sujet transcende les générations et les unit, chacun et chacune n'a pas hésité à s'impliquer dans ce projet d'envergure pour nos journaux, qui s'est échelonné sur un mois. Nous sommes très fiers aujourd'hui de vous révéler ce reportage que l'on considère essentiel, révélateur et surtout, inspirant.

On simule donc ici une conversation entre 14 femmes de la région des Laurentides, afin d'honorer la mémoire des 14 étudiantes décédées il y a 30 ans. Il s'agit de 14 femmes fortes, persévérantes, déterminées et ambitieuses; des femmes qui font une différence à travers leurs fonctions, mais surtout, des femmes qui se souviennent de l'événement du 6 décembre 1989. Du moment du drame à son impact sur leurs ambitions, en passant par l'éducation des enfants et l'évolution de la société, et allant jusqu'au féminisme d'aujourd'hui et aux rêves de demain, ces femmes se replongent dans le passé, se prononcent sur le présent et rêvent pour le futur.

Bonne lecture

Suite du dossier aux pages 8-9-10 et 11



Josée Pilote, propriétaire, et l'équipe de rédaction, Françoise Le Guen, Ève Ménard et France Poirier.

VOGEL

SAINT-JÉRÔME

Ce qui fait notre différence c'est 24 ans d'expérience

Spéciaux en vigueur jusqu'au 18 décembre 2019
ou jusqu'à épuisement de la marchandise

PRODUIT VEDETTE

Omega3 + Joy 120 gélules

Des études ont démontré que les personnes souffrant d'humeur sombre ont un faible niveau d'AEP. **Omega3 + Joy** est une alternative naturelle, sûre et efficace pour soutenir l'humeur pendant la période des fêtes.

- 1000 mg d'AEP concentré par portion
- Contribue à améliorer l'humeur et l'état d'esprit naturellement
- Sans OGM, sans Gluten, certifié IFOS

GENUINE HEALTH



Rabais de 25%

DIGESTION POUR LES FÊTES

Boldocynara

Teinture 50ml

Facilite la digestion et prévient les lendemains de veille.



SPÉCIAL 17.47\$

A.Vogel

Chardon-Marie

250ml

Support du foie.



Rabais de 30%

New Roots

Acidophilus Ultra

120 et 250 capsules

Système immunitaire, rhume et grippe.



Rabais de 25%

Gas Stop

60 capsules

Contre les ballonnements et les gaz.

RenewLife



Rabais de 15%



SANTÉ ANIMALE

Herboristerie et naturothérapie pour animaux



Gâteries Naturelles

Hip+Joint et Calming

- **Hip+Joint** : Douleurs articulaires
- **Calming** : Idéales pour détendre votre animal pendant les temps des fêtes!

True Leaf



Rabais de 15%

Probiotic 8 Plus

Gamme complète

- Diarrhée
- Gaz et ballonnements
- Système immunitaire

OMEGA ALPHA



Rabais de 15%

Naturopathes diplômés sur place
2112, boul. Labelle, Saint-Jérôme • 450 432-3388



vogelstjerome.com | watsonetcie.com

5 Saveurs

Les fruits et légumes
les plus FRAIS
en VILLE

Circulaire du 5 au 11 décembre 2019

Pour
frais !

JUS DÉLICE D'ORANGE

MAISON
2,63 LITRE

2⁹⁹\$ /ch

Le rigatoni au CHORIZO
FORMAT FAMILIAL
1.3KG

13⁹⁹\$ /ch

Le ragoût de BOULETTES
1L

12⁹⁹\$ /ch

Notre fameuse tourtière
PORC ET BŒUF
600G

9⁹⁹\$ /ch

ANANAS
GOLDEN
GR:8

3/5\$

CONCOMBRE
ANGLAIS

99¢ /ch

FRAMBOISES
CASSEAU

3/5\$

CÉLERI

99¢ /ch

CHOUX FLEURS

2/5\$

BLEUETS
CASSEAU

2/5\$

ASPERGE
PQT DE 340G

2/5\$

CANTALOUPE
GR:15

2/4\$

TOMATES
RAISINS
CASSEAU

3/5\$

ORANGES
ET KIWIS

6/1⁹⁹

RAISINS
ROUGES
SANS-PÉPINS

1⁹⁹ /lb

POIVRON
VERT

1²⁹ /lb

POMME
ROYAL GALA ET
POIRE BARTLETT

1²⁹ /lb

PATATES
GRELOTS
BLANCHES

69¢ /lb

Poulet
Mafioso

9⁹⁹\$ /lb

NOS MERVEILLEUSES
TARTES
600G

6⁹⁹\$ /ch

50%
DE RABAIS

2³⁹\$ /100g

LANIÈRES DE
POULET/BOEUF

8⁹⁹\$ /lb

BIFTECK MARINÉ
5 POIVRES

8⁹⁹\$ /lb

RACLETTE
FRITZ KAISER

2⁷⁹\$ /100g

ST-PAULIN

2¹⁹\$ /100g

MAASDAM
HOLLANDAIS

1⁶⁹\$ /100g

GOUDA
RÉGULIER ET FUMÉ
RÉSERVE DU CHÂTEAU
150G

3⁹⁹\$ /ch

JAMBON
BLANC LA
FAMILLE

10⁹⁹\$ /lb

PEPPERONI
ROMA

7⁹⁹\$ /lb

SIMILI POULET
GASPÉSIE

4⁹⁹\$ /lb

FEUILLETÉS
ET ROULEAUX
AVEC ÉPINARDS
ET FROMAGE
FAMAGLIA
450G

2⁹⁹\$ /ch

SIROP D'ÉRABLE
AMBRÉ ET FONCÉ
450ML

5⁹⁹\$ /ch

BOUILLON
POULET-
LÉGUMES-BŒUF
ILIOS
946ML

2/4\$

FONDUE
AU FROMAGE
RÉSERVE DU
CHÂTEAU
400G

5⁹⁹\$ /ch

www.5saveurs.com - 2160, BOUL. CURÉ-LABELLE, ST-JÉRÔME - 450-569-9819 CIRCULAIRE DU 5 AU 11 DÉCEMBRE 2019

LUNDI, MARDI & MERCREDI : 8H30 À 19H - JEUDI & VENDREDI : 8H30 À 21H - SAMEDI & DIMANCHE : 8H30 À 19H



30^e anniversaire

de la tragédie de Polytechnique



Caroline Bernard
Directrice-adjointe des enquêtes et de la planification stratégique au Service de police de Saint-Jérôme



Marguerite Blais
Députée de Prévost et ministre responsable des Aînés et des Proches aidants



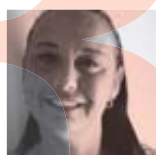
Nadine Brière
Mairesse de Sainte-Adèle



Line Chaloux
Directrice générale de l'organisme Le Coffret



Suzanne Chénier
Présidente du groupe d'Amnistie internationale Saint-Jérôme/Laurentides.



Sophie Desmarais
Coordonatrice de l'organisme l'Ami-e du Quartier



Louise Gallant
Mairesse de Sainte-Sophie



Marie-Hélène Gaudreau
Députée de Laurentides-Labelle



Rachel Lapierre
Présidente et fondatrice du Book Humanitaire



Fabienne Larouche
Scénariste et productrice



Jeanne Maranda
Féministe activiste et engagée



Josée Pilote
Éditrice et propriétaire du journal Accès et du journal Le Nord



Hélène Thibault
Ingénieure, étudiante à l'École polytechnique en 1989



Farah Wikarski
Agente de développement et de liaison au Regroupement des organismes communautaires des Laurentides

L'étudiante

Hélène Thibault (H.T.) : Le 6 décembre 1989, j'étais étudiante à l'École polytechnique. Je venais de terminer mes cours et de souhaiter "Joyeux Noël et Bonne Année" à mes camarades de classe et je descendais l'escalier roulant quand, au 3^e étage, un étudiant arrêta tout le monde en disant : « *il y a un fou avec un fusil en bas.* » J'ai alors entendu les coups de feu et les cris des blessés et des gens qui fuyaient.

Farah Wikarski (F.W.) : J'avais 11 ans. Je me souviens seulement que j'avais trouvé bizarre qu'on puisse perdre la vie à l'école.

Caroline Bernard (C.B.) : J'étais une étudiante de première année en techniques policières. En arrivant à la maison, ma mère a pleuré de me savoir en vie. Je ne comprenais pas pourquoi, jusqu'à ce que je réalise que, moi aussi, j'étudiais dans un programme majoritairement masculin, que le tueur avait abattu des femmes tout simplement parce qu'elles étaient des femmes.

Fabienne Larouche (F.L.) : J'étais devant la télévision pendant les infos de Radio-Canada. Charles Tisseyre était à l'antenne. J'ai été immédiatement glacée d'horreur. Est-ce que je faisais un cauchemar? Non, malheureusement...

Louise Gallant (L.G.) : Tout mon être frémissait de peine, de colère et surtout d'impuissance! Juste en y repensant, ces émotions remontent facilement.

Rachel Lapierre (R.L.) : Une femme sur trois vivra de la violence dans sa vie, mais lorsqu'elle est loin de nous ou cachée derrière les murs, nous oublions parfois qu'elle existe. Cette journée-là, impossible de l'éviter.

Jeanne Maranda (J.M.) : Montréal était sous le choc, les journaux du lendemain ont multiplié les arguments pour expliquer le geste « *d'un fou* », mais nous, les femmes, avons instantanément identifié « *le premier crime sexiste* » comme l'a écrit Pierre Bourgault.



Pour nous il n'y a que des humains

Sortie 45, autoroute 15 nord, St-Jérôme
450 438-3506 • canadiantire.ca

L'ambitieuse

Suzanne Chénier (S.C.) : Après avoir réalisé que Lépine avait tué des femmes à l'avenir prometteur du seul fait qu'elles étaient des femmes, la colère a emboîté le pas dans mon cœur et mon esprit. Je pense que c'est à ce moment-là que j'ai vraiment réalisé que j'étais une féministe.

Marie-Hélène Gaudreau (M-H.G.) : J'ai ressenti le besoin d'apprendre à me défendre dans un monde d'homme. Ça m'a poussé à me dépasser afin de prouver que j'étais capable de tout faire, toute seule!

H.T. : J'aurais pu tout abandonner, car j'avais une très bonne excuse pour le faire. Mais je me suis dit que c'est justement ce que voulait le tireur alors j'ai décidé de continuer et d'aller chercher mon diplôme d'ingénieure. Je me disais : une autre qu'il n'a pas réussi à détourner de ce métier.

Marguerite Blais (M.B.) : Moi j'ai 69 ans; je fais partie de la génération des femmes à qui l'on disait soit belles et tais-toi. Moi j'étais une blonde et les blondes c'était des cocottes. Il fallait prouver qu'on était intelligentes.

Josée Pilotte (J.P.) : Moi j'étais dans la jeune vingtaine quand je me suis lancée en affaires dans une industrie majoritairement masculine. Tout était à faire. J'avais comme l'impression qu'il fallait que je bûche plus fort pour y arriver. On m'a souvent dit en s'adressant à moi : « *oui, ma belle, ma grande....* » des mots tellement réducteurs et infantilisant quand j'y pense.

M-H.G. : J'ai débuté ma carrière avec d'importantes responsabilités dans un milieu typiquement masculin, l'industrie forestière! Mais, de par ma nature, je suis parvenue à m'y tailler une place, entre l'arbre et l'écorce.

Nadine Brière (N.B.) : Être mairesse à 40 ans, ça ne plait pas à tout le monde. Est-ce que le fait que certains hommes me parlent comme si j'étais leur fille et m'infantilisent serait différent si j'étais un jeune maire masculin? Je vous répondrais que oui.

M.B. : Un jour j'ai obtenu mon doctorat et il y a un homme qui m'avait connu toute ma vie qui m'a dit : « *Marguerite t'as réussi à prouver que t'étais intelligente.* » Il y en a un autre qui m'a dit à 40 ans que j'étais trop vieille pour faire mon métier. Parce que les femmes à 41 ans c'est trop vieux! Faut qu'elles aient du botox. Les hommes ils peuvent vieillir à la télévision, mais les femmes c'est plus difficile.

Sophie Desmarais (S.D.) : Lorsque j'étais dans la vingtaine je travaillais dans le magasin de vélo de mes parents. Très souvent on me demandait « *est ce que tu connais ça?* » D'autres personnes moins gênées me demandaient carrément de parler avec un homme.

La mère

N.B. : Aujourd'hui, en 2019, les tueries sont trop nombreuses. Combien de fois en une année entendons-nous qu'un tireur fou tire sur des inconnus? Comment expliquer à nos jeunes enfants une telle situation?

R.L. : J'ai élevé mes enfants en parlant toujours d'égalité. Dans ma vie, comme femme, j'ai changé beaucoup de choses après cette journée, car je crois que le changement doit commencer par nous pour nous.

S.D. : Pour ma part, il est très important d'éduquer nos garçons de façon moins rigide. C'est-à-dire dans des rôles moins stéréotypés et pour les filles, la même chose. Fini le temps où les garçons travaillent dehors et que les filles font la vaisselle. Il faut défaire ces carcans.

F.W. : J'ai deux filles qui sont encore jeunes, 5 et 8 ans. On sait que la socialisation stéréotypée, dès le plus jeune âge, forme les identités. J'ai toujours essayé d'éviter la reproduction des stéréotypes sexuels et au-delà de toute chose, j'essaie d'apprendre à mes filles à s'affirmer et à s'affranchir des conditionnements imposés.

J.P. : J'ai éduqué mes gars pour qu'ils aient le respect des femmes et je crois qu'ils l'ont en les voyant grandir dans la société. Ils ont eu la chance de voyager et de s'ouvrir au monde et aux conditions de la femme qui sont parfois différentes, voir choquantes comparativement à la nôtre. Cela nous a permis d'avoir des discussions marquantes sur la femme.

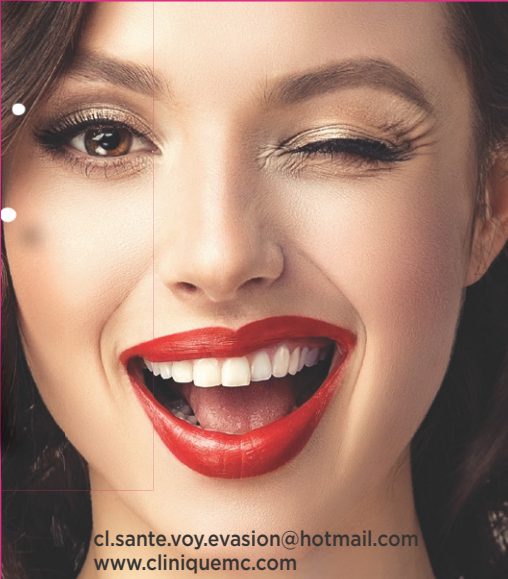
Line Chaloux (L.C.) : Mes fils étaient très jeunes à l'époque, 12 et 10 ans. Déjà, je militais pour la paix et ils m'accompagnaient dans mes activités et je me suis investie tête baissée dans une dynamique de vivre ensemble. J'ai toujours insisté pour qu'ils puissent exprimer leurs émotions.

M.B. : Moi j'ai adopté des enfants. Je me souviens très bien d'un épisode. Je demandais à mon fils de mettre la table. Il m'a dit « *non je ne suis pas une fille* ». J'ai dit « *pardon?* ». Je lui ai dit que je ne voulais plus jamais entendre ça.

Spécial du temps des Fêtes!

Certificat cadeau disponible!

MÉDICO ESTHÉTIQUE



cl.sante.voy.evasion@hotmail.com
www.cliniquemc.com

À l'achat de la première seringue d'agent de comblement.

RECEVEZ GRATUITEMENT 10 UNITÉS DE TOXINE BOTULIQUE

Traitement de rajeunissement

- Injection d'acide hyaluronique (restylane et autre) et botox
- Comblement des rides et ridules
- Correction des cernes
- Volumisant à joues, lèvres, pommettes et autre.
- Harmonisation de l'architecture faciale
- Traitement des varices
- Peeling facial

NOUVEAU TRAITEMENT PRP (PLASMA RICHE EN PLAQUETTES)

Financement disponible

Marie Claude-Thouin, Infirmière | Collaboration médicale

38, av. Filion, Saint-Sauveur | 450 227-6555
9, rue Principale, Sainte-Agathe-des-Monts | 819 323-6663

Résultat évolutif et visible dès la première visite

D'UNE VALEUR DE 100\$

PREMIÈRE ÉVALUATION GRATUITE
Valable jusqu'au 22 décembre 2019

30^e anniversaire

de la tragédie

de Polytechnique

La femme

H.T.: Pour avoir parlé à mes collègues masculins après les événements, plusieurs ont réalisé que la *"violence ordinaire"* : les remarques sexistes, les blagues grivoises, etc. n'étaient plus tolérables. Mais il a fallu un massacre de cette ampleur pour qu'ils puissent le réaliser, car une seule femme tuée par son conjoint de temps en temps ne suscitait pas ce réveil des consciences que la tuerie de Polytechnique a provoqué. En ce sens, pour moi, ces 14 femmes ne sont pas mortes pour rien. Leur sacrifice, bien qu'involontaire, a été à la base d'un changement de société.

L.C.: Depuis 30 ans c'est certain qu'il y a eu une évolution dans l'ouverture d'esprit des hommes, mais il y a aussi chez certains gars, une frustration inconsciente par rapport à l'émancipation des femmes, à leur liberté, leur autonomie et leur indépendance.

F.L.: Il y a un monde entre un homme de 25 ans et un homme de 75 ans. Moins sexistes, plus ouverts aux femmes en général. Par contre, ce qu'ils ont gagné en ouverture, ils l'ont parfois perdu en confiance, en motivation et en audace. Est-ce devenu honteux d'être un homme? On dirait que pour certains jeunes, ça l'est.

J.M.: Quand j'entends aujourd'hui les « *moi aussi* » qui fusent de toute part, j'entends la voix des filles, de ces mères à qui nous avons appris un jour, à se respecter en refusant le rôle d'objet. Cette génération a intégré le message, et aujourd'hui ces filles osent parler!

C.B.: Ça m'émeut d'entendre ma fille de 16 ans et ses camarades de classe s'exprimer sur la question des droits des individus, de l'égalité des sexes et de l'intégrité des genres. Jeune adulte, je trouvais que les femmes n'osaient pas affirmer qu'elles étaient féministes et, en même temps, certaines étaient jugées quand elles disaient l'être. Aujourd'hui, les femmes s'affichent et ne s'en gênent pas.

J.P.: Ça m'a tellement impressionnée les Lise Payette, les Janette Bertrand et toutes ces femmes qui ont pavé la voie. Elles disaient tout haut ce que tout le monde pensait tout bas. Le mouvement féministe pour moi c'est ça, ce sont ces femmes-là qui ont tout défriché devant elles, qui ont dû se battre et malgré tout ça, parfois devoir se tenir dans l'ombre.

F.L.: Le seul féminisme valable à mes yeux n'est pas un féminisme vindicatif ou plaintif, un féminisme exclusif, mais c'est un féminisme audacieux. Prendre sa place, la défendre. Je suis très mitigée à l'égard des réseaux sociaux et des #HastagQuelqueChose. D'une part, les réseaux sociaux ont libéré la parole. Tous peuvent s'exprimer sur n'importe quoi. Par contre, puisque tout le monde peut s'exprimer sur n'importe quoi, chaque individu s'attribue une expertise qu'il n'a pas.

N.B.: Je n'aime pas beaucoup le terme féministe, comment voulons-nous être égales si encore une fois nous nous mettons une étiquette? Aujourd'hui, je pense que chaque femme, comme chaque homme, a son mot à dire, peu importe son sexe. Arrêtons de nous mettre des titres et avançons ensemble.

L.G.: Depuis l'âge de 12 ans, je travaille et j'ai toujours été un « leader » dans mes fonctions! Je crois que la femme prend bien sa place et elle se fait entendre et respecter, et ce, de plus en plus. Croyez-moi!

F.L.: Tout évolue, on souhaite que ce soit dans le bon sens. Les femmes n'ont pas atteint une parité parfaite, mais cette parité est-elle utopique? [...] Nous devons apprendre à vivre ensemble, à partager, à se comprendre et à s'accepter.

F.W.: On pense souvent à tort que l'égalité est acquise... On entend de faux discours à l'effet que les femmes prennent trop de place et qu'elles dominent le monde. Mais les inégalités et les discriminations systémiques persistent.

M.B.: Les batailles ne sont pas encore gagnées. La femme, je pense, va toujours devoir se battre pour prendre sa place et pour conserver sa place.

La rêveuse

F.W.: Je souhaite que les générations futures gardent espoir, se solidarisent, prennent la parole, dénoncent, désobéissent et réinventent une société plus juste, plus équitable.

C.B.: Principalement, je souhaite que chaque femme puisse marcher seule la nuit sans avoir peur, que chaque femme puisse voyager seule sans crainte, que chaque femme soit réellement libre de faire ce qu'elle désire, que chaque femme puisse mettre fin à une relation sans redouter des représailles, qu'une femme devienne présidente des États-Unis, que le droit à l'avortement ne soit jamais remis en question.

S.C.: Je souhaite vivre dans une société où les droits de chacun et de chacune soient respectés et où la diversité culturelle vienne l'enrichir et non la diviser.

H.T.: Je souhaite que les hommes et les femmes puissent vivre en harmonie ensemble dans le respect. Qu'ils comprennent qu'ils sont complémentaires et non pas en compétition. Je crois fermement que ce sont les femmes qui changeront le monde pour qu'il devienne plus juste et que l'amour triomphe de tous les obstacles pour que la paix s'installe enfin sur notre belle planète.

J.P.: Je pense que l'avenir appartient aux femmes. Je pense que c'est grâce à la femme que le monde va devenir meilleur.

L'IMPLICATION DES FEMMES NOUS DONNES DES... ELLES



30^e anniversaire

de la **tragédie**
de
Polytechnique

« Pourquoi sont-elles mortes et pas moi? »



Hélène Thibault se souvient très bien de la tuerie à l'École Polytechnique à Montréal. Elle y était à sa troisième session comme étudiante. Elle nous raconte son histoire:

Le 6 décembre 1989, j'étais étudiante à l'École Polytechnique. Je venais de terminer mes cours et de souhaiter "Joyeux Noël et Bonne Année" à mes camarades de classe et je descendais l'escalier roulant quand, au 3^e étage, un étudiant arrêta tout le monde qui descendait en disant: il y a un fou avec un fusil

en bas. J'ai alors entendu les coups de feu et les cris des blessés et des gens qui fuyaient venant du 2^e étage.

Sur le coup, j'ai pensé que c'était un étudiant qui tirait à blanc, car qui aurait pu penser, en 1989, qu'il pourrait arriver quelque chose d'aussi terrible à Montréal. Mais la peur s'est installée quand quelqu'un a crié: « *il monte!* » J'ai alors fui vers les étages supérieurs avec les autres. Mais je voulais revenir au 3^e étage prendre mon manteau et mes bottes dans mon casier. Je suis donc redescendue quelques minutes plus tard par un autre escalier et, en regardant de tous les côtés, je me suis rendue à mon casier et j'ai pris mes affaires.

Je tremblais comme une feuille et il m'a fallu plusieurs heures pour sortir de l'état de choc dans lequel j'étais. Je suis demeurée pétrifiée toute la soirée devant le téléviseur donnant des nouvelles de la tragédie. J'avais appelé toutes mes amies et je les avais

toutes rejointes sauf une. J'ai vu aux nouvelles qu'elle avait été blessée. Elle était dans la dernière classe, celle où Marc Lépine s'est suicidé. Quatre femmes ont été tuées dans cette classe dont sa collègue Annie Turcotte qui est morte près d'elle. C'est la seule des 14 victimes que je connaissais. Elle avait 20 ans.

Sur le coup, dans l'École, j'ai éprouvé une peur viscérale, le genre de peur qu'on ressent quand on ne se sent plus en sécurité nulle part, car on ne sait pas exactement ce qu'on fuit ni où on peut aller pour être hors d'atteinte. J'ai éprouvé une grande colère contre l'agresseur et les hommes en général. Cela a même fait remonter tous les souvenirs d'abus, d'agressions et de non-respect dont j'avais été victime depuis l'enfance et cela nourrissait ma colère contre le sexe masculin.

J'ai aussi ressenti la « *culpabilité du survivant* »: pourquoi sont-elles mortes et pas moi? Aurais-je pu faire quelque chose pour l'empêcher de continuer à tirer? Après tout, j'étais tout près. J'ai fini par me convaincre que je n'aurais rien pu changer et que, parce que j'avais de jeunes enfants, j'avais été épargnée.

Pour tenter de donner un sens à cet événement tragique, je me suis impliquée les premières années avec d'autres étudiants de Poly pour faire signer une pétition qui a mené à un meilleur contrôle des armes à feu. J'ai ensuite vécu ma vie d'ingénieure et de mère, mais je suis revenue militer avec Polysesouvent lorsque Harper a parlé de détruire le registre des armes à feu. J'ai trouvé que d'agir pour rendre notre société plus sécuritaire était mieux que de rester seule avec ma tristesse.

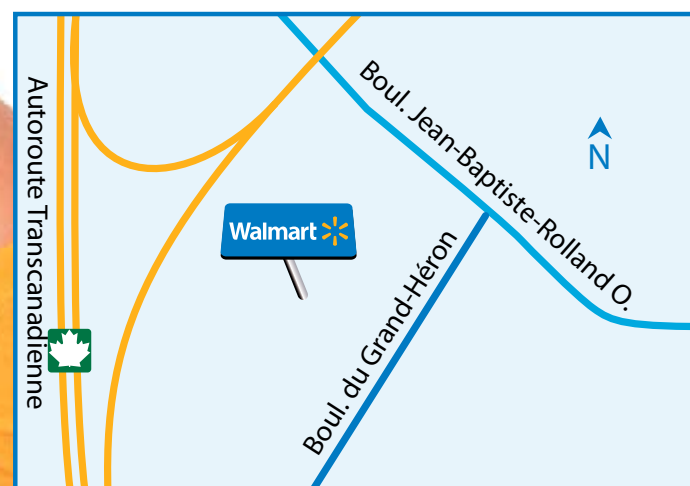
Je me considère privilégiée d'avoir réussi à m'échapper de l'école ce jour-là. J'essaie de profiter de la vie et d'avoir un impact positif dans la vie des autres.

Découvrez les réponses intégrales sur notre site web sous l'onglet « 14 femmes »



ATTENTION!

Découvrez notre
côté frais à votre
**SUPERCENTRE
WALMART
DE SAINT-JÉRÔME**



1030, boul. du Grand-Héron
Ouvert du lundi au vendredi de 8 h à 21 h
Ouvert le samedi et dimanche de 8 h à 17 h
450 438-6776

Magasinez en ligne, cueillette **GRATUITE*** au magasin. **Walmart**  **ca**

*Sur les articles admissibles. Commande minimum de 25 \$ (avant les taxes).
†Certaines exclusions s'appliquent.

PROJET PILOTE

« JE BOUGE À L'ÉCOLE »



Sylvain Rochon (Sports Experts St-Jérôme), les heureux gagnants des tirages de l'école Sainte-Paule, la directrice de l'école Sainte-Paule; Isabelle Gordon et Benoît Thériault (Sports Experts St-Jérôme).

Photo : Courtoisie

(F.P.) – Le projet « Je bouge à l'école » coordonné par Les centres d'activités physiques de la Rivière-du-Nord (CAPRDN) est en cours dans 5 établissements scolaires de la CSRDN.

Celui-ci a pour objectif de faire bouger les jeunes et de leur faire découvrir des activités qu'ils n'ont pas nécessairement l'opportunité de pratiquer dans leur quotidien. Il est entièrement financé par Sports Experts Saint-Jérôme et Loisirs Laurentides.

Les CAPRDN se déplacent dans les écoles ciblées, afin de réaliser les animations de séances d'activités physiques, accompagnés de leurs professeurs certifiés à raison de 1 fois par semaine, durant 6 semaines. Un représentant de Sports Experts se joint à l'escouade active afin de

collaborer à la tenue de l'activité et pour y réaliser des tirages d'articles sportifs parmi les participants.

Le projet s'avère être un réel succès jusqu'à présent. Diverses activités ont fait le bonheur des enfants : karaté, Zumba, taekwondo, yoga, cheerleading et plusieurs autres!

Dû au succès du projet « Je bouge à l'école » à l'automne 2019, les CAPRDN désirent poursuivre leur implication à l'hiver 2020, et souhaitent proposer le projet à 3 écoles supplémentaires. Afin d'être en mesure d'offrir cette initiative tout au long de l'année scolaire, les fonds recueillis lors de la 6e édition de la Course nature de la Rivière-du-Nord, également organisée par les CAPRDN, permettront la continuité du projet pour l'année 2020-2021.



Nomination

à la direction générale de la
Caisse Desjardins de la Rivière-du-Nord

Le nouveau président de la Caisse Desjardins de la Rivière-du-Nord, M. Éric Gagnon, est heureux de vous annoncer la nomination de madame Louise Bergeron à la direction générale.

Détentrice d'une maîtrise en gestion et développement des organisations, Mme Bergeron bénéficie d'une expérience de plus de 27 ans dans le Mouvement Desjardins, dont plus de 15 ans à titre de gestionnaire.

Ses expériences lui ont permis de développer une solide expertise en développement des affaires, en satisfaction des membres et clients et en gestion et mobilisation des ressources humaines. Elle est reconnue pour son leadership, sa grande capacité d'adaptation et de communication et ses valeurs humanistes.

Son entrée en fonction est prévue le lundi 13 janvier prochain; elle pourra compter sur l'appui de notre directeur actuel, M. Patrice Mainville, pendant quelques semaines pour le transfert des dossiers en cours, avant son départ pour une retraite bien méritée.

Nous lui souhaitons la bienvenue et le plus grand des succès à la direction générale de la Caisse.

 **Desjardins**
Caisse de la Rivière-du-Nord

>PN00603-1

CFP PAUL-GÉRIN-LAJOIE
Soirée d'information: 11 décembre 2019 à 18h30

CENTRE NATIONAL DE FORMATION EN TRAITEMENT DE L'EAU

DEP : Conduite de procédés de traitement de l'eau

Début : 8 janvier 2020



pgl.cstois-lacs.qc.ca
Téléphone : 514 477-7020, poste 5325

>4012657.1

INSCRIPTION EN LIGNE : WWW.SRAFP.COM

 400, avenue Saint-Charles, Vaudreuil-Dorion

 COMMISSION SCOLAIRE DES TROIS-LACS >4008586.1

 Suivez-nous sur facebook

>PN00609-1

CAMPAGNE MAJEURE Centres de simulation haute fidélité

1 629 035 \$ amassés pour un projet d'envergure et porteur d'avenir pour votre santé!

Mission accomplie!

MERCI À NOS PRÉCIEUX DONATEURS

100 000 \$ et plus

Fondation Chopin-Péladeau
Fondation du Cégep de Saint-Jérôme
Ville de Saint-Jérôme

50 000 \$ à 99 999 \$

Fondation Marc Chouinard
MRC de la Rivière-du-Nord

25 000 \$ à 49 999 \$

Fondation Molson
MRC des Pays-d'en-Haut

10 000 \$ à 24 999 \$

MRC des Laurentides

5 000 \$ à 9 999 \$

Dunton Rainville
Pierre-Karl Péladeau, député de Saint-Jérôme

1 000 \$ à 4 999 \$

Éric Girard, ministre des Finances
Marc Bourcier, député de Saint-Jérôme
Nelson Thibault
Rocket de Laval
Youri Chassin, député de Saint-Jérôme

100 \$ à 999 \$

Agnès Grondin, députée d'Argenteuil
Jean-François Roberge,
ministre de l'Éducation et de l'Enseignement supérieur
Pharmacie Jean Coutu /
Martine Boily & Marylène Cuerrier

Membres du personnel

Alain Charette, Annie Denoncourt, Carole Rivest Turgeon, Caroline Brisson, Caroline Thibault, Francine Ladouceur, Geneviève Barrette, Guylaine Gagner, Jean Bénard, Josée Côté, Josée Duplantie, Josée Piché, Manon Charette, Marie-Noëlle Harvey, Michel Fromentin, Mirelle Beaudet, Mirlène Jean, Monique Laprise, Nathalie Sabourin, Patrick Verstraelen, Paul-André Guèvremont, Stéphane Marcoux, Sylvie Chamberland, Sylvie Marsan

En contribuant à cette campagne, la communauté a choisi :

- > D'investir dans SA santé
- > De favoriser la rétention des étudiants de la santé dans la région
- > De mettre à la disposition des étudiants et de la communauté des équipements à la fine pointe de la technologie
- > De permettre la formation d'infirmières et infirmiers élités



Le Coffret en aide aux nouveaux arrivants

Portrait d'un organisme de la région



Des jeunes réfugiés avec des Québécois.

Ève Ménard - Fondé en 1991 par Line Chaloux, Le Coffret continue depuis 28 ans à soutenir l'intégration et l'installation des nouveaux arrivants dans la région des Laurentides. Près de 260 bénévoles s'y impliquent et au cours de la dernière année, l'organisme a réalisé près de 20 000 interventions auprès de la clientèle immigrante.

Aider, éduquer, sensibiliser

« Dans un premier temps, on les aide à se trouver un logement. On les aide à s'inscrire au niveau administratif, dans le système du gouvernement au niveau de la carte d'assurance maladie, la carte d'assurance sociale et les allocations familiales. On va jusqu'à inscrire les enfants à l'école et aussi les parents et les adultes en francisation. », m'explique la directrice générale.

Il s'agit depuis toujours d'une vocation pour madame Chaloux, qui reçoit à travers son organisme, des immigrants et des réfugiés qui proviennent des camps et des zones de guerre: « J'ai décidé de travailler dans ce domaine-là parce que je considère que les réfugiés font partie des personnes

les plus démunies de la planète. Quand des personnes n'ont même plus de toit, de pays et d'entité, ce sont vraiment les personnes les plus démunies sur la planète. »

Par ailleurs, il est aussi important pour l'organisme de sensibiliser la population à la réalité des immigrants. Pour se faire, Line Chaloux m'explique que de nombreuses conférences sont offertes auprès des institutions d'enseignement ou encore des formations sont données auprès de fonctionnaires du réseau de la santé, de l'éducation, du service de police et de la DPJ. Ces initiatives, selon la directrice, font une énorme différence sur la perception des gens par rapport aux nouveaux arrivants.

Festivités de Noël

Avec le temps des fêtes qui approche, le Coffret planifie deux belles activités pour souligner la fin de l'année. Tout d'abord, Line Chaloux m'explique que tous les samedis, de l'aide au devoir est offerte aux enfants immigrants dont les parents ont de la difficulté à les aider dans leurs études. Chaque semaine, les bénévoles se mobilisent donc pour venir en aide à une cinquantaine de jeunes. « Le dernier samedi de l'aide au devoir, le 19 décembre, il va y avoir une grosse fête pour tous ces enfants-là, pour les remercier des efforts qu'ils font dans leur intégration. », souligne fièrement la directrice.

Ensuite, le 21 décembre, un dîner de Noël qui accueillera plus de 500 personnes sera organisé avec aussi le Book Humanitaire et la communauté Sant'Egidio. Il s'agit d'un repas pour permettre aux personnes démunies de la région de souligner Noël de belle façon.

« Présentement on voit sur la planète le nombre de réfugiés qui augmente sans cesse. On aimerait avoir un couloir humanitaire pour soutenir encore plus de familles de réfugiés. », conclut Line Chaloux au sujet des objectifs des prochaines années.

CONCOURS
Bas de Noël
Géant

GRUPE
CARBUR

4 BAS DE NOËL À GAGNER

EN COLLABORATION AVEC

Le Nord

accès à l'information

PN00505-1

MAGASIN & ÉCOLE DE MUSIQUE LA ZONE MUSICALE

www.lazonemusicale.com



2 succursales pour mieux vous servir

BOISBRIAND 1116 BOUL. DE LA GRANDE-ALLÉE, BOISBRIAND J7G 2T4 (450) 508-4717
SAINT-JÉRÔME 2226 BOUL. CURÉ-LABELLE, ST-JÉRÔME J7Y 1T5 (450) 304-0546

Offrez la musique en cadeau!

Énorme choix, super service, meilleur prix.

3 cours privés de 30 min pour 59\$
3 cours privés de 60 min pour 99\$



PN00520-2



Photos : France Poirier

Donnez au suivant! On invite les familles gratuitement au cinéma!

Ève Ménard - Dimanche le 1^{er} décembre avait lieu la 2^e édition de l'activité « Donnez au suivant » organisée par le Journal Le Nord. Les familles pouvaient y venir voir en avant-première, le film Playmobil et ce, gratuitement.



À l'avant les conseillères aux ventes Journal Le Nord, Édith Pelletier, Nathalie Paquin et Annie Bourdeau, l'équipe de la Choppe à café Alexandre et Louis Carpentier ainsi que Jonathan Tessier et Caroline Loiello, directeur senior et directrice du Cinéma carrefour du Nord.

Grande Guignolée des médias pour Moisson Laurentides

Jeudi **5** décembre 2019

FAITES UN DON DE 5 \$ OU 10 \$
« en textant »
MANGER au 2022
durant les mois de novembre et décembre.

Danny Berger
porte-parole

Combattre la faim,
nourrir l'espoir

Dons en ligne et information
moissonlaurentides.org

PN00553-1

Il s'agit d'une initiative mise en place pour les organismes de la région et les gens qui les fréquentent. Dimanche matin, quatre organismes étaient notamment présents: La Maison de la Famille, Le Coffret, La Maison des parents et L'Ami-e du Quartier.

Annie Bourdeau, conseillère aux ventes au Journal Le Nord, s'est adressée au public avant la représentation afin de les remercier de s'être joint à cette belle activité. Elle a rappelé que celle-ci avait eu un franc succès l'année dernière et que le Cinéma Carrefour du Nord avait accepté avec joie de participer à nouveau au projet.

De plus, pour une deuxième année consécutive, la Choppe à Café a accepté de fournir le café à l'accueil grâce à Alexandre et Louis Carpentier!

Plus de 350 personnes ont assisté, avec grand plaisir, à la représentation. Les nombreux enfants présents ont même pu grignoter du popcorn et boire des jus et du bon chocolat chaud!

▶ Pour voir **LA VIDÉO**
Suivez-nous sur Facebook

UNIVERSO

Salon de coiffure pour Elle & Lui

TOUJOURS SANS RENDEZ-VOUS

CERTIFICAT CADEAU DISPONIBLE

HORAIRE DES FÊTES

LES 3 - 4 - 9 - 10 - 11 - 16 ET 30 DÉC. : **9H À 17H30**
LES 5 - 6 - 12 - 13 - 17 - 18 - 19 - 20 ET 23 DÉC. : **9H À 20H**
TOUS LES SAMEDIS AINSI QUE 24 ET 31 DÉC. : **8H À 16H**
FERMÉ LES 25 - 26 DÉC. ET 1^{ER} - 2 JANVIER

GALERIES DES LAURENTIDES (entrée 3)
500, boul. des Laurentides, Saint-Jérôme
450 438-3340

DEPUIS 22 ANS

PN00612-1

Aide-mémoire

Des tâches essentielles à réaliser en prévision Des Fêtes

Magiques à souhait, les Fêtes peuvent néanmoins s'avérer stressantes, surtout si l'on n'est pas convenablement organisé. Ainsi, pour profiter pleinement de cette période de réjouissances, commencez tôt à vous y préparer. Afin de ne rien oublier, consultez cet aide-mémoire des nombreuses tâches à accomplir pour être fin prêt à célébrer!

Pour recevoir vos proches

- Déterminer le thème de votre réception, s'il y a lieu;
- Faire vos réservations (salle, traiteur, restaurant, équipe d'animation, service d'entretien ménager, père Noël, etc.);
- Envoyer les invitations;
- Sélectionner le menu et les boissons — pensez aux allergies et aux habitudes alimentaires de chacun;
- Acheter le nécessaire pour préparer les plats ainsi que les grignotines;
- Établir un calendrier pour la cuisine (préparez à l'avance ce qui peut être congelé, notamment);
- Faire le plan de table et choisir l'habillage de la table ainsi que les accessoires indispensables (serviettes en papier ou en tissu, vaisselle, chaises supplémentaires, etc.);
- Prévoir des jeux et de la musique pour animer le party;
- Aménager un espace pour ceux qui resteront à dormir (en raison de la météo, par exemple);
- Faire le ménage de fond en comble;
- Déneiger et déglacer l'allée avant l'arrivée des invités.

Pour sublimer votre beauté

- Prendre vos rendez-vous beauté (manucure, coiffure, esthétique, etc.) longtemps à l'avance;
- Magasiner vos tenues des Fêtes et les faire retoucher si nécessaire.

Pour gâter votre monde

- Dresser la liste des cadeaux à vous procurer et magasiner avant la cohue de la fin de décembre;
- Organiser l'échange de cadeaux (thème, pige, budget, etc.);
- Confectionner, rédiger et envoyer les cartes de vœux;
- Aider les enfants à écrire au père Noël et expédier leurs lettres;
- Acheter le nécessaire pour l'emballage des présents (papier, choux, rubans, etc.);
- Emballer les cadeaux et les cacher jusqu'à Noël;
- Prévoir les nombreux tours de votre lutin malin.

Pour enjoliver votre décor

- Trier les décorations, jeter celles qui sont brisées et en acheter de nouvelles au besoin;
- Poser les décorations extérieures avant les grands froids, quitte à ne pas les allumer aussitôt;
- Décorer l'intérieur — si vous optez pour un sapin naturel, ne l'installez pas trop tôt, sans quoi il sera sec à Noël, ce qui augmentera les risques d'incendie.



COUPE HOMME/GARÇON

SANS RENDEZ-VOUS 14\$ tbs incl.

Isabelle
Julie Gill, propriétaire
Sophie

Dimanche & Lundi . Fermés
Mardi & Mercredi ... 9h à 17h
Jeudi & Vendredi ... 9h à 20h
Samedi 8h à 15h

441, boul. Labelle Saint-Jérôme
(près de la SAQ centre-ville)
450 304 2464

Découvrez aussi Les Barbrières St-Eustache depuis plus de 10 ans au 51 rue St-Laurent St-Eustache

PN00515-2

Le Royaume des Jouets

CANADIAN TIRE ST-JÉRÔME
CARREFOUR DU NORD

PRIX AVANTAGEUX

1999\$

#50-6556-2/6595-8

RABAIS 50%

#50-4658-2 #50-5973-4

RABAIS Jusqu'à 40%

#50-1453X

Certains modèles de véhicules à assembler

GÉNIAL POUR APPRENDRE AVEC Mastercraft

4009\$ rég. 80,09\$

#50-4040-0

Établi de luxe avec perceuse électrique jouet

Spéciaux valides du 5 au 11 décembre 2019. Jusqu'à épuisement des stocks

-AUCUN FRAIS- AUCUN INTÉRÊT

FINANCEMENT OFFERT

12 PAIEMENTS MENSUELS ÉGAUX Minimum 200\$ jusqu'à 499\$ avant taxes

OU 24 PAIEMENTS MENSUELS ÉGAUX À partir de 500\$ et plus avant taxes

Détails en magasin sur tout achat de pneus en magasin ou pièces installées et main d'œuvre

CANADIAN TIRE ST-JÉRÔME

SORTIE 45 AUTOROUTE 15 NORD 450 438-3506

PN00585-1

Noël en région

Saint-Colomban prépare de belles festivités! 🌲

(E.M) - La 2^e édition du Défilé de Noël de Saint-Colomban sera présentée le 14 décembre prochain! Celui de l'an dernier avait attiré près de 4000 visiteurs. Le père Noël, la fée des étoiles et leurs acolytes seront présents, au grand plaisir des familles!



Une nouveauté s'ajoutera aussi cette année aux festivités : après le Défilé, le père Noël recevra les lettres de souhaits des enfants à la Place du Marché. Les jeunes pourront eux-mêmes déposer leur courrier dans la boîte aux lettres magique qui transmettra instantanément leur correspondance au Pôle Nord pour que les lutins puissent sans tarder entamer la confection de leurs cadeaux.

Stationnement, navettes et covoiturage

Afin de limiter la congestion routière lors de l'événement, les visiteurs sont invités à covoiturer et à utiliser les navettes qui effectueront le trajet toutes les 20 minutes en direction et en provenance du cœur des festivités depuis les écoles de La Volière (549, chemin de la Rivière-du-Nord) et à l'Orée-des-Bois (360, côte Saint-Nicholas). Le service de navettes sera en opération de midi à 19h la journée du Défilé.

Le stationnement au noyau villageois sera exceptionnellement permis sur certaines

rues, et ce, du côté pair uniquement, ainsi que dans certains stationnements désignés. Pour connaître les emplacements de stationnement accessibles, visitez st-colomban.qc.ca/noel.

Horaire

Samedi 14 décembre

12 h à 19 h – Navettes aux 20 minutes (écoles de La Volière et à l'Orée-des-Bois)

12 h à 17 h – Chocolat chaud gratuit (bibliothèque)

12 h à 19 h – Marché de Noël (Place du Marché et Centre récréatif)

15 h à 15 h 45 – Défilé de Noël (centre-ville)

16 h 30 à 19 h – Le père Noël reçoit les lettres des enfants (Place du Marché)

Dimanche 15 décembre 10 h à 14 h

Marché de Noël (Centre récréatif)

Pour plus d'information:

st-colomban.qc.ca

« Le grand succès remporté par la première édition du Défilé et du Marché de Noël a confirmé notre souhait de voir ces événements revenir cette année et devenir une tradition annuelle à Saint-Colomban. Le Défilé s'inscrit parfaitement dans nos plans d'action en famille et petite-enfance, ainsi que notre volonté de renouveler l'offre événementielle à Saint-

Colomban. Le Marché de Noël mis sur pied en collaboration avec le 63^e groupe scout et la Chambre de commerce et d'industrie nous permet pour sa part d'animer le centre-ville et d'y attirer les citoyens et visiteurs, en plus de stimuler l'activité commerciale locale », a déclaré le maire de Saint-Colomban Xavier-Antoine Lalonde.

BIJOUTERIE GIROUX

DEPUIS 1931

Votre joaillier d'expérience à Saint-Jérôme

OBTENEZ DE 20% À 50% DE RÉDUCTIONS SUR PRODUITS SÉLECTIONNÉS

Nous achetons l'or et pierres précieuses

OBTENEZ UNE MONTRE GRATUITE!

Valide à l'achat d'une bague à diamant 1 carat totalité ou plus, à partir de 2000\$

Ouvert 7 jours \ 7 dès le 1^{er} décembre

322, rue St-Georges, St-Jérôme 450-432-0404 www.bijouteriegiroux.com

Lundi au vendredi de 9h à 20h – Samedi et dimanche de 9h à 17h

14 DÉCEMBRE DÉPART :: 15 H

DÉFILÉ DE NOËL

DE SAINT-COLOMBAN

DEUXIÈME ÉDITION

NAVETTES AUX 20 MINUTES
à partir des écoles de La Volière et à l'Orée-des-Bois

MARCHÉ DE NOËL
DE SAINT-COLOMBAN

SAMEDI 14 DÉCEMBRE :: MIDI À 19 H
DIMANCHE 15 DÉCEMBRE :: 10 H À 14 H

Idées-cadeaux pour remercier les gens qui vous simplifient la vie

Par leurs actions, une foule de personnes contribuent à rendre votre vie plus facile ou plus agréable au quotidien. Vous aimeriez profiter des Fêtes pour remercier votre coiffeuse aux doigts de fée, le sympathique caissier qui vous sert votre précieux café tous les matins, le chauffeur d'autobus ou le brigadier de vos enfants, ou encore l'étudiante qui les garde à l'occasion? Jetez un œil à ces quelques suggestions!

Des suggestions de cadeaux que les enseignants aimeront vraiment

Noël est l'occasion parfaite pour souligner l'excellent travail accompli par l'enseignant de votre enfant. Besoin d'inspiration pour trouver une idée plus originale qu'une tasse à café portant la mention « Meilleur prof au monde »? Voici quelques suggestions de cadeaux qui le combleront véritablement :

- Des crayons personnalisés;
- Un fourre-tout spacieux pour l'aider à transporter son matériel entre la maison et l'école;
- Une plastifieuse personnelle pour lui permettre d'exposer les travaux des élèves;
- Une carte-cadeau d'un café local pour les séances de corrections;
- Une adhésion à un musée de la région pour l'inspirer dans ses projets de classe;
- Un foulard chaud et réconfortant pour les longs mois d'hiver;
- Un panier-cadeau rempli de matériel utile (marqueurs, stylos rouges, bâtons de colle, etc.);
- Une bouteille de vin pour favoriser la détente pendant le congé des Fêtes;
- Un assortiment de cafés ou de thés accompagné de chocolats fins.

Quel que soit votre choix, personnalisez-le en y ajoutant un mot dans lequel vous exprimez votre reconnaissance pour tout ce qu'il fait pour votre enfant et en demandant à ce dernier d'écrire ce qu'il aime à propos de son enseignant.

La plupart des gens sont heureux de recevoir des cadeaux qui ajoutent une petite touche de « luxe » à leur maison et qu'ils ne s'offriraient pas eux-mêmes. Ainsi, du savon à main de qualité, du joli linge de table ou de cuisine et des chandelles parfumées, par exemple, sont d'excellents choix qui plaisent généralement à tous.

Pour des présents plus personnalisés, pensez à une belle écharpe ou à un châle élégant, à une couverture chaude ou à un sac fourre-tout. Si vous connaissez un peu leurs goûts, vous pouvez également miser sur du café ou du thé de qualité, un bon vin, une huile végétale bio ou n'importe quel aliment qui leur fera plaisir.

Enfin, n'oubliez pas d'ajouter une carte de remerciements — après tout, c'est pour exprimer votre reconnaissance que vous leur donnez un cadeau!

UMBERTO TOMEI DENTUROLOGISTE
2899, boul. Labelle, Prévost (Couche-Tard)

2 prothèses dentaires
acrylique À partir de **1200\$**

Service à domicile pour personne à mobilité réduite
Consultation gratuite. Valable du : 4 décembre au 25 décembre 2019

450 560-1148

CONCOURS
Bas de Noël
Géant

GROUPE CARBUR

4 BAS DE NOËL GÉANTS À GAGNER

PLUS DE
5 000\$ EN CADEAUX

PARTICIPEZ SUR LES PAGES FACEBOOK DE NOS
3 CONCESSIONS OU DIRECTEMENT EN CONCESSION

f G ST-JÉRÔME CHEVROLET G ST-JÉRÔME CHRYSLER G ST-JÉRÔME AUTO DÉPÔT

Le Nord accès à l'information Partenaire média

sports experts Saint-Jérôme

5 Saveurs Votre marché sans préjudice!

marguerite fleuriste

Tim Hortons

Boston Pizza C'EST BON D'ÊTRE CHINOIS!

Dans le Nord c'est
DESJARDINS SPORT Saint-Jérôme

0% *SANS INTÉRÊT POUR 36 MOIS

ARIENS

Obtenez **100\$** pour votre vieille souffleuse**

*S.A.C. Certaines conditions s'appliquent. Garantie 5 ans limitée. **Détails en magasin.

Passez en magasin **2075, boul. Labelle (route 117) Saint-Jérôme**

Trucs et astuces Préparer son corps pour les activités hivernales



Sandra Mathieu – Josianne Guay, propriétaire de la Clinique Ostéo Sport, en connaît un rayon sur la préparation du corps pour la saison froide. En plus d'être une ostéopathe spécialisée pour les sportifs, elle est une ancienne athlète et entraîneuse de patin artistique, aujourd'hui adepte de course à pied et de triathlon d'hiver.

«C'est souvent en début d'hiver que l'on voit les blessures les plus importantes et c'est dommage car ça peut hypothéquer la saison en entier», souligne la spécialiste en prévention des blessures.

Question d'éviter cette malheureuse situation, Josianne prône la progression autant au niveau de l'intensité et que de la durée de l'activité. Donc elle conseille par exemple de commencer par une sortie de 45 minutes de ski de fond au lieu de deux heures, et compléter avec d'autres sports complémentaires, par exemple la raquette ou la course sur neige.

«Si par exemple on s'est entraîné l'été et l'automne en vélo, on a l'impression que notre énergie, notre cardio et notre capacité physique nous permettent de recommencer le ski de fond à la même cadence qu'à la fin de l'hiver dernier,

mais nos articulations ne sont pas nécessairement prêtes à ces nouveaux mouvements répétitifs.»

Une autre astuce pourrait aussi être de répéter les mouvements spécifiques à notre activité hivernale préférée à la salle d'entraînement en ajoutant un poids et ce, avant la saison, pour préparer ses articulations et renforcer et redévelopper les groupes musculaires qui seront sollicités.

Selon Josianne, les skieurs alpins, de leur côté, sous-estiment le fait que le pied est soudainement coincé dans une botte rigide et que le genou et les muscles autour doivent être deux fois plus puissants pour éviter les blessures. «Il faut aussi éviter de commencer la saison en dévalant les mêmes pistes que l'on maîtrisait à la fin de la saison précédente.»

Peu importe l'activité, et ce en toute saison, il ne faut pas négliger les échauffements avant l'exercice et les étirements quelques heures après.

Réapprendre le froid et bien s'hydrater

N'oublions pas également de prendre le temps de réapprendre le froid qui apporte un assèchement important au niveau de la gorge et des poumons. Un truc peut être de respirer par le nez et/ou de porter une protection dans le bas du visage, tel un foulard de type Buff.

«Finalement, rester hydraté est également un défi l'hiver puisque l'on ressent moins la soif. Aussi, comme le corps qui est à 37 degrés est déjà en train de travailler fort pour nous réchauffer, on évite de boire des liquides froids. On opte plutôt pour une eau chaude citronnée ou encore une tisane, que l'on garde facilement accessible dans un thermos.»

VOTRE DÉPOSITAIRE DANS LES LAURENTIDES

GARMIN™

Dans l'Nord c'est
**DESJARDINS
SPORT** Saint-Jérôme

2075, boul. Labelle (route 117) Saint-Jérôme 450 438-8225

www.desjardinssport.com



L'art de s'équiper en ski nordique!

Édith Viens, fondatrice des Vieilles Po - La neige a commencé à tomber et vous voulez vous équiper pour le ski back-country? Le choix est grand et très varié, c'est facile d'être tout mêlé! Il faut d'abord se connaître, savoir dans quelles conditions nous allons principalement skier et établir un budget.

La pièce la plus importante à notre avis, c'est la botte. Une botte qui n'est pas confortable, qui n'est pas de la bonne pointure ou trop pesante, pourrait rendre l'expérience moins agréable. Les pieds remplis d'ampoules, ça n'avance ni ça ne skie très bien! Nous, cette année, on a eu un coup de cœur pour les Dynafit Hoji Protour qui ont plusieurs avantages : un poids léger qui facilite la grimpe, un flex de 120 pour du ski à fond la caisse, en plus d'un maniement minimaliste et unique soit un seul clic pour passer du mode marche au mode ski et vice versa!

Ensuite, il faut être vêtu de façon adéquate. Avoir froid n'est pas une option! On se couvre de vêtements ultra-respirants et qui sauront garder au chaud et couper le vent à la fois. Une pièce

qu'on adore, c'est la salopette et, plus spécifiquement, la Futurelight Steep Series de The NorthFace. Non seulement on capote sur sa couleur verte treillis, son efficacité est ultime. Puis, autant pour les bas que pour les sous-vêtements, nous sommes complètement vendues à la laine de mérinos. Nous n'avons rien trouvé de plus efficace pour repousser l'humidité et garder la chaleur.

Pour les skis, les Vieilles Po, on adore les DPS et plus particulièrement les Yvette qui flottent à souhait dans la poudreuse et qui permettent à la fois de pousser le ski en le carvant convenablement sur les pistes damées lorsque la neige folle n'est pas au rendez-vous. Il existe vraiment une grande variété et de là l'importance de connaître le terrain

où ils seront principalement utilisés pour en choisir de la bonne longueur et largeur. Nous, on choisit souvent un peu plus court pour passer facilement entre les arbres lorsqu'on sort des sentiers battus!

Quant aux peaux de phoque, nous sommes très excitées d'essayer cette année les Pomoca. Apparemment, nous ne nous servirons plus de notre trouvaille choucho, les love-glove qu'on adorait puisqu'ils empêchaient nos peaux de trop se coller et nous permettaient d'enlever et de replacer les peaux sur les skis sans se battre avec pour les décoller et les ranger. Les Pomoca, en plus d'être légères, se replient sur elles-mêmes et se décollent ensuite facilement grâce aux produits adhérents utilisés.

N'oubliez pas bien sûr votre casque, vos pôles et, si vous allez en milieu avalancheux, votre pelle, sonde et dva, le tout dans un bon sac à dos avec plusieurs poches d'accès facile!

BIJOUTIER
★
BFM
FABRICANT
— 1979 —
MODELISTE

271, rue de Villemure
St-Jérôme,
J7Z 5J5, QC
450.565.5858

759 St-Isidore
St-Lin-Laurentides,
J5M 2V4, QC
450.439.8872



>PN00473

Depuis 1979 au service de notre précieuse clientèle nous réparons vos bijoux, montres et horloges. Profitez de votre visite chez nous pour faire nettoyer gratuitement vos bijoux.

BIJOUTIER
★
BFM
FABRICANT
— 1979 —
MODELISTE

GRATUIT
Soudure d'une chaîne
(Valeur de 15\$)

Présentez ce coupon avant toutes réparations et services.
1 coupon par personne. Exp: 15/12/2019. JN1119

BIJOUTIER
★
BFM
FABRICANT
— 1979 —
MODELISTE

GRATUIT
Polissage d'une bague
(Valeur de 15\$)

Présentez ce coupon avant toutes réparations et services.
1 coupon par personne. Exp: 15/12/2019. JN1119

SUPERBES IDÉES-cadeaux

Scie à chaîne Jouet
3295\$

CERTIFICATS-CADEAUX
DISPONIBLES EN MAGASIN

STIHL

Scie à chaîne à essence MS 170

Cylindrée.....	30,1 cm ³
Puissance.....	1,3 kW
Poids.....	3,9 kg (8,6 lb)*

25995\$

PDSM 289,95\$
avec guide-chaîne de 16 po

RECEVEZ UNE TROUSSE WOOD-PRO^{MC} GRATUITE
à l'achat d'une scie à chaîne STIHL sélectionnée.
Coffre Woodsman^{MD} • Chaîne OILOMATIC^{MD} • Casquette STIHL

* Détails en magasin

Dans l'Nord c'est
DESJARDINS SPORT Saint-Jérôme

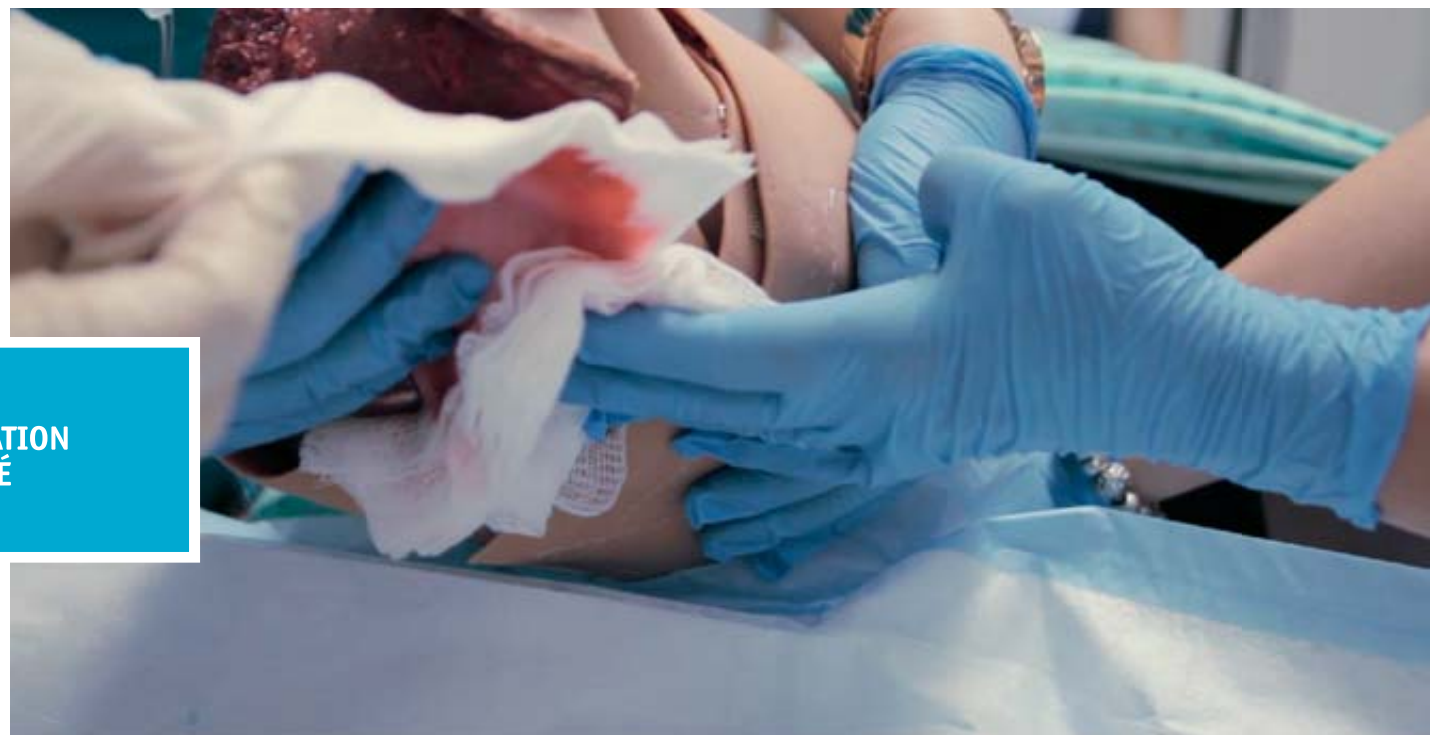
2075, boulevard Labelle (route 117)
Saint-Jérôme • 450 438-8225
www.desjardinssport.com

PN00578-1





CENTRES DE SIMULATION HAUTE FIDÉLITÉ



Les centres de simulation haute fidélité en soins infirmiers : une révolution technologique

Équipé de fonctionnalités variées, le simulateur haute fidélité (mannequin intelligent) réagit verbalement et possède les caractéristiques physiologiques d'un être humain. Cet outil sophistiqué constitue une révolution technologique qui donne l'occasion aux étudiants de s'exercer dans un environnement sécuritaire et concret qui se compare au milieu clinique réel. La préparation des intervenants et la qualité des soins prodigués aux patients peuvent faire toute la différence.

Le Cégep de Saint-Jérôme est l'un des pionniers de la formation infirmière au Québec. Il a enrichi le réseau de la santé et des services sociaux de près de 3500 diplômés à Saint-Jérôme et près de 200 à Mont-Laurier. Une présence majeure dans le milieu de la santé pour que toute la communauté laurentienne en bénéficie!

Le Cégep de Saint-Jérôme est dans le top 5 des meilleurs établissements (collèges et universités) aux examens d'admission à la profession de l'Ordre des infirmières et infirmiers du Québec!





VÉHICULES D'ENTRETIEN EN PÉRIODE HIVERNALE COMPRENDRE LA RÉALITÉ DES CONDUCTEURS

Ève Ménard - Le 29 novembre, le ministère des Transports et les contrôleurs routiers de la Société de l'assurance automobile du Québec ont tenu une activité de sensibilisation à Saint-Jérôme portant sur les angles morts des véhicules de déneigement.

À VENDRE À PIEDMONT BÂTISSE COMMERCIALE

5 minutes du village de Saint-Sauveur
avec grand stationnement,
2000 pc carré sur 2 étages

450 602-0634



duProprio



■ « ON A BEAUCOUP D'ANGLES MORTS »

La Société d'assurance automobile du Québec a fait un sondage il y a quelques années qui a révélé que 62% de la population ne savait pas où étaient les angles morts des véhicules lourds.

Ainsi, est venue l'idée d'une telle activité de sensibilisation, m'explique Marie-Josée Michaud, contrôleuse routier et agente aux relations publiques pour Contrôle routier Québec. « Il s'agit d'une initiative qui se promène à la grandeur du Québec. La population est invitée et peut embarquer à la place du conducteur et vivre l'expérience et mieux comprendre la réalité », ajoute-t-elle.

L'activité a donc permis de sensibiliser les participants à l'importance d'adopter un comportement sécuritaire en présence de véhicules de déneigement et de démontrer la complexité du travail des équipes d'entretien.

« On a beaucoup d'angles morts. Alentour du camion, il y a à peu près un angle mort

de 5 ou 6 pieds en angle où on n'a pas de vision », précise Benoît Therrien, chef d'équipe pour les opérations déneigement pour l'hiver.

Des outils de marquage au sol ont été utilisés afin d'illustrer l'étendue des angles morts et les risques qui y sont associés. En effet, une grande superficie autour du camion de déneigement était recouverte de tapis rouges.

« On a beaucoup d'angles morts. Alentour du camion, il y a à peu près un angle mort de 5 ou 6 pieds en angle où on n'a pas de vision »

« Tous les tapis qu'on voit autour du véhicule, on ne les voit plus du tout quand on s'assoit à l'intérieur, à la place du conducteur », souligne Marie-Josée Michaud.



Sélection St-Jérôme

Où le bonheur se vit

Sélection St-Jérôme offre
une gamme complète de services
à la carte pour votre bien-être
et votre tranquillité d'esprit :

- À deux pas du Carrefour du Nord
et de tous les services
- Salle à manger avec service aux tables
- Salle d'entraînement
- Services de soins de santé
- Dépanneur
- Service de coiffure
et d'esthétique

Et beaucoup plus!

197
APPARTEMENTS
AVEC SERVICES
+ 105
APPARTEMENTS
SANS SERVICES

**FAITES VITE! ENCORE QUELQUES
APPARTEMENTS DISPONIBLES.**

1 844 808-3134



Michel Forget
Ambassadeur

 **Sélection**
Retraite



685, boul Monseigneur-Dubois, Saint-Jérôme
selectionretraite.com

>PN00366-2

RYAN KENNEDY

AU THÉÂTRE GILLES VIGNEAULT

DYANE BOUTHILLETTE – De sa voix chaude et enveloppante, l'auteur-compositeur-interprète de *Morin-Heights*, Ryan Kennedy, transportera son public sur une nouvelle vague musicale, le 12 décembre, dès 20h, au Théâtre Gilles Vigneault.

« C'est un show complètement nouveau. Je ne l'ai pas fait encore en salle. Il va y avoir à peu près 6 nouvelles chansons et nous serons 3 sur scène. Ça va être un super beau spectacle, très intime, avec percussion, piano, et guitare », nous promet Ryan.

■ UNE TRILOGIE MUSICALE

Pour Ryan Kennedy la musique a toujours été exutoire, une thérapie. « *Sur mon premier album, il est beaucoup question de religion, du village où je suis né, de l'église où j'allais, etc.* », souligne-t-il. Dans le deuxième s'intitulant *Love is gold*, il syntonise la paix avec son passé en nous chantant l'amour.

En préparation, son 3^e album est la suite de ses deux premiers. Traitant de bien-être et de spiritualité, il avance sur le chemin de son cheminement personnel. « *C'est la découverte de ce qui rend heureux* », ajoute le chanteur.

■ MUSICALEMENT FACILE

Si à travers sa musique il exprime parfois des zones grises de sa vie, Ryan affirme avoir été privilégié dans son cheminement musical. Sortant un album en 2015, il a commencé à faire de la tournée. Montant à bord de l'aventure de *La Voix* en 2016, ses chansons ont commencé à jouer dans les stations de radio. « *J'ai reçu le prix SOCAN pour la chanson la plus jouée en 2017* », souligne l'auteur-compositeur-interprète. Invité à participer à l'émission *LA Voix* en France, cela lui a permis de commencer à développer sa carrière du côté de l'Europe.

■ DÉCOLLAGE D'UNE DEUXIÈME CARRIÈRE

Parallèlement à la musique, Ryan est pilote commercial. Ne tenant pas sa carrière musicale pour acquise, l'aviation est en quelque sorte son parachute pour les périodes creuses. « *Depuis l'âge de 8 ou 9 ans, j'ai toujours tripé sur les avions, autant que sur la musique. Ce sont deux passions que j'ai développées dans ma jeune vie d'adulte. Je joue de la guitare depuis que j'ai 10 ou 12 ans. Et à 21 ans je suis allé chercher ma licence de pilote*



privé parce que c'était vraiment un truc que je voulais faire », raconte-t-il.

Au printemps prochain, Ryan commencera à travailler dans une grande compagnie aérienne « *De la musique, je vais toujours en faire, mais l'aviation prend aussi une grande place dans ma vie. Je vous dirais que c'est pas mal égal avec la musique* », déclare-t-il.

Comme il sera dans l'aviation 2 semaines sur 4, l'artiste aura encore du temps pour la musique. « *J'ai hâte de voir ce que ça va m'inspirer de travailler pour une compagnie aérienne et de faire plusieurs voyages. C'est sûr que ça va être bon pour mon côté créatif dans la musique* », rêve-t-il déjà.

Mais en attendant le décollage, il invite le public à aller le voir en spectacle. « *Ça va être un show à ne pas manquer* », dit-il.

Pour vous procurer des billets : theatregillesvigneault.com





Nous aussi ont est acceptés

Résidence pour personnes âgées

- Infirmière auxiliaire autorisée
Unité prothétique Alzheimer
- Préposés aux bénéficiaires (24 hres/24 • 7 jours/7)
- Visite du médecin
- Système d'appel d'urgence
- Excellent choix de menus (selon le Guide alimentaire canadien)
- Chambre spacieuse avec salle de bains
- Service de conciergerie
- Chapelle
- Salon de coiffure
- Soins des pieds par infirmier/ère
- Activités et spectacles
- Magnifique aménagement extérieur
- Tarif fixe (incluant tous les services)
- Zoothérapie
- Petits animaux domestiques acceptés



2184, boul. Ste-Sophie, Sainte-Sophie
450 516-3449 • 450 565-1439



Collection Laflamme, 229 rue St-Georges,
St-Jérôme 450-436-2772



En cette période hivernale pourquoi ne pas se vêtir à faible coût? La Boutiquerie vous propose une gamme de vêtements et accessoires inspectés et certifiés sans trou ni tache. Minimise l'imperfection? Ils sont sur un présentoir à prix réduit et le défaut est mentionné. Encore plus, ils sont soit recyclés soit répartis ailleurs. Nouveauté, un présentoir de soutiens-gorge NEUF à 8\$!! Soyez assurés de ne trouver que de la qualité à très bon prix! Pour découvrir l'endroit rendez-vous au 617A, rue St-Georges. Notez que l'entrée est sur Léopold-Nantel.

LES CINÉMAS
CARREFOUR DU NORD

LE GRAND ÉCRAN À PETITS PRIX !

LES MARDIS 6.25\$

LES MERCREDIS 7.75\$

LES APRÈS-MIDIS 8.75\$

LES JEUDIS 2 POUR 1 SUR PRÉSENTATION DU COUPON

PRÉSENTEZ LE sur notre page Facebook, dans notre Journal en ligne ou sous forme imprimée, au cinéma de votre choix.

*Non valide sur les films 3D, la salle DVD, Les sièges DRES, Spectra, Balalaïka, à l'extérieur du magasin, pour des raisons techniques ou d'assurances spéciales.
La 2 pour 1 s'applique sur le prix de base de 12\$.

POUR CONSULTER NOTRE HORAIRE
CINEMAST-JEROME.COM

f i A

TÉLÉPHONE: **450-436-5944** AUTOROUTE DES LAURENTIDES, SORTIE 45

VOTRE CINÉMA VOUS GÂTE. PROFITEZ-EN !

PLEIN AIR EXTRÊME

LA GRANDE TRAVERSÉE, VERSION ÉTUDIANTE AU PARC DU MONT-TREMBLANT

Luc Robert - Le club de plein air de l'École secondaire des Hauts-Sommets, de Saint-Jérôme, a réuni un groupe de 15 élèves, qui a traversé en novembre dernier le parc du Mont-Tremblant, sur une longueur totale de 65 kilomètres.

Cette année, les responsables Benoît Ricard et Debbie Bouchard-Desroches, ont encadré la plus grande randonnée jamais organisée en 25 ans d'existence du club, qui comprenait des élèves de 15 à 17 ans.

«Plusieurs adorent les aventures dans la nature, alors que d'autres sont horrifiés à la seule idée de perdre l'accès à leur téléphone cellulaire. Le but était de trouver un peu

d'adversité. Nous avions une équipe très en forme cette année, car plusieurs jeunes font partie de l'équipe de course de l'école», a commenté M. Ricard.

■ CALENDRIER ÉPUI SANT

L'aventure a débuté à l'Accueil La Cache et s'est terminée à l'accueil du secteur Pimbina, près de Saint-Donat, quatre journées de marche plus tard.

«Le club est parti en forêt du 10 au 13 novembre, soit la fin de semaine où a eu lieu la première tempête de neige».

Le groupe est arrivé à l'accueil du Lac Caché, le premier jour, pour se diriger avec



Le club de plein air de l'École secondaire des Hauts-Sommets a repoussé les limites, avec une sortie de 65 km.

leurs sacs à dos, vers le refuge La Cache, afin de s'installer pour la nuit.

Puis, le lundi matin, la première vraie journée de marche a commencé. Depuis le refuge, les élèves ont bravé le froid mordant, avec une épaisse couche de neige, qui couvrait déjà les pistes. Les étudiants ont découvert des grottes au rocher de l'Indien, puis ils ont entamé une exténuante montée, pour terminer la longue marche de 18,5 km, au refuge du lileau, vers 15h30.

■ REDOUBLER D'EFFORTS

La troisième étape aura été la plus difficile d'entre toutes. Contrairement aux années antérieures, Benoît Ricard a décidé de continuer la randonnée vers l'Est du Parc, encore plus loin qu'à l'habitude, en faisant dormir son groupe au refuge du Lac des Sables, au lieu du refuge du Lac Ernie. Cela s'est donc avéré une randonnée double, sans compter les élévations, de 22 km.

«Les élèves ont quitté le refuge dans un froid glacial de -15 Celsius. Le groupe est parti vite, avec une énergie élevée, marchant près de 4 km à l'heure. Cependant, après avoir observé les chutes Croches et dîné au Lac Ernie, les élèves se sont butés à une pénible montée de 2 km, avec une élévation de près de 500 m. En redoublant d'efforts, le club est parvenu de peine et de misère au Lac des Sables».

■ MONTÉE FINALE

Malgré la fatigue palpable et les maux de jambes, les élèves sont repartis de bonne heure le mercredi matin, en direction de l'accueil de la Pimbina, pour le 4^e jour et 16 km à faire.

«Après 10 longs km de marche, les élèves se sont arrêtés pour leur dernier dîner, au Relais du Lariou, et ont fait un feu pour réchauffer les mains gelées des Conquêteurs. Après toutes ces aventures, ils sont arrivés à l'accueil de la Pimbina vers 1h30, célébrant leurs victoires personnelles».



Utilisez le mot-clic #MerciBénévoles2019

Aux plus de 2.2 millions de bénévoles du Québec...

Aujourd'hui, nous souhaitons souligner votre apport inestimable. Peu importe votre domaine d'implication, sachez que vous faites une différence incroyable dans nos vies.

Du fond du coeur, merci!



CONCOURS PHOTO

Prenez une photo de la tour du Stade olympique de Montréal qui sera éclairée spécialement pour souligner cette journée. Vous pourriez remporter une carte-cadeau de 100\$ de Gosselin photo. Consultez les conditions du concours sur : rabq.ca/concours

PN00596-1

Concours

Nos p'tits Amours!

Partagez-nous l'amour que vous avez pour votre animal de compagnie!

Votre animal pourrait devenir notre "Vedette du mois" et vous pourriez gagner une carte cadeau de 25\$ valide chez Pour participer, faites-nous parvenir sa photo, son nom et un texte de 2-3 lignes nous racontant un fait cocasse ou une habitude de votre petit amour.

Par courriel
concoursjournalnord@journalnord.com



Ne manquez pas ce rendez-vous mensuel dans le Journal Le Nord, votre hebdo local!



«Un tirage aura lieu chaque mois parmi les photos reçues. Prochaine parution le 18 décembre 2019»



PN00097-1

RETRouvailles d'anciens chums

Quand nous étions enfant, on avait des amis de ruelles, des amis de quartiers. Plus tard l'école nous a apporté de nouveaux amis. Ensuite les sports et le travail ont ajouté d'autres personnes dans notre cercle d'amis. Mais que sont-ils devenus après toutes ces années. Quelquefois on revoit certains d'entre eux. Mais d'autres sont disparus de notre vie.

Avant l'idée des rencontres idéales, des anciens sportifs voulaient s'impliquer si nous répétions l'expérience. C'est ainsi que Normand Piché, Jean Paul Nadon, Pierre Yves Ouelette, Buddy Brunet, Charles Michaud et Pierre Therrien ont embarqué dans l'aventure.

Un site a été créé sur Facebook (Anciens Sportifs Jéromiens) qui réunit des personnes qui ont évoluées ou ont été impliquées dans diverses organisations sportives jéromiennes. Maintenant il fallait retrouver ces gars là. L'équipe des retrouvailles s'est mis à l'œuvre : téléphone, médias

Etats-Unis) Jacques Charbonneau (chauffeur attitré pour l'autobus) et quelques joueurs des diverses décennies se sont rappelés de bon souvenir. Dans les discussions personne avaient oubliées un immortel de la petite ligue: Ti-Jos Paiement.

LES ALOUETTES

Le hockey a toujours tenu une place importante à St-Jérôme. Les Alouettes ont connu des années de gloire. 1951-1952 (Champion ligue Senior Provincial) 1959-1960 / 1960-1961 et 1968-1969 Les Alouettes qui évoluait dans la ligue Métropolitaine ont décroché les grands honneurs. (1969-1970) Champion Section Ouest dans La ligue Majeure avec un dénommé Guy Lafleur qui évoluait pour les Remparts de Québec a cette époque.

3 soupers ont été programmés pour les Alouettes ayant évolués de (1955 a 1965) (1969 a 1972) et 1973 a 1976.

Parmi les personnes présentes certaines ont connu des carrières dans des circuits professionnels.

Yves Locas (Ligue Américaine diverses formations)

Mario Desjardins (Club ferme : Canadiens de Montréal)

Robert Guindon (Nordiques de Québec et Jets de Winnipeg) Association Mondiale

Jean Denis Royal : Repêché par les Rangers New York

Les anecdotes furent nombreuses et surprenantes. La période où les hockeys et les poubelles étaient des ovnis dans la chambre des joueurs, à l'époque d'Yves Nadon. Le fameux match où le regretté Jean Landreville est resté accroché dans le grillage qui servait dans le temps de baie vitrée. Les 2 joutes d'exhibitions contre les Red Wings de Détroit. Le blanchissage (1-0) de Yves St-Pierre (57 lancers) qui jouait à l'époque pour Montréal Nord contre les Alouettes. Les couvre feux surveillés par Robert Cyr et André Binette. Le championnat de la ligue Métropolitaine en 1969. La course de Kevin Morisson qui voulait se battre contre Dave Schultz des Eperviers de Sorel.

Jean Bellemarre qui a longtemps été à l'emploi des Alouettes nous a racontés des histoires surprenantes.

LE JUNIOR B

Il y avait aussi les clubs ferme des Alouettes qui attiraient de bonnes foules et offraient du très bon hockey.

Les Ailes Rouges de 1965 a 1967 qui selon certaines rumeurs aurait donné du fil à retordre aux Alouettes de 1966-1967. Bob Désormeaux, Marc Nadon, les frères Charrette, Normand Piché et Yves Ménard entre autres en avait long à dire sur cette équipe.

Les Eperviers de 1969 / 1970 dirigés par le regretté Fabien Lapierre ont remporté le championnat Junior B. Ceux de 1970-1971 dirigés par Claude Lachapelle ont remporté le championnat de la ligue Junior B des Laurentides. Les Olympiques de 1971-1972 dans la ligue Montréal Junior ont été exclus des séries à leur seule année d'existence. Alain Barette et Michel Dorion ont évolués pour les 3 équipes.

Retrouvés des anciens coéquipiers au hockey que nous avons connu dans notre jeunesse et les revoir après 30 ans, 40 ans et même 50 ans plus tard fut une immense joie pour tous les participants de nos rencontres. Aujourd'hui nos anciens joueurs et dirigeants ont entre 65 et 95 ans et sont toujours passionnés du hockey. A la fin de chaque soirée, plusieurs personnes ont exprimés le désir de revenir si le comité organisait d'autres rencontres.

Quelques bières, un bon repas et un excellent service du personnel de Chez Mike's ont fait de ces retrouvailles des soirées inoubliables.

RUMEUR : Les prochaines retrouvailles seraient avec les Cardinaux au Baseball et les Rapido au hockey A suivre...

COMITE RETROUvailles



Jean Paul Nadon, Pierre Yves Ouelette, Normand Vezeau (Propriétaire restaurant Mike's a St-Jérôme) Ghislain Martin, Normand Piché. A l' avant : Charles Michaud, Yves St-Pierre, Bernard Brunet et Pierre Therrien

RETRouvailles : ALOUETTES Edition 1972-1973

DEBOUT : Jacques Trudel, Michel Levert, Reynald Bélanger, René Courchesne
À GENOUX : Denis Cyr
AVANT : Gaetan Legault, Serge Bellevance, Yves Locas (Instructeur) Gilles Baumier, Robert Carrière, Raymond Proulx, Gerry Lambert, Raymond Roberge, Pierre Lambert, Marcel Dubé.



Facebook, Instagram et les autres réseaux sociaux permettent quelquefois de correspondre avec des amis que vous n'avez pas vu depuis 10 - 20 - 30 ans On espère les revoir un jour.

Il y a 2 ans Yves St Pierre / René Tessier et Ghislain Martin travaillaient comme bénévole au bureau des Archives de St-Jérôme. Ils s'occupaient d'identifier des anciennes photos sportives, culturels et artistiques. Ils eurent l'idée d'essayer de rejoindre des amis qu'ils n'avaient pas vus depuis des décennies. Quelques déjeuners eurent lieu au Restaurant Mike's de Normand Vezeau a St-Jérôme (ancien joueur des Alouettes) le nombre de participants augmentait à chaque fois. Trou-

soiaux et bouche a oreille furent nos outils de recherche. Nous avons eu droit à de belles surprises car d'anciens joueurs qui demeurent maintenant en Abitibi, Mont Laurier, Ottawa ne voulaient pas manquer ces rencontres. Plus de 25 personnes ont répondu a notre invitation a chacune de nos rencontres.

Le 8 Octobre 2018 : Première retrouvaille : trente personnes se sont réunis pour commémorer les 65 ans de la création du baseball mineur a St-Jérôme. Roy Vosburg , Yvon Godon, Jean Bellemarre, André Filiatrault, Robert Rioux qui furent des pionniers du début étaient ravis que revoir des anciens joueurs de cette ligue. François St-Michel (lanceur de la partie de championnat a Rome dans l' Est des

Pour bien commencer votre journée

St-Jérôme

Nos déjeuners tous les jours dès 6h30

340, boulevard des Laurentides, St-Jérôme 450 438-5888

SPORTS ET ÉTUDES
ALEX BLAIS**MÈNE DE FRONT DEUX CARRIÈRES D'ÉLITE**

Frappeur droitier, Alex Blais atteint régulièrement les sentiers, avec les **Diamonds de Mirabel**.

Luc Robert – Le Colombanois Alex Blais ne fait pas les choses à moitié: il obtient du succès scolaire, tout en arborant à la fois le gilet des Diamonds U16 au baseball, ainsi que celui des Vikings de Saint-Eustache, de la Ligue de hockey midget AAA du Québec.

Joueur d'arrêt-court et lanceur, Blais a notamment atteint, avec son équipe, trois Championnats du monde des Petites Ligues de baseball en quatre ans.

« On a visité San Francisco, en Californie, Detroit au Michigan, et également Easley, en Caroline du Sud. Je me suis fait des amis partout, avec lesquels je suis demeuré via internet », a-t-il souligné.

Lors de ces trois épopées américaines, Alex Blais a eu la chance d'atteindre deux fois la grande finale.

« J'en suis fier. Quand tu fais face aux Américains, dans le U16, tu t'aperçois qu'ils sont plus forts que tous ceux que tu as affrontés. Rendus à ce niveau, même si les entraîneurs nous poussent à réussir, nous sommes déjà allumés. Mon père (Benoît) nous a bien dirigé ».

En gravissant les échelons, des rangs U14 au U16, Blais a dû s'ajuster.

« Passer de 80 à 90 pieds pour la distance des buts, ce n'était pas évident. Mais j'ai souvent été premier frappeur, en raison de ma vitesse sur les sentiers. Au monticule, c'est ma balle courbe qui m'aide ».

Étudiant au secondaire 4, à l'école Saint-Gabriel de Sainte-Thérèse, Alex Blais maintient une moyenne générale d'environ 75 %. Il adore l'anglais, il se sait épié par les dépisteurs.

« On sait qu'ils sont là, mais ils se font très discrets, avec leur carnet de note. J'aimerais obtenir une bourse dans les rangs universitaires américains, mais il faut que je continue à me développer. On verra bien quel sport m'offrira les meilleures possibilités ».

■ HOCKEYEUR DANS L'ÂME

C'est que le joueur de 15 ans évolue aussi pour les Vikings de Saint-Eustache, au hockey midget AAA. À 5'10" et 150 livres, l'attaquant a jusqu'ici obtenu 13 points (4b, 9a) en 22 parties. « Je vais scruter les relevés de la Centrale de dépistage du junior



Alex Blais est utilisé à toutes les sauces, avec les Vikings de Saint-Eustache.

majeur. Le hockey occupe présentement mon premier intérêt. Si l'Armada me repêchait, ça serait proche pour voir souvent ma famille. Mais je n'ai pas de préférence, être sélectionné n'importe où dans la LHJMQ me conviendrait, ou encore dans un collège américain ».

Ancien porte-couleurs des Sélects du Nord, dans le bantam AAA, Alex Blais est actuellement dirigé par Daniel Gauthier, avec les Vikings. Gauthier a connu des

saisons de 41, 43 et de 45 buts avec les Tigres de Victoriaville, dans la LHJMQ.

« Daniel est un ancien centre, comme moi (Blais joue aussi à l'aila droite). Il me refille plusieurs trucs. J'ai aussi sa confiance, pour évoluer sur les unités spéciales. Je me considère comme un fabriquant de jeux, mais je peux aussi les compléter ».



PROPRIÉTAIRE Josée Pilote | DIRECTEUR GÉNÉRAL Claude Labelle | CHEF DE PUPITRE France Poirier | JOURNALISTE MULTIMÉDIA Ève Ménard | ADJOINTE À LA DIRECTION Jacinthe Neault | INFOGRAPHIE Chantal St-Julien • Marie-Eve Lapointe • Daniel Calvé | DIRECTEUR ARTISTIQUE Daniel Berthier | NOUVELLES TECHNOLOGIES ET MULTIMÉDIA Pier Savard | CONSEILLERS PUBLICITAIRES Édith Pelletier • Annie Bourdeau • Richard Lefebvre • Rachel Rodrigue | CONSEILLÈRE VENTES INTERNES ET EMPLOI Nathalie Paquin | AGENT AUX COMMUNICATIONS Antoine Gascon | OPÉRATIONS ET ADMINISTRATION Josée Ménard • Mélanie Gosselin | IMPRESSION Trans-Mag DISTRIBUTION Transcontinental | DÉPÔT LÉGAL Bibliothèque nationale du Québec | ADRESSE 11, rue Robert, Saint-Sauveur, JOR 1R6 | TÉLÉPHONE 450.438.8383 journalnord.com

Le Journal Le Nord est publié tous les mercredis à 54 419 exemplaires et distribué gratuitement à Prévost, Saint-Jérôme, Saint-Hippolyte, Sainte-Sophie, Saint-Colomban, Saint-Canut. Le contenu rédactionnel, photographique et publicitaire du Journal Le Nord ne peut être reproduit en tout ou en partie sans autorisation écrite de l'éditeur. Le Journal Le Nord 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 du Journal Le Nord relativement auxdites annonces soumises par le client, ce dernier s'engage à tenir Le Journal Le Nord indemne et à prendre faits et cause en sa faveur.

Financé par le gouvernement du Québec



130 Propriétés recherchées échanges

RECHERCHE maisons campagne, fermettes, ranch, domaines boisés. Clientèle Montréal importante... François Ducharme, courtier Via Capitale. Agricole, forestier, villégiature. 450-898-1679

205 Logements / appartements à louer

2-1/2, St-Antoine, rénové, poêle, frigo. Libre immédiatement, aucun chien 450-224-8014

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

3-1/2, chauffé, éclairé. 53 av. Forget, St-Jérôme. 560\$/mois. Pas d'animaux. Enquête de crédit exigée. 819-983-1092

3-1/2, Saint-Jérôme, haut maison privée, 595\$/mois. Non-fumeur, pas d'animaux, enquête crédit. 450-822-1284

4-1/2, 567 Petit, Ste-Jérôme, 1er, près services. Pas d'animaux. 700\$. 514-219-5278,

4-1/2, février, 1er étage, 2 portes-patio, rénové, idéal retraités, pas d'animaux, non-fumeurs, pas de cannabis, Saint-Jérôme,

4-1/2 bas duplex, non chauffé, non éclairé. Pas d'animaux. 296 Oshesha, St-Jérôme, 675\$/mois. Enquête de crédit exigée.

5-1/2, 1er décembre, haut duplex, Ste-Jérôme, près université/ Costco/ autoroutes, 2 grands balcons, grande remise, 1 case de stationnement déneigé. Pas de chien. 700\$, 450-432-6676

5-1/2, 3-1/2, 925/ 935 11ème rue, secteur paisible, 5 minutes hôpital/ centre commerciaux. Disponibilité immédiatement. 514-884-9996

5-1/2, St-Canut, triplex style condo. 10,070 Henri-Piché. Aspirateur central, A/C. Stationnement déneigé. Pas d'animaux. Non-fumeurs. Enquête de crédit. Idéal pour retraités. 450-438-3683, 450-848-2324

ST-JÉRÔME: 5-1/2, , portes-patio, balcon avant/ arrière, déneigement inclus. Endroit paisible, 1er février. 730\$/mois. 450-438-4555

BEAU 3-1/2, fraîchement rénové, 1er étage, balcon avant, ensoleillé. Entrées laveuse/ sécheuse. Stationnement déneigé. Idéal pour personne semi-retraitee ou retraitée. 5 minutes à pied du quartier 50, de la gare et l'hôpital. Non-fumeur. Pas d'animaux. Enquête de crédit 1er mars. 650\$. A St-Jérôme. 450-569-0266

205 Logements / appartements à louer

5-1/2, St-Jérôme, 2e étage. Libre. Près Carrefour du Nord. Non-fumeur. Pas de cannabis. Aucun animal. 750\$. Membre CORPIQ. 450-438-6916

225 Propriétés à louer

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

245 Chambre à louer

CHAMBRE, secteur St-Antoine, St-Jérôme. 380\$/mois tout inclus. Près des services. Non-fumeur.

CHAMBRE meublée, tout inclus. Prévost, 4 minutes de Saint-Jérôme. 400\$.

CHAMBRE pour femme seulement, Saint-Jérôme, condo, près Costco, 4e étage, Internet, 325\$, 514-246-6711

250 Maison de repos / centre d'accueil

RÉSIDENCE Les Vignobles, grandes chambres ensoleillées pour aînés, toilette, lavabo. Crédit d'impôt disponible. Incluant tous les services. 450-275-1762, 450-432-5828

270 Bureaux / locaux à louer

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

LOCAUX commerciaux 800 pi.ca. et 1,000 pi.ca., à Ste-Adèle, pour entreprise de services, restaurant, bail 3 ans: 3 mois gratuits! 5 ans: 6 mois gratuits! Belle place de stationnement, 450-229-8139, 514-791-4372

310 Divers à vendre

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

320 Animaux

CHATONS demandés. Nous aimerions adopter des chatons, irons chercher. 438-403-7701

Vous êtes à la recherche D'EMPLOYES QUALIFIÉS?

et

jobboom

ont une offre irrésistible à vous proposer...

Communiquez avec votre conseiller sans tarder! 000 000 0000

345 Antiquité / art / collections

COLLECTIONNEUR
Achète: audio vintage, ampli Marantz, Sansui, McIntosh, Pioneer, Quad. Speakers IMF, Dittion, JBL, Tannoy. Tables tournantes: Thorens, Lenco, Technics, Michell, Sansui. Aussi disques vinyle rock, heavy-metal, jazz, blues. François 450-858-1587

365 Poêle / Fournaise / Bois de foyer

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

404 Services domestiques offerts

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

415 Massothérapie / Soins thérapeutiques

!!!! 450-951-5928 bon massage détente. 35, 3e Avenue, suite 202, Boisbriand,

!! 450-431-7966. ABSOLUMENT À DÉCOUVRIR LA MAGIE D'UN MASSAGE NATURELLE QUALITÉ SUPÉRIEURE SENSORIEL EXTREME DÉTENTE. REÇU. 7/7. 9H-22H. ENDROIT CHAMP-

! 514-706-5666. Massage confort détente. Lundi au sa-

! Nouvelle. Service professionnel, douce détente, chaleureuse. Amélia. 7/7.

BESOIN d'une bonne détente? Passez me voir! Massages suédois. Saint-Jérôme. Reçus. 514-603-6062,

BON massage à votre goût, prix alléchant, détente, bien-

BON massage doux et relaxant. Je me déplace du lundi au vendredi. Mélanie: 450-822-2778

DÉTENTE naturiste, relaxation complète, Daniel, Ste-Adèle, peux me déplacer. 450-275-0780

MASSAGE très relaxant pour bien vous détendre, St-Jérôme

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

UN bien-être pour votre corps. Massage détente ou en profondeur. 819-323-4447

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)

424 Astrologie / Occultisme

Médium Québec réunit toujours pour vous les meilleurs voyant(e)s du Québec, reconnus pour leurs dons, leur sérieux, la qualité de leurs prédictions...Écoutez-les au 1-866-503-0830 et choisissez votre conseiller(e) personnel(le). Depuis votre cellulaire faite le #(carré)5722. Pour les voir et mieux les connaître: www.MediumQuebec.com

440 Déménagement / Transport / Entreposage

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

450 Ébénisterie / Décapage

FABRICATION d'armoires de cuisine et s.d.b. sur mesure. Mélanges, thermoplastique, polyester, bois. Travail professionnel. R. B. Q. : 8283-1314-47 jlavioie360@hotmail.com 514-577-0612

464 Réparations diverses

PETITS moteurs, réparation entretien, tondeuse, tracteur, souffeuse, transport disponible. Estimation avant réparation. 514-703-8107

474 Terrassement / Paysagiste

ABATTAGE du Québec Inc. élagage, abattage, déchi-quetage. Estimation gratuite. Assurances. abattagequebec.com 450-478-4097

484 Services divers

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

485 Agence de rencontre avec permis

AGENCE de rencontre sérieuse; Temps rencontre illimité, brunch samedis.

CONTACTS directs et rencontres sur le service #1 au Québec! Conversations, rencontres inattendues, des aventures inoubliables vous attendent. Goûtez la différence. Appelez le 1-866-553-5652 pour les écouter ou bien, pour leur parler, depuis votre cellulaire, faites le # (carré)6910 (des frais peuvent s'appliquer) L'aventure est au bout de la ligne. www.lesseductrices.com

555 Argent à prêter

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

555 Argent à prêter

PRÊTEUR hypothécaire privé de premier et deuxième niveau. Financement rapide peu importe votre région. Service professionnel. Nos taux sont compétitifs et no conditions de financement flexibles. Financement Brissou. 1-866-566-7081

585 Services financiers divers

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

605 Emplois divers

COMPAGNIE à Laval recherche installateur de chauffage électrique, semaine et fins de semaine. Permis valide. 514-387-1434

630 Santé/hospitalier

PRÉPOSÉES aux bénéficiaires recherchés(es), pour résidence de personnes âgées, à Ste-Sophie. De nuit. 14.50\$/l'heure. 450-516-3449. c. v. fax : 450-565-2774; courriel: villa2184@hotmail.ca

635 Coiffure / Beauté/ Esthétique

COIFFURE EXCALIBUR à Ste-Jérôme (secteur St-Antoine) recherche coiffeur(se) avec expérience et un minimum de clientèle. Demandez Suzanne 450-436-1634

650 Bar / Hôtels/ Restaurants

CASSE-CROÛTE ARC-EN-CIEL cherche employé(es) semaine/ fin de semaine. Bienvenue aux étudiants(es), retraités(es) et ceux entre les deux. Contactez Karine 756, Route 117, Piedmont. 450-227-3534

845 Prières Remerciements

REMERCIEMENTS au Sacré-Cœur de Jésus pour faveur obtenue. M.F.

950 Ferraille

ACHETONS voitures pour ferraille. Payons jusqu'à 1,000\$. Remorquage gratuit. 514-578-7181

985 Autos à vendre

ATTENTION! ATTENTION! Besoin d'une auto. Problème de crédit? C'est fini. Aucune enquête de crédit. Financement sur place. Voiture, camion, van. Léger dépôt requis. Robert Cloutier Autos 450-446-5250 ou 514-830-0098 1-888-446-5250 www.robertcloutier

À voir auto, camion, 4x4. Financement maison aucun cas refusé. Voitures 2010 à 2017, léger dépôt, aucun endosseur. 1-866-566-7081 www.financementbrissou.net


Offrez-vous des ailes.
Donnez à Centraide Laurentides.

Emplois

PNEUS BÉLISLE
PNEUS ET MÉCANIQUE
430, boulevard Lajeunesse Ouest
Saint-Jérôme, 450 436-4622

MÉCANICIEN AVEC EXPÉRIENCE

✓ Minimum 3 ans d'expérience
✓ Temps plein
✓ Salaire à discuter

Contactez Benoit Desjardins au 450 436-4622 >PN00572-1

SUIVEZ-NOUS SUR
facebook.com/journalLeNordStJerome



Emplois



MONT GABRIEL RESORT & SPA

EST À LA RECHERCHE DE CANDIDATS(ES) POUR COMBLER LES POSTES DE

- ASSISTANTE GOUVERNANTE
- PRÉPOSÉ AUX CHAMBRES
- ENTRETIEN MÉNAGER

Envoyez votre cv à Daniel Dulong :
gouvernante@montgabriel.com
450 227-7983 poste 250

• PRÉPOSÉ À LA MAINTENANCE
Envoyez votre cv à Denis Laporte :
maintenance@montgabriel.com
450 227-7983 poste 249

• PRÉPOSÉ À LA RÉCEPTION
Envoyez votre cv à Catherine Lizotte :
reception@montgabriel.com
450 227-7983 poste 343

- CUISINIER
- PLONGEUR

Envoyez votre cv à Scott Chalmers :
schalmers@montgabriel.com
450 227-7983 poste 243

Pour plus d'informations visitez le :
montgabriel.com/carrière

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)
- Infirmière pivot (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) J0R 1R6
Télécopieur : 450-227-6186
Courriel : manon@residencesdesjardins.com
Pour information : 450 227-2241 poste 227

PN00405-1

Centre intégré
de santé
et de services sociaux
des Laurentides



AVIS DE CONCOURS DE SÉLECTION

DIRECTEUR GÉNÉRAL ADJOINT / DIRECTRICE GÉNÉRALE ADJOINTE

PROGRAMME DE SANTÉ PHYSIQUE GÉNÉRALE ET SPÉCIALISÉE,
DE L'ENSEIGNEMENT ET DE LA RECHERCHE
au CISSS des Laurentides

Pour informations, nous vous invitons à consulter les sites
<http://www.santelaurentides.gouv.qc.ca/>
<http://www.emplois.santemontreal.qc.ca/autres-regions/>

>PN00566-1



LES MERCREDIS DE L'EMPLOI
Saint-Jérôme

JOURNÉE DE RECRUTEMENT

11 décembre 2019 - De 10 h à 12 h et de 13 h à 16 h

Bureau de Services Québec
275, rue Latour, RC, bureau 02, Saint-Jérôme (Québec) J7Z 0J7

CANAC - SUCCURSALE DE PRÉVOST

- Caissier
- Conseiller-vendeur
- Préposé à la cour et à l'entrepôt

RÉSIDENCE AU CŒUR DE LA VIE

- Préposé aux bénéficiaires
- Infirmier
- Agent de la santé
- Éducateur spécialisé

FEDEX

- Manutentionnaire

LALLEMAND SOLUTIONS SANTÉ

- Journalier
- Polyvalent – Usine 1 et 2
- Responsable de contenu
- Technicien de laboratoire, contrôle qualité

1 Présentez
votre CV

2 Passez des
entrevues éclair

3 Décrochez
un emploi !

Détails des postes : www.lesmercredisdemploi.com

Avec la participation financière de :



Information : Michelle Fredette
450 979-1640, poste 549
mfredette@i-tl.org

>PN00148-4

À VENDRE À PIEDMONT BÂTISSE COMMERCIALE

5 minutes du village de Saint-Sauveur
avec grand stationnement,
2000 pc carré sur 2 étages

450 602-0634



339 500\$



Laplace, Pierre

1953-2019



À Saint-Jérôme, le 29 novembre 2019, entouré des siens, à l'âge de 66 ans, est décédé M. Pierre Laplace époux de Mme Ginette Cléroux. Outre son épouse, il laisse dans le deuil ses filles Caroline (Carl), et Patricia (Marc-André), ses petits-enfants Hugo et Mégane, ses beaux-frères, belles-sœurs, neveux et nièces ainsi que de nombreux autres parents et amis.

La famille recevra les condoléances le samedi 7 décembre de 14h à 17h au salon de la Maison Trudel, 801 boul. des Laurentides, Saint-Jérôme, secteur Saint-Antoine, 450 438-1234, www.maisontrudel.ca

Une liturgie de la parole sera célébrée en sa mémoire ce même samedi 7 décembre à 17h, au salon. La famille tient à remercier le personnel du département de cardiologie de l'hôpital de Saint-Jérôme pour leurs bons soins. Vos marques de sympathie peuvent se traduire par un don à la Fondation de l'hôpital de Saint-Jérôme.



PN000659-1

Quenneville (Dubuc), Lucie

1931 - 2019



À son domicile, à St-Jérôme, le 25 novembre 2019, est décédée à l'âge de 88 ans Mme Lucie Dubuc, épouse de M Sylvio Quenneville.

Outre son époux, elle laisse dans le deuil ses enfants Alain (Jocelyne Bergeron), Lorraine (Pierre Gariépy), Claire (Mario Richer), Louise (Luc Charron), ses petits-enfants, et arrière-petits-enfants, son frère Jean-Claude, ainsi que ses beaux-frères, belles-sœurs et autres parents et amis.

Afin de respecter les volontés de la défunte, les funérailles auront lieu le samedi 14 décembre 2019 à 11 h à l'Église Ste-Paule (920 rue Labelle, St-Jérôme J7Z 5M5). La famille recevra les condoléances à l'Église dès 10 h.

Direction funéraire Desrosiers et Fils inc.,
10 de Martigny Est,
St-Jérôme.



PN00668-1

Ronald Chartrand

1935 - 2019



De Saint-Jérôme, le 23 novembre 2019, à l'âge de 84 ans, est décédé M. Ronald Chartrand, époux de Mme Pierrette Thivierge.

Outre son épouse, il laisse dans le deuil ses enfants Line (Alain Germain), Luc (Sophie Laflamme) et Nathalie (Stéphane Girard), ses petits-enfants Marjolaine, Guillaume, Jade, Rose, Agathe et leurs conjoints, ses arrière-petits-enfants Clémentine, Louis, Daphné, Adèle et Zackary, ses beaux-frères et belles-sœurs, neveux et nièces, ainsi qu'autres parents et amis.

La famille recevra les condoléances le samedi 7 décembre 2019 dès 9h30 en l'Église Ste-Paule, située au 920 rue Labelle, Saint-Jérôme, les funérailles suivront à 11h.

La direction des funérailles fut confiée à la Maison Funéraire Trudel
400 Place du Curé Labelle, Saint-Jérôme, Qc, J7Z 5L3
450 438-1234 • info@maisontrudel.com

Vos marques de sympathies peuvent se traduire par un don à la Fondation de l'Hôpital régional de Saint-Jérôme.



>PN00594-1

Thérèse Sylvain Brière

1927 - 2019



À Saint-Jérôme, le 30 novembre 2019, à l'âge de 92 ans, est décédée Mme Thérèse Sylvain. Elle repose désormais auprès de son époux M. Charles Brière et de ses fils Benoit et Mario (feu Joanne Lévesque). Elle laisse dans le deuil ses enfants Yvon (Francine Lamarche B.), Lise (Michel Paradis), Murielle (Robert Goyette), Marc (Danielle Boisclair), Donald (Patricia Tessier), Patrick (Marie-Eve Cossette), ses petits-enfants et leurs conjoint(es), ses arrière-petits-enfants, ses belles-sœurs, neveux et nièces ainsi que plusieurs autres parents et amis. La famille recevra vos condoléances le jeudi 5 décembre de 14h à 17h et de 19h à 21h30 et le vendredi 6 décembre dès 9h au salon de la :

Maison Trudel, 400 Place du Curé-Labelle,
Saint-Jérôme, 450 438-1234. www.maisontrudel.ca

Les funérailles seront célébrées en l'Église Ste-Paule, 920 Rue Labelle, le vendredi 6 décembre à 11h et l'inhumation aura lieu tout de suite après au Cimetière de Saint-Jérôme. La famille tient à remercier le personnel et la direction du CHSLD Saint-Jérôme et le personnel du 5e étage de l'Aile A de l'Hôpital de Saint-Jérôme pour les bons soins prodigués. Vos marques de sympathie peuvent se traduire par un don à la Fondation des maladies du cœur et de l'AVC.



PN00662-1

SUIVEZ-NOUS SUR
facebook.com/journalLeNordStJerome



ENTREPRISE LOCALE ET FAMILIALE DEPUIS 25 ANS!

CACHET D'AUTREFOIS



97-99 RUE ST-IGNACE.
Cachet d'autrefois à pied du centre-ville de St-Jérôme

275 000 \$

GARAGE DOUBLE



285, 16E AVENUE
3 cac, garage double, piscine creusée.

249 500 \$



À partir de
2%
+ 2% si agence externe



Véro & France
Véronique Bouchard, France Marselle Bouchard
Courtiers immobiliers agréés

LIBRE IMMÉDIATEMENT



175A, RUE NICOLE
Maison avec revenu de 420\$ net. Foyer. 3 entrées indépendantes. Rue paisible. Libre immédiatement.

257 000 \$

CONDO



SEIGNEURS DUMONT
Condo. 2 stationnements. 1 cac. Impeccable!

128 500 \$

OFFRE ACCEPTÉE



LAC BERTRAND
3 cac.
Plus de 35 000pc.
À voir

215 000 \$

NOUVEAU - CONDO



RUE DES SEIGNEURS DUMONT
2 chambres.
2 stationnements.
Mezzanine.
Plafond cathédrale.
Libre immédiatement

135 000 \$

LUMINEUX



445, ROCHON
Condo. Impeccable.
Lumineux. Espace terrasse aménagée.
2 cac.

145 000 \$

RUE PRIVÉE



1600, RUE WILFRID PELLETIER
Duplex 3 étages terminés. Rue privée. À côté de la forêt et des écoles. Garage. Cour intime.

279 000 \$

LE MONTMARTRE



QUARTIER RENOMMÉ
À proximité du Lac Jérôme.
Foyer au salon.
Double terrasse.
Cabanon.
Cour clôturée.

255 000 \$

4 CHAMBRES



96, TERRASSE LIONEL
Secteur recherché de Lafontaine. Possibilité de 4 chambres.
Combustion lente au salon. Plafond cathédrale. Beaucoup de rangement. Garage. Cabanon.

235 000 \$

IMPECCABLE



188, 100E AVENUE
Garage, piscine, lattes, agrandissement, impeccable.

275 000 \$

OFFRE ACCEPTÉE



740, 36E AVENUE
Jumelé. Terminé sur 3 étages. Possibilité de 5 cac. Cour clôturée. À pieds des écoles. Libre 1er novembre.

219 000 \$

TERRAIN DE 22 136 PC.



3030, RUE YVETTE
Rue sans issue.
Possibilité de 5 cac. 2 sdb. Garage. Piscine. 22 136 pc

279 900\$

IMPECCABLE



1622, RUE JUNOT
5 cac. 2 sdb+1 salle d'eau. Terminée sur 3 étages.

285 000 \$

GARAGE DÉTACHÉ



421, AUBRY
4 chambres, 2 sdb, garage détaché, libre immédiatement.

227 500 \$

LA MAISON WOW!



120, TRYVON
LA MAISON WOW! À pied de l'école Jolie-Bois. Garage double. Poss. de 5 cac. Spacieuse et fonctionnelle. Véranda et beaucoup d'extras. À voir!

549 000 \$

DUPLEX



246-248 CHARTRAND
Revenu de + 17 850\$/année net. Situé près de la gare et de l'hôpital.

220 000 \$

DUPLEX



987-989, 20E AVENUE
Duplex avec entrée extérieure. Revenu de 16 020\$.

250 000 \$

immeublesbouchard.com



450 431-6555

Avis

AVIS DE CLÔTURE D'INVENTAIRE

Prenez avis que Marcel PLAMONDON, en son vivant domicilié au numéro 654, Monté de l'Église, Saint-Colomban, Québec, J5K 2J4 est décédé le 1er septembre 2019.

Un inventaire de ses biens a été dressé conformément à la loi et peut être consulté par les intéressées, à l'adresse suivante :

LEFEBVRE LEFEBVRE THÉORÊT NOTAIRES,
18086, rue Charles, Mirabel, Québec, J7J 1C5
Donné ce 26 novembre 2019

Me Sébastien Théorêt, notaire

>PN00607-1



Saint-Colomban
la nature habitée

APPELS D'OFFRES

La Ville de Saint-Colomban demande des soumissions pour les appels d'offres suivants :

- Acquisition de deux (2) camions incendie de type autopompe-citerne (INC-SP-2018-274), publication le 04 décembre 2019;
- Réaménagement intérieur et réfection de la toiture de l'hôtel de ville de Saint-Colomban (ADM-SP-2018-284), publication le 06 décembre 2019.

Les soumissions seront reçues, par la poste ou en main propre, dans une enveloppe cachetée, clairement identifiée conformément au devis. Le soumissionnaire a la responsabilité de s'assurer que sa soumission soit déposée physiquement à l'adresse indiquée ci-dessous au **plus tard le 14 janvier 2020 à 10 h 00**. Les soumissions seront ouvertes publiquement le même jour à 10 h 01.

Les devis sont disponibles par l'intermédiaire du système électronique d'appel d'offres (SÉAO) approuvé par le gouvernement pour l'application de la *Loi sur les contrats des organismes publics* (RLRQ, c. C-65.1) dont le site Internet est le suivant: www.seao.ca

La Ville de Saint-Colomban ne s'engage à accepter ni la soumission ayant obtenu le meilleur prix, ni aucune des soumissions reçues et ne sera en aucune façon responsable de quelque dommage, perte ou préjudice de quelque nature que ce soit.

Les soumissions seront reçues à l'endroit suivant:
Ville de Saint-Colomban
a/s Me Guillaume Laurin-Taillefer, greffier
330, montée de l'Église
Saint-Colomban (Québec) J5K 1A1

Donné à Saint-Colomban, ce 04^e jour du mois de décembre 2019.

>PN00617-1

SUIVEZ-NOUS SUR

facebook.com/journalLeNordStJerome



AVIS DE CLÔTURE D'INVENTAIRE

(Avis dans le journal : C.c.Q., art. 795 al. 2)

Prenez avis que **Marc De Repentigny**, en son vivant domicilié au 360, rue de Sainte-Lucie, Saint-Jérôme (Québec) J7Z 2N6, est décédé à Saint-Jérôme, le 17 juillet 2019. Un inventaire de ses biens a été dressé conformément à la loi et peut être consulté par les intéressés à l'étude de Me Josée DUBÉ, notaire, au 3732, rue Masson, Montréal (Québec) H1X 1S6.

Donné à Montréal, le 26 novembre 2019
Gabrielle Richer-Guénette, notaire

>PN00597-1

Avis public

Régie des alcools, des courses et des jeux

AVIS DE DEMANDES RELATIVES À UN PERMIS OU À UNE LICENCE

Toute personne, société ou association au sens du Code civil peut, dans les 30 jours de la publication du présent avis, s'opposer à une demande relative au permis ci-après mentionné en transmettant à la Régie des alcools, des courses et des jeux un écrit assermenté qui fait état de ses motifs, ou intervenir en faveur de la demande, s'il y a eu opposition, dans les 45 jours de la publication du présent avis.

Cette opposition ou intervention doit être accompagnée d'une preuve attestant de son envoi au demandeur ou à son procureur, par courrier recommandé ou certifié ou par signification à la personne, et être adressée à la **Régie des alcools, des courses et des jeux, 1, rue Notre-Dame Est, bureau 9.01, Montréal (Québec) H2Y 1B6**.

NOM ET ADRESSE DU DEMANDEUR	NATURE DE LA DEMANDE	ENDROIT D'EXPLOITATION
9159-8235 Québec Inc. 1043 Montée Saint-Nicolas Saint-Jérôme (Québec) J5L 2K9 Demande : 1024184	Un restaurant pour vendre.	RESTO BAR LE MAJISTICK 266 Rue De Villemure Saint-Jérôme (Québec) J7Z 5J3 Dossier : 10044982

>PN00596-1

Québec

CETTE SEMAINE SUR VOS ÉCRANS



Playmobil : Le film

Lorsque son petit frère Charlie disparaît dans l'univers magique et animé des Playmobil, Marla se lance dans une quête hors du commun pour le retrouver.

C'est le début d'une aventure pleine d'action et d'humour où Marla fera des rencontres inoubliables : un sympathique vendeur ambulant qui vit dans son food truck, un agent secret élégant et charismatique, un affectueux petit robot et une bonne fée fantasque seront autant de nouveaux amis qui l'aideront à échapper aux dangers qui la guettent.



(répertoire 9 déc)

Le jeune Théo, surnommé « Fourmi », aimerait redonner de l'espoir à son père, Laurent, un grand gaillard solitaire et désabusé par la vie. L'occasion se présente quand Théo est sur le point d'être recruté par un grand club de foot anglais. Finalement non sélectionné car jugé trop petit, Fourmi n'a pas le cœur d'imposer une déception de plus à son père. Il se lance alors dans un mensonge qui va rapidement le dépasser...

AVIS D'APPEL DE CANDIDATURES FONCTION PUBLIQUE QUÉBÉCOISE

ON VEUT VOTRE TALENT

Derrière la qualité de vie des Québécois,
il y a des carrières pleines de défis.



UNE OU UN CADRE, CLASSE 7

Ministère des Transports du Québec

Période d'inscription : 2 au 18 décembre 2019

Processus de qualification en recrutement : 63007RS08500002

Régions : Toutes les régions administratives du Québec

Vous cherchez une carrière stimulante ? Vous voulez coordonner et diriger une équipe formée de chefs d'équipe en routes et structures, de techniciens et d'ouvriers effectuant des travaux d'entretien de routes et de structures, de mécaniciens et de préposés à l'entretien mécanique affectés à la gestion de parcs de véhicules et à l'entretien mécanique ou encore de préposés aux télécommunications et de surveillants chargés des activités de surveillance du réseau routier ? Vous voulez réaliser des mandats qui ont une incidence directe sur la sécurité des usagers de la route tout en profitant de conditions de travail enviables ?

Vous êtes le bâtisseur que nous recherchons !

Consultez la section « Appels de candidatures disponibles » du site **CARRIERES.GOUV.QC.CA** ou téléphonez au **1 866 672-3460** pour obtenir les détails sur ces emplois et la façon de poser votre candidature.

La fonction publique québécoise a mis sur pied des mesures d'accès à l'égalité en emploi à l'intention des femmes, des membres de communautés culturelles, des autochtones, des anglophones et des personnes handicapées.

Québec

LA FONCTION PUBLIQUE AU SERVICE DU QUÉBEC

PN00622

Donnez à la mémoire de



Fondation

Pallia-Vie

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

LES JEUDIS 2 POUR 1 SUR PRÉSENTATION DU COUPON

*Non valide sur les films 3D, la salle ESV, Les sièges DBOX, Opéras, Ballets, Aventuriers Voyageurs, Représentations spéciales ou Événements spéciaux. Le 2 pour 1 s'applique sur le prix de base de 12\$.



DÉCOUPEZ ET PRÉSENTEZ CETTE
ANNONCE AU CINÉMA CARREFOUR DU NORD.



ÉCONOMISEZ

LES JEUDIS EN APRÈS-MIDI ET EN SOIRÉE
OBTENEZ 2 BILLETS POUR UN FILM AU PRIX DE 12\$.

VALIDE LES 5 ET 12 DÉCEMBRE 2019

CETTE PROMOTION S'APPLIQUE POUR LE MÊME FILM
ET LA MÊME REPRÉSENTATION.

cinemast-jerome.com

LES CINÉMAS
**CARREFOUR
DU NORD**

**LE GRAND ÉCRAN
À PETITS PRIX !**

**LES MARDIS
6.25\$**

**LES MERCREDIS
7.75\$**

**LES APRÈS-MIDIS
8.75\$**

**LES JEUDIS 2 POUR 1
SUR PRÉSENTATION DU COUPON**

IMPRIMEZ-LE sur notre page Facebook, dans notre Journal en ligne ou cinemast-jerome.com, ou encore dans le Journal Le Nord.

*Non valide sur les films 3D, la salle ESU, Les sièges DBOX, Opéras, Ballets, Aventuriers Voyageurs, Représentations spéciales ou Événements spéciaux.

Le 2 pour 1 s'applique sur le prix de base de 12\$.

VOTRE CINÉMA
VOUS GÂTE.
PROFITEZ-EN !

POUR CONSULTER NOTRE HORAIRE
CINEMAST-JEROME.COM

f i A

TÉLÉPHONE: **450-436-5944** AUTOROUTE DES LAURENTIDES, SORTIE 45

PROGRAMMATION DU VENDREDI 6 DÉCEMBRE AU JEUDI 12 DÉCEMBRE 2019
POUR L'HORAIRE COMPLET VISITEZ LE CINEMAST-JEROME.COM

**playmobil
LE FILM**

DÈS LE VENDREDI 6 DÉCEMBRE

Billets en prévente

**L'ART
DU MENSONGE**

DÈS LE VENDREDI 6 DÉCEMBRE

Billets en prévente

**JUMANJI
NEXT LEVEL**

REPRÉSENTATIONS
SÉRIALES

JEUDI 12 DÉCEMBRE
19H00 // 21H30

D-BOX 3D

SALLE ESU
ÉCRAN GÉANT

Billets en prévente

NOËL TRAGIQUE

REPRÉSENTATIONS
SÉRIALES

JEUDI 12 DÉCEMBRE
19H00 // 21H45

Billets en prévente

CINÉ-RÉPERTOIRE

LUNDI 9 DÉCEMBRE : 13H00 - 16H00 - 19H00 - 21H45

Billets en prévente

FOURMI

LA FLÛTE ENCHANTÉE
WOLFGANG AMADEUS MOZART

Les Opéras du
Metropolitain

Saison 2019-20 En direct

SAMEDI 7 DÉCEMBRE 12H55

Sièges assignés Billets en prévente

Noël ne serait pas Noël sans
CASSE-NOISETTE

DIMANCHE 15 DÉCEMBRE
À 12H55

Sièges assignés Billets en prévente

**ANDRÉ RIEU
JEUNE À 70 ANS**

DIM. 19 JANVIER 12H15
MER. 22 JANVIER 18H15
DIM. 26 JANVIER 12H15
DIM. 2 FEVRIER 12H15
MER. 12 FEVRIER 18H15

AVIS IMPORTANT
VEUILLEZ PRENDRE NOTE QUE LA REPRÉSENTATION
DU 12 JANVIER SERA REPORTÉE AU DIMANCHE 19 JANVIER À 12H15

LES BILLETS ÉMIS POUR LE 12 JANVIER SERONT VALIDES
POUR LA REPRÉSENTATION DU 19 JANVIER. LES DÉTENTEURS
DE BILLETS SONT DONC INVITÉS À GARDER LEURS ORIGINAUX.
À NOTER QUE LES SÉLECTIONS DE SIÈGES RESTERONT LES MÊMES.
POUR PLUS D'INFORMATION NOUS VOUS INVITONS
À COMMUNIQUER AVEC LE CINÉMA

SALLE ESU
ÉCRAN GÉANT

Sièges assignés Billets en prévente

**LE CADEAU
PARFAIT POUR NOËL**

CARTE-CADEAU
AU MONTANT DE VOTRE CHOIX

EN VENTE À LA BILLETTERIE
AINSI QU'ÀUX DIFFÉRENTS
COMPTOIRS ALIMENTAIRES

MONTANT MINIMUM DE 10\$. POUR PLUS DE DÉTAILS,
VISITEZ LE CINEMAST-JEROME.COM

**NOUVELLE
PIZZA**

TOUT CE QUI COMPTE,
C'EST LA PIZZA.

WWW.CINEMAST-JEROME.COM

**LE JOURNAL
DU CINÉMA**

CARREFOUR DU NORD

Envie d'un CLASSIQUE?

ESSAYEZ NOS FAMEUX
**HOT-DOGS
GÉANTS**

**RECEVEZ LA PROGRAMMATION
CHAQUE MARDI PAR COURRIEL**

POUR VOUS INSCRIRE VISITEZ LE :
WWW.CINEMAST-JEROME.COM

NOTRE MAGASIN POUR NOËL



Seulement **3** semaines avant Noël



12 PAIEMENTS MENSUELS ÉGAUX

Minimum 200\$ jusqu'à 499\$ avant taxes

*(lorsque vous dépensez 200\$ ou plus avant taxes) détails en magasin

24 PAIEMENTS MENSUELS ÉGAUX

À partir de 500\$ et plus avant taxes



ASSEMBLAGE ET LIVRAISON

Sur une vaste sélection d'articles en magasin
Informez-vous!

CARREFOUR
DU NORD

ST-JÉRÔME, SORTIE 45, AUTOROUTE 15 NORD 450 438-3506

Société de l'assurance
automobile

Québec



Opération
Nez rouge^{MC}
Saint-Jérôme



Desjardins

Scout St-Antoine et Neptune, Maitres-d'Oeuvres

La 31^e édition de l'Opération Nez rouge Saint-Jérôme a débuté le 29 novembre. L'expérience Nez rouge est unique, ceux qui l'ont vécue en gardent de très bons souvenirs. L'an dernier 628 bénévoles se sont regroupés à notre centrale située à l'Académie Lafontaine. Ils ont effectués 1579 transports sur l'ensemble de notre territoire soit; St-Jérôme, Ste-Sophie, St-Hippolyte, Prevost, St-Colomban, Mirabel.

Ces chiffres évoquent l'importance de maintenir cette Opération en fonction. Cette année nos bénévoles seront actifs 17 soirées, du 29 novembre au 31 décembre 2019.

La précieuse collaboration des partenaires provinciaux soit Desjardins et la Société de l'Assurance Automobile du Québec, ainsi que de nombreux partenaires locaux sont essentielle. Ce sera une très belle saison 2019, sous le thème: « *L'appel qui fait du chemin* »



COMITÉ ORGANISATEUR OPÉRATION NEZ ROUGE ST-JÉRÔME:



M. Michel Gagnon
Président, Mme Sylvie
Potvin Vice-Présidente,
La mascotte, M. Olivier
Gagnon Coordonateur.

Passez voir les spécialistes
de l'autoconstruction

MATÉRIAUX ST-ANTOINE
16683, boul. Curé-Labelle, Mirabel
450 432-6555
materiauxstantoine.com

**CANADIAN
TIRE**
St-Jérôme

NOTRE
GARAGE

CENTRE D'AUTO
OUVERT 7 JOURS SUR 7
PRENEZ RENDEZ-VOUS
450 432-6212
**CARREFOUR
DU NORD**

Planiprêt
AGENCE HYPOTHÉCAIRE

La meilleure
hypothèque
dans votre intérêt

Service personnalisé
judicieux conseils et
négociation auprès
des institutions
financières selon
votre besoin

Toutes les consultations sont gratuites.

FRANCIS LAMONTAGNE
COURTIER HYPOTHÉCAIRE
T 450 304-2865 | w.francislamontagne.com

Salon Capri
À votre service
depuis plus de 50 ans

Coiffure pour hommes
SANS RENDEZ-VOUS

Service
de barbier
aussi
disponible

546, St-Georges,
St-Jérôme
514 594-8095

Diane
Labelle
Lynda
Racine

INCIMAL
CRÉMATORIUM POUR ANIMAUX

Avec moi
pour toujours

services funéraires
pour animaux

www.incimal.com
1 800 363.8653

Le Nord

accès à
l'information

FIER PARTENAIRE DE VOTRE
INFORMATION RÉGIONALE

**LE
CENTRE
DU FOYER**

9, John F. Kennedy, St-Jérôme / 450 565-0085
lecentredufoyer.com

Société de l'assurance
automobile
Québec



Opération
Nez rougeSM
Saint-Jérôme

Desjardins

SAISON 2019

**NOUS SERONS
EN OPÉRATION
LES 29 ET 30 NOVEMBRE,
5, 6, 7, 12, 13, 14,
19, 20, 21, 24, 25, 26, 27, 28
ET 31 DÉCEMBRE 2019**

**À l'Académie
Lafontaine
de 20h à 3h**

**Entrée sur
le Boulevard Lafontaine
en face la 111^{ème} Avenue**

450 432-6811

FIER TRANSPORTEUR OFFICIEL



Chrysler Pacifica Hybride 2020



**GROUPE
CARBUR**

**ST-JÉRÔME
CHEVROLET**
BUICK • GMC • CORVETTE

**ST-JÉRÔME
CHRYSLER**
JEEP • DODGE • RAM • FIAT

**ST-JÉRÔME
AUTO DÉPÔT**
LE SUPERCENTRE DE L'OCCASION

>PN00589-1