

Suivez-nous!

f /hebdojournal

@HebdoJournal

Possibilité jusqu'à 13 000\$ en PRIX

503, boul. du St-Maurice, T-Riv.
Téléphone : 819 694-4585
Regroupement des bingos de Trois-Rivières Inc.
Interdit (-) de 18 ans BINGOTR.COM Licence 20140404079-01

www.MERCIER40.ca
819-295-1122
MERCIER
Autoroute 40
Sortie 220
INC

OUVERT AU PUBLIC
TÔLE NEUVE POUR TOITURE
OU REVÊTEMENT

VENDU AU PIED LINÉAIRE
DIFFÉRENTS MODÈLES
DISPONIBLES

Photos à titre indicatif seulement

**LA CHIRURGIE BARIATRIQUE
COMME REMÈDE**

Impliqué dans sa communauté depuis plus de 25 ans, Guy Veillette prenait une décision en 2007 qui allait changer le cours de son existence. Le maire de Saint-Narcisse, qui pesait alors 350 lbs, recourait à la chirurgie bariatrique non pas tant pour maigrir que pour régler des problèmes de santé qui mettaient en péril sa vie.

PAGE 3

miam
le meilleur de la Mauricie

Enfin, les fruits et légumes de chez nous sont disponibles!
Voir à l'intérieur du journal.

Vos Classées

Parution GRATUITE sur VosClassées.ca
1 866 637-5236

Festivoix Michel Letarte: de policier à crooner

PAGE 7

Familles Reconnaître la dépression chez les enfants

PAGE 14

Saviez-vous que c'est dangereux ça ?

Faites réparer ou remplacer votre pare-brise et obtenez notre garantie à vie

GRATUITE*

SECURI-CLAIR GARANTIE 100%
TRAITEMENT ANTI-PLUIE AQUAPEL
OU
ESSUIE-GLACES

VITROPLUS.COM

VITRO PLUS Ziebart TROIS-RIVIÈRES • 819 375-5431 5240, boulevard Jean-XXIII

C'EST PLUS QUE DES PARE-BRISE VITRES PROTECTION ESTHÉTIQUE ACCESSOIRES

Sur présentation de cette annonce.

DE BELLES DENTS D'APPARENCE NATURELLE EN UNE SEULE JOURNÉE!

DÉVELOPPÉE PAR MALO CLINIC

la technologie *All-on-4*TM
vous redonne envie de sourire

VENEZ BÉNÉFICIER DE
L'EXPÉRIENCE DE
DR THIERRY DHUYSER,
DMD MRCD[©]
SPÉCIALISTE EN CHIRURGIE
BUCCALE ET MAXILLO-FACIALE



MALO CLINIC, L'ART DE CRÉER DES SOURIRES

FINANCEMENT DISPONIBLE !

1 855 6 ALL ON 4 | maloclinictr.ca

MALO CLINIC

TROIS-RIVIÈRES

Conditionnellement au préalable à un examen et un plan de traitement. La prothèse de transition peut être fixée le même jour.
Une nouvelle prothèse sera faite 4 à 6 mois plus tard.

ACTUALITÉS

Vaincre la maladie grâce à la chirurgie bariatrique

Il y a dix ans, Guy Veillette prenait une décision qui a changé sa vie



AUDREY LEBLANC
audrey.leblanc@tc.tc

TÉMOIGNAGE. Il y a 10 ans, le maire de Saint-Narcisse, Guy Veillette, subissait une chirurgie bariatrique. Et contrairement à bien des gens, ce n'est pas la perte de poids qui l'a motivé à passer sous le bistouri.

C'est qu'au début de la quarantaine, en l'espace d'environ huit mois, il a reçu trois diagnostics qui l'ont ébranlé : haute pression, cholestérol et diabète. Condamné à prendre plusieurs médicaments par jour pour le reste de sa vie, la chirurgie bariatrique s'est avérée une façon de renverser la vapeur.

«À mon amplitude maximale, je suis monté à 350 lb, raconte M. Veillette. J'ai toujours été actif. Je bougeais, mais on dirait qu'il y avait quelque chose qui ne fonctionnait pas, je prenais de l'amplitude. Ça ne m'empêchait pas de vivre, d'avoir une vie sociale et d'être en couple. Je n'étais pas isolé ni en dépression chez moi à cause de mon poids. C'est vraiment le bagage médical qui me préoccupait.»

Puis, un jour, sa sœur lui annonce qu'elle s'est inscrite pour une chirurgie bariatrique. Ne sachant pas ce que c'était au départ, il s'est renseigné sur le sujet et a finalement mis sur nom sur la liste d'attente.

«C'était en 2004, se souvient-il. J'ai attendu 2 ans et demi avant d'avoir la chirurgie. On m'avait dit que la chirurgie allait régler mon problème de diabète, de haute pression et de cholestérol. C'était ça, ma motivation. Je pouvais perdre du poids de façon importante, mais ce n'était pas important pour moi. Je voulais arrêter de me mettre du chimique dans le corps. Je ne voulais pas faire d'infarctus non plus.»

LE JOUR J

Guy Veillette a été opéré le 27 avril 2007, tôt en matinée. Après une semaine passée à l'hôpital, il a entrepris trois mois de convalescence. Durant cette période, il est passé de 325 lb à 200 lb, ce qui représente une perte de

poids de 125 lb. Mais là n'était pas sa plus grande victoire.

«En entrant à l'hôpital, j'avais tous mes médicaments. Et au lendemain de l'opération, je ne faisais plus de cholestérol ni de haute pression. Environ deux semaines après l'opération, je n'avais plus de médicaments pour le diabète», dit-il.

En contrepartie, ce dernier doit prendre

Ça ne m'empêchait pas de vivre, d'avoir une vie sociale et d'être en couple. Je n'étais pas isolé ni en dépression chez moi à cause de mon poids.

- Guy Veillette

des vitamines. «On m'a enlevé une partie de l'intestin et ça a fait en sorte que les aliments sont moins bien assimilés par l'organisme, explique-t-il. Les vitamines viennent compenser cette perte-là. Il faut que je les prenne pour ne pas avoir de carences. C'est le seul inconvénient. Mais pour moi, c'est différent parce que je prends des vitamines pour préserver ma santé au lieu de prendre des médicaments pour combattre la maladie.»



Le maire de Saint-Narcisse, Guy Veillette.

(Photo TC Media - Audrey Leblanc)

Une question d'équilibre

AUDREY LEBLANC
audrey.leblanc@tc.tc

Depuis son opération, M. Veillette n'a pas changé drastiquement son mode de vie. Selon lui, tout est une question d'équilibre. Il admet d'ailleurs avoir encore la dent sucrée.



Guy Veillette avant son opération bariatrique. (Photo gracieuseté)

«Je ne surveille pas mes quantités. Je ne me prive pas sur rien, mais j'essaie d'avoir un meilleur équilibre et d'intégrer de nouvelles choses à mon alimentation de temps en temps. Ces dernières années, j'ai repris un peu de poids. J'ai dû reprendre 30 lb en 10 ans, alors je fais un peu plus d'exercice pour vieillir en santé.»

L'été dernier, il a couru son premier 5 kilomètres dans le cadre des Courses du p'tit Shérif à Saint-Tite. Puis, cet hiver, il a marché un minimum de 2,5 kilomètres tous les jours. «Je suis loin d'être un athlète, mais le sport m'a appris la persévérance, la capacité de focaliser sur le moment présent et la capacité de maintenir un objectif. Je découvre plein de choses sur moi en lien avec l'activité physique et je n'aurais jamais pensé ça.»

À 54 ans, Guy Veillette sent qu'il a plus d'énergie qu'auparavant. Lui qui a dû prendre des médicaments pendant 7 ans avant sa chirurgie sait à quel point la santé est quelque chose de précieux. Et c'est pour quoi il en profite maintenant au maximum.

Accès interdit au public

Parc de l'Île Saint-Quentin

TC MEDIA MAURICIE
redaction.hj@tc.tc

L'accès au Parc de l'île Saint-Quentin et à la Marina est temporairement interrompu pour le public et limité seulement aux employés.

Dans ce contexte de crue printanière et de fortes précipitations, la Corporation pour le développement de l'île Saint-Quentin tient tout de même à rassurer la population. Les débordements du fleuve et de la rivière Saint-Maurice sont habituels sur l'île en cette période de l'année, mais le caractère exceptionnel de la

situation nécessite l'application de certaines mesures de prévention autant pour les citoyens que pour la protection de l'environnement.

L'accès à la passerelle a d'ailleurs été fermé en raison du haut niveau de l'eau.

La Corporation de l'île Saint-Quentin est donc contrainte de retarder l'ouverture de la saison estivale jusqu'à nouvel ordre, compte tenu des inondations qui compliquent certaines opérations.

Le pavillon d'accueil étant situé en dehors de l'île reste accessible du lundi au vendredi, entre 9h et 17h.

Votre **SPÉCIALISTE**
en jardinage **URBAIN**
et **BIOLOGIQUE**
en **Mauricie!**



DÉPOSITAIRE
DE MURS ET DE
CADRES VÉGÉTAUX

VASTE GAMME DE PRODUITS POUR LA CULTURE URBAINE ET BIOLOGIQUE.

- SEMENCES DE LÉGUMES BIO • POUSSÉS • GERMES •
- PLANS DE LÉGUMES • HERBES BIOLOGIQUES •

PLANTS DE LÉGUMES
ET DE FINES HERBES BIO



ENGRAIS BIOLOGIQUE
AUTHENTIK ET PLUS
POUR LA CROISSANCE ET LA FLORAISON

Mon Jardin
Urbain

www.monjardinurbain.com

1 877 372-0505

6157, rue Corbeil, Trois-Rivières (QC) G8Z 4P8

nous possédons
**UNE VASTE GAMME
DE SEMENCES**
POUR LA GERMINATION DE POUSSÉS

VOTRE SPÉCIALISTE
du jardinage urbain et biologique

La page des BONNES NOUVELLES

Une nouvelle à partager? Communiquez avec nous: redaction.hj@tc.tc

Suivez-nous  /hebdojournal  @HebdoJournal • www.lhebdojournal.com



Un demi-siècle pour les Femmes Dynamiques

Fondé en 1967, le mouvement Les Femmes Dynamiques souligne cette année leur 50e anniversaire. Un événement festif aura lieu à l'automne 2017. Plus de 250 membres s'étaient réunies récemment pour la photo du 50e anniversaire. À l'avant-plan, on voit le conseil d'administration entourant le maire Yves Lévesque. À noter que les nombreuses activités du groupe reprendront en septembre. (Photo: www.danieljalbertphotographe.com)

Recyclothon: OrdiVert remet 500\$ à l'Institut Secondaire Keranna

Le Recyclothon qui s'est tenu le 29 avril dernier aura permis au comité de la Récupération-Action-Planète de l'Institut Secondaire Keranna d'accumuler 500 \$ pour ses activités. Les donateurs, qui provenaient tant de la population générale que de la communauté scolaire de Keranna, ont apporté plus de 508 items électroniques. Chaque catégorie d'items était associée à une ristourne en argent pour l'école. «Je suis contente de voir que la population a bien répondu à notre sollicitation pour une première collecte de ce genre réalisée par notre école. Notre objectif pour l'an prochain est d'impliquer encore plus de monde pour une deuxième édition», mentionne Marie Pelletier, de Keranna. Les compensations financières remises à l'école serviront à acheter du matériel de recyclage et une partie des fonds sera remise à la Fondation québécoise du cancer lors de la Cérémonie de reconnaissance de l'engagement étudiant qui aura lieu ce jeudi 18 mai. Notons que ce montant s'ajoute aux autres collectes tenues tout au long de l'année scolaire au profit de cet organisme. (Photo gracieuseté)



Récolte record pour la Fondation Richelieu

La Fondation Richelieu de Trois-Rivières a récolté la somme record de 125 000\$ au terme de ses deux campagnes principales, soit la Campagne des œuvres (43 000\$) et le Souper Crabe et Crevettes (82 000\$). L'argent sera redistribué dans la communauté. Rappelons que l'an dernier, la Fondation Richelieu a remis une somme équivalente à 100 000\$ à différents organismes tels que le Camp Plein Air Ville-Joie, Centre de pédiatrie sociale de Trois-Rivières, la Fée de Noël Richelieu, la Maison des jeunes Entr'Ados et Anna et la mer. Dans le cadre du Vestiaire Richelieu, elle procède aussi à l'achat de plus de 300 paires de bottes d'hiver et de souliers pour la rentrée des classes aux jeunes vivant dans des familles à faible revenu. Dernièrement, la Fondation a participé financièrement à la construction d'une nouvelle patinoire dans le quartier Adélarde-Dugré. Sur la photo: Dany Potvin, Marc Chevrette, André Goudreau et Maxim Vézina. (Photo gracieuseté)



Trois étudiantes amassent 1116,97\$ pour la recherche sur le cancer

L'évènement Colore la cause, organisé par Kelly Germain, Daphnée Lépine et Sandrine Piché, étudiantes en DEC-bac marketing au Cégep de Trois-Rivières, aura permis d'accumuler un montant de 1116,97\$ au profit de la Société de recherche sur le cancer. Les étudiantes ont profité de leur cours *Projet de commercialisation* pour mettre sur pied un parcours de 5 km avec stations de couleurs à Bécancour. En raison de la réussite de l'évènement, les organisatrices planifient déjà une deuxième édition. Sur la photo, on aperçoit les organisatrices en compagnie de participants de la course. (Photo gracieuseté)

TRAVAUX PUBLICS

AVIS DE RINÇAGE UNIDIRECTIONNEL

SECTEURS À RINCER POUR LA SEMAINE DU 21 MAI AU 27 MAI 2017

Secteur Trois-Rivières :

De jour du mardi au vendredi de 7h00 à 17h00

- Périmètre formé par le boulevard des Chenaux, l'autoroute 55, la limite nord de la ville de Trois-Rivières (secteur Trois-Rivières) ainsi que la rivière Saint-Maurice.

Secteur Cap-de-la-Madeleine :

De jour du mardi au vendredi de 7h00 à 17h00

- Périmètre formé par le boulevard Thibreau, l'autoroute 40 ainsi que la rue des Prairies.

Secteur Sainte-Marthe-du-Cap :

De jour du mardi au vendredi de 7h00 à 17h00

- Périmètre formé par l'autoroute 40, la limite est de la ville de Trois-Rivières (secteur Sainte-Marthe-du-Cap) ainsi que le rang Saint-Malo.
- Périmètre formé par le rang Saint-Malo, la rue J.-Réal Desrosiers, le fleuve Saint-Laurent ainsi que la limite est de la ville de Trois-Rivières (secteur Sainte-Marthe-du-Cap).

• Prendre note que certaines séquences de rinçage prévues de jour peuvent être exécutées de nuit, et ce, en raison de la configuration du réseau de distribution d'eau potable de la ville de Trois-Rivières.



L'entreprise Novo s'est illustrée lors de la soirée de reconnaissance de l'Ordre des ingénieurs du Québec en Mauricie et au Centre du Québec. Elle a reçu le prix «Reconnaissance régionale 2017 pour un projet innovateur». Cette distinction a été décernée à l'entreprise pour le développement de FreeO2, un appareil d'optimisation de l'oxygénothérapie qui constitue une innovation majeure dans le domaine de la pneumologie, puisqu'il remplace une valve manuelle utilisée depuis plus de 100 ans. Félicitations!

Fabrication et réparation de prothèse dentaire amovible

JEAN FUGÈRE, D.D.
Denturologiste

FACE AU CENTRE LES RIVIÈRES
1410, 3^e rue, Trois-Rivières
819 376-6772

Direction RÉGIONALE RÉGION ouest
Vice-président des opérations : Nicolas Faucher
Directrice générale régionale : Véronique Gauthier
Directrice générale : Amélie St-Pierre
Directrice support aux ventes : Katy Champagne
Adjointe-administrative : Suzanne Blanchette
Directrices Stratégies Médias : Nathalie Martel, Catherine Larochelle
Spécialistes en formation, stratégies ventes et produits : Yannick Boulanger
Conseillers en solutions médias : Claude Martin, Marc Lemire, Claudia Bergeron, Catherine Deschênes
Coordonnatrices aux ventes : Josianne Magny (maternité), Maryse Garant, Claire Chevalier, Nathalie Gauthier

Directeur régional de contenu : Sylvain Dupras
Chef du contenu : Bernard Lepage
Journalistes : Jonathan Cossette, Audrey Leblanc, Marianne Côté, Marie-Eve B. Alarie (maternité), Marie-Eve Veillette, Stéphanie Paradis
Directeur distribution : André Charette
Superviseuse distribution : Manon Lafrance
Commis distribution : Chantal Casabon
Chef entrepôt : Pascal Hould
Manutentionnaire : Stéphane Turcotte

Atelier : Publi-Production, Danielle Devault, directrice
Impression : Imprimeries Transcontinental 2005 s.e.n.c., division Transcontinental Transmag, 10807, rue Mirabeau, Anjou
Distribution : Distribution Transcontinental inc. Division Publi-Sac Mauricie
Publié par : Médias Transcontinental S.E.N.C.
Président : François Olivier
www.medias-transcontinental.com



tc • MEDIA Veuillez recycler ce journal

DISTRIBUTION : 56 564 EXEMPLAIRES • TIRAGE : 56 690 EXEMPLAIRES IMPRIMÉS
Convention de la poste-publication #40050124. Retourner toute correspondance ne pouvant être livrée au Canada au : 635 rue Père Daniel, Trois-Rivières (Qc) G9A 5Z7. Toute reproduction des annonces ou informations, en tout ou partie de façon officielle ou déguisée est interdite sans la permission écrite du directeur général. L'Hebdo Journal ne se tient pas responsable des erreurs typographiques pouvant survenir dans les textes publicitaires mais il s'engage à reproduire uniquement la partie du texte ou se trouve l'erreur. La responsabilité du journal et ou du directeur général ne dépassera en aucun cas le montant de l'annonce. Les articles publiés dans l'Hebdo Journal sont sous la seule responsabilité des auteurs et la direction ne partage pas nécessairement les opinions émises.



Les citoyens Steven Roy Cullen et Amandine Duhil travaillent à mettre en place une monnaie locale qui pourrait être imprimée ou virtuelle. (Photo TC Media - Audrey Leblanc)

Vers une monnaie locale à Trois-Rivières

AUDREY LEBLANC
audrey.leblanc@tc.tc

ÉCONOMIE. Trois-Rivières pourrait bien avoir sa propre monnaie. C'est du moins ce que tente de mettre en place un groupe de citoyens.

L'initiative n'en est encore qu'à ses débuts, mais déjà l'idée mobilise plusieurs commerçants et organismes. L'objectif est de favoriser l'économie locale en incitant les citoyens à acheter à Trois-Rivières et en encourageant les entreprises à s'approvisionner entre elles.

Le mode de fonctionnement est simple: on prend un 20\$ canadien que l'on échange contre un 20\$ trifluvien. On dépense ensuite cet argent dans le commerce de notre choix à Trois-Rivières. La valeur est la même, mais la différence est que le 20\$ trifluvien est constamment réinvesti dans la communauté.

N'ayant pas de valeur à l'extérieur de la ville, la monnaie doit impérativement circuler à Trois-Rivières. Les retombées dans la communauté sont donc directes. Contrairement à la monnaie canadienne, la monnaie locale ne peut pas être mise en banque dans le but de faire de l'intérêt. Elle ne peut qu'être échangée.

«À l'heure actuelle, on ne peut pas dire quelle forme prendrait cette monnaie et comment elle serait gérée parce qu'il existe différents modèles. Ça peut être une monnaie papier, virtuelle ou les deux», indique Steven Roy Cullen, qui fait partie du comité de citoyens au cœur de cette initiative.

Par exemple, en Gaspésie, il existe le demi. Il s'agit en fait de billets de banque normaux qui ont été coupés en deux. Chaque morceau vaut la moitié de la valeur initiale du billet. Ce n'est pas un modèle qui est envisagé pour Trois-Rivières, mais les membres du comité de citoyens pour une monnaie locale sont tout de même intéressés à s'entretenir avec les

Gaspésiens qui ont mis en place le demi.

«La première étape à franchir sera d'établir des contacts avec des gens qui ont déjà mis en place une monnaie locale dans leur communauté afin de déterminer quel système sera instauré. On va pouvoir apprendre de leurs expériences», explique M. Roy Cullen.

Le groupe peut déjà compter sur l'appui d'une institution financière, de même que sur la Corporation de développement économique communautaire de Trois-Rivières (CDEC). Celle-ci investit même un montant d'argent pour le démarrage du projet.

Ce n'est pas seulement à l'avantage des commerçants, mais aussi à l'avantage des citoyens.

- Steven Roy Cullen

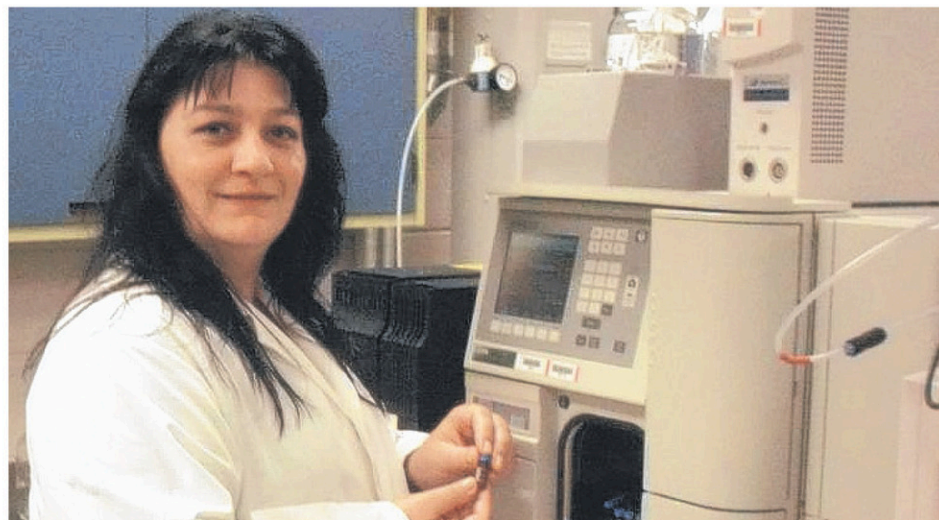
UN TRAVAIL DE SENSIBILISATION

Pour que l'initiative soit viable, il faudrait idéalement que la majorité des entreprises de Trois-Rivières joignent le mouvement. Certaines démontrent déjà de l'intérêt. «Pour que ça fonctionne, il faut avoir des commerces dans toutes les sphères d'activité. Il y a des entreprises qui sont autour de la table avec nous. Il y a des gens, notamment, dans le domaine de l'agroalimentaire et de la restauration», précise Amandine Duhil, membre du comité de citoyens.

«Il y a un gros travail de sensibilisation à faire pour démontrer que ce n'est pas seulement à l'avantage des commerçants, mais aussi à l'avantage des citoyens étant donné que l'argent reste dans la communauté, renchérit M. Roy Cullen. Il faut démontrer la pertinence de cette monnaie pour l'économie locale.»

On ne verra pas de monnaie trifluvienne en circulation avant au moins un an. Il faudra du temps pour rassembler un maximum d'entreprises et mettre en place un système de monnaie soit imprimée, virtuelle ou les deux.

Des médicaments moins coûteux grâce aux plantes



Isabel Desgagné-Penix, professeure à l'UQTR. (Photo gracieuseté UQTR)

AUDREY LEBLANC
audrey.leblanc@tc.tc

SCIENCE. Une professeure de l'UQTR cherche à reproduire les gènes de certaines plantes pour produire des médicaments moins coûteux.

Enseignante depuis trois ans à l'UQTR, Isabel Desgagné-Penix s'intéresse à la génétique des plantes de la famille des Amaryllidacées, dont font partie les jonquilles.

On essaie de voir si le rendement pourrait être intéressant pour l'industrie pharmaceutique.

- Isabel Desgagné-Penix

«Cette famille de plantes produit un type de composé qu'on appelle les alcaloïdes. Il existe 600 différents alcaloïdes et, jusqu'à présent, seulement un est utilisé commercialement comme produit pharmaceutique et c'est pour traiter les symptômes d'Alzheimer. Les autres ne sont pas commercialisés parce que la plante n'en produit pas en assez grande quantité. Ce n'est donc pas rentable», explique la chercheuse.

Cette dernière tente de déchiffrer et de reproduire en laboratoire la séquence génétique de ces plantes. Pour ce faire, elle utilise des microalgues dans lesquelles elle insère le bagage génétique pour ensuite observer les effets obtenus.

«Les plantes ont un répertoire de molécules qui pourraient être des médicaments très puissants, constate la professeure. Elles en produisent, mais pas en grande quantité, alors ce n'est pas rentable pour les compagnies pharmaceutiques de faire pousser de grands champs ou d'aller cueillir tout ce qu'il y a dans la forêt.»

«C'est pourquoi on essaie de voir si on est capable de recréer ce que la plante fait dans des micro-organismes comme des levures ou des bactéries, ajoute cette dernière. On essaie de voir si le rendement pourrait être intéressant pour l'industrie pharmaceutique.»

Si cela s'avère positif, la séquence génétique pourrait être reproduite sans avoir besoin de la plante. «On pourrait aussi reproduire la molécule contenue dans la plante et y ajouter des effets spécifiques pour qu'elle soit plus efficace ou qu'elle puisse traiter un autre type de maladie», mentionne Mme Desgagné-Penix.

Cette méthode permettrait non seulement de fabriquer des produits pharmaceutiques, mais aussi des cosmétiques.

Un champignon contre le cancer

Dans ses recherches, Isabel Desgagné-Penix s'intéresse également au chaga, un champignon qui pousse sur le bouleau blanc et qui présente des propriétés anticancéreuses.

MELLEUR PRIX GARANTI

ACHETONS L'OR

Bagues • Chaînes • Breloques • Boucles d'oreilles • Dents en or
Pièces de monnaie • Lingots d'or • Platine
Bijoux en argent sterling .925 • Bijoux de succession

BIJOUGRAM

78, rue Fusey, Trois-Rivières | 819 373-9521

Michel Bélanger

Trois-Rivières entre dans l'ère du numérique

MARIANNE CÔTÉ
marianne.cote@tc.tc

INTERNET. Un problème? Signalez Trois-Rivières 311. En tout temps, n'importe où, du bout de leurs doigts, les Trifluviens peuvent désormais signaler un nid-de-poule ou encore un lampadaire défectueux à partir de la nouvelle application mobile de la Ville.

Aucun doute. L'administration municipale a littéralement plongé les deux pieds dans l'ère du numérique. Un plongeon qui aura nécessité un investissement de 126 000\$ afin d'élaborer deux nouveaux outils : une application, mais aussi un site Web revampé.

Depuis le début du mois de mai, les citoyens ont en effet pu constater que le site internet de la Ville, www.v3r.net, a subi une transformation extrême. La Ville de Trois-Rivières a relégué aux oubliettes son prédécesseur – vieillissant – après 12 ans de bons et loyaux services. Outre quelques

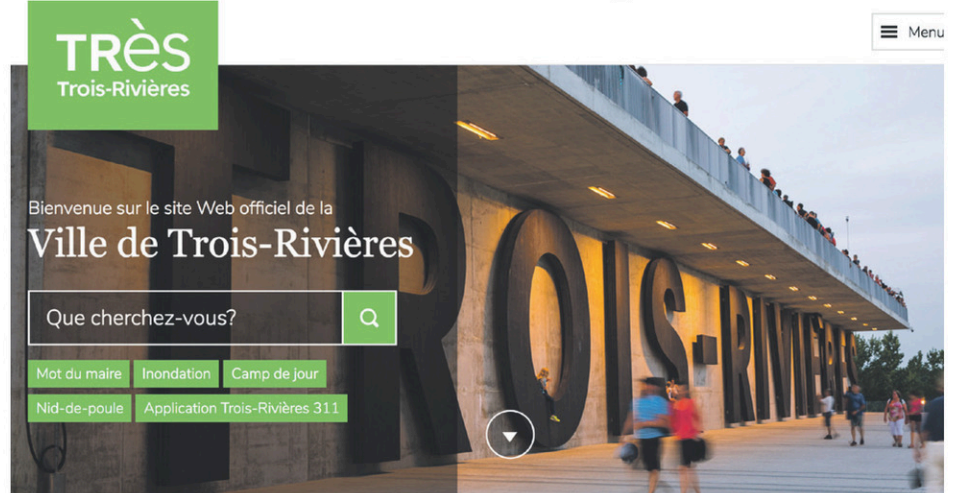
améliorations fonctionnelles, ici et là, l'ancienne plateforme n'avait pas été mise à jour depuis son entrée en opération.

«Une refonte complète s'imposait», a souligné le maire Yves Lévesque à l'occasion de l'inauguration officielle des outils numériques. Selon ses dires, la nouvelle interface se veut plus épurée, plus dynamique et plus rapide. L'accès aux services en ligne a été facilité, nous assure-t-on.

Parmi les nouveautés, on retrouve une carte interactive, un calendrier des activités sur le territoire trifluvien et une foire aux questions. Les intéressés pourront aussi s'inscrire à une infolettre pour demeurer à l'affût de l'actualité municipale.

TROIS-RIVIÈRES 311: 4 PROBLÈMES, 4 ÉTAPES

L'équipe des technologies a également passé les derniers mois à plancher sur le développement d'une application mobile pour les requêtes citoyennes. Désormais, les Trifluviens



La Direction des technologies de l'information a travaillé à pied d'œuvre durant 18 mois, en collaboration avec la firme trifluvienne Lanec, pour passer du concept à la réalité. (Photo tirée du site web)

peuvent informer les employés municipaux de quatre problèmes «non urgents» sur le territoire : un nid-de-poule, un lampadaire défectueux, un couvercle de puisard déplacé et une fuite de borne-fontaine.

Déjà, bien avant la fusion municipale, a raconté le maire Yves Lévesque, l'idée d'offrir un outil semblable avait été abordée au sein de l'administration de Trois-Rivières-Ouest. Récemment, grâce aux nouvelles technologies, l'idée a pu prendre son envol.

«Désormais, ce n'est plus juste les employés municipaux. Ce sont 135 000 citoyens qui vont

garder un œil sur la Ville. Ça va nous permettre d'intervenir plus rapidement», a-t-il déclaré, en précisant qu'il s'agit d'un concept unique, «made in Trois-Rivières».

Ainsi, tout le monde peut mettre la main à la pâte et y ajouter son grain de sel. Il suffit de taper une description pour transmettre en quelques clics sa requête aux autorités qui se chargeront ensuite de faire un suivi. Le système de géolocalisation, lui, s'occupera de bien identifier le lieu.

Il est possible de télécharger gratuitement la nouvelle application Trois-Rivières 311 dans l'App Store et Google Play.

VENEZ CHERCHER VOTRE TRAITEMENT POUR LES VERS BLANCS



Merit

Pour le contrôle des vers blancs
Couvre 2000 pi carré

49.95\$

TOURBE GAZON EN PLAQUES

Disponible en magasin

De tout pour votre aménagement paysager



Ouvert 7 jours

7775, ch. Ste-Marguerite
819 377-2249

ANGLE JEAN XXIII ET MAURICIEN

www.jardinducoin.com

La Mauricie toujours attrayante pour les touristes

TC MEDIA MAURICIE
redaction.hj@tc.tc

TOURISME. Presque la totalité (92%) des entreprises touristiques ayant répondu à un sondage interne mené par Tourisme Mauricie qualifient leur saison «d'aussi bonne, voire meilleure que celle de 2015-2016».

L'organisation a sondé 70 entreprises touristiques entre le 18 et le 25 avril dernier pour connaître leur son de cloche concernant la dernière saison. Ces entreprises sont autant des établissements d'hébergement, des restaurants que des attrait, festivals, événements et services de tailles diverses et basées partout en Mauricie.

Sur l'ensemble des répondants, 83% ont connu une hausse de fréquentation (60%) ou une stabilité (23%). Parmi eux, plusieurs ont connu une saison particulièrement exceptionnelle et ont vu leur achalandage bondir de plus de 15%. C'est le cas, entre autres, pour le Domaine de la forêt perdue, Boréal, le Domaine de la baie, l'Association des pourvoyeurs de la rivière Sainte-Anne, la Pourvoirie Club Hosanna et le Centre de la biodiversité de Bécancour.

Les répondants au questionnaire ont mentionné que leur succès s'explique, entre autres, par une augmentation de leurs investissements en publicité spontanée (surtout sur le Web et les médias sociaux), par la mise en place de partenariats avec d'autres entreprises de la région, par la notoriété croissante des entreprises et de la destination, par une offre de

services bonifiée et par le bouche-à-oreille.

L'effet combiné des actions promotionnelles de Tourisme Mauricie, des articles rédigés sur le blogue touristique de la Mauricie et des initiatives marketing individuelles ont aussi contribué au rayonnement des destinations. De plus, le niveau de maturité de certaines entreprises ayant atteint leur vitesse de croisière a été cité comme élément de succès.

MÉTÉO, MOTONEIGE ET RELÂCHE

C'est un secret de Polichinelle: la pratique de la motoneige contribue efficacement à la bonne performance touristique de la région. Avec une saison qui s'est échelonnée de la mi-décembre à la fin mars, il n'est donc pas surprenant que les entreprises sondées accueillant des motoneigistes aient toutes connu une saison stable ou en hausse par rapport à l'hiver dernier. Selon les tenanciers, la clientèle extérieure a été au rendez-vous dans les relais, hôtels et pourvoiries, mais la clientèle locale a aussi été très importante, particulièrement en tout début et en fin de saison.

En ce qui concerne la clientèle familiale, elle s'est montrée friande de l'offre disponible pendant la relâche. Pas moins de 66% des sites et attrait concernés ont vu leur fréquentation stable ou en progression par rapport à la même période l'an passé. En plus, comme la relâche scolaire s'est déroulée sur deux semaines distinctes au Québec, les entreprises ont vraiment constaté un étalement de l'affluence de la clientèle familiale. (M.-E.V.)

Le policier chanteur au FestiVoix

Michel Letarte se transformera en crooner le 5 juillet

AUDREY LEBLANC
audrey.leblanc@tc.tc

MUSIQUE. À la retraite depuis seulement quelques semaines, ce ne sont pas les projets qui manquent pour Michel Letarte. Visage bien connu à Trois-Rivières, l'ancien policier de la SPTR sera en spectacle au FestiVoix le 5 juillet.

Il s'agira pour lui d'une 4e présence à l'événement culturel trifluvien. On pourra l'entendre chanter, à compter de 17h45, à l'Espace Côté Jardin Metro, situé tout près du Bistro SAQ au jardin des Ursulines.

«C'est un peu un retour pour moi parce que mon dernier spectacle au FestiVoix remonte à quelques années déjà. Quand on m'a approché cette année, j'étais très content, confie-t-il. C'est un beau clin d'œil et le timing est bon.»

M. Letarte sera accompagné de quelques musiciens sur scène. «Je veux garder la formule simple, dit-il. Je reste dans le style crooner. Il va y avoir du Michael Bublé, Frank Sinatra, Tony Bennett, etc. Ce sera dans le style feutré. Ça va être bien plaisant. J'ai en tête ce que je vais faire. Pour certains, ce sera une découverte et pour les autres, ils savent à quoi s'attendre parce qu'ils connaissent le répertoire que je fais. Je ne me mets pas de pression, je vais profiter du moment.»

La première fois que Michel Letarte s'est produit au FestiVoix, il était accompagné d'un pianiste à la scène De la Coupe au livre. On a ensuite pu le voir sur la scène des Ursulines avec plusieurs musiciens à l'occasion d'un spectacle qui s'intitulait «Mykel chante Bublé». «La dernière fois au FestiVoix, on était quatre sur scène avec Valérie Carpentier, Fabiola Toupin et André Veilleux», indique le chanteur.

C'est un peu un retour pour moi parce que mon dernier spectacle au FestiVoix remonte à quelques années déjà.

- Michel Letarte

UNE PASSION DE PÈRE EN FILS

M. Letarte chante depuis qu'il a 12 ans. Sa passion pour la musique lui a été transmise par son père, Gilles. «Mon père était un musicien. Il m'a acheté une guitare quand j'avais environ 10 ans et il m'a appris à jouer, raconte-t-il. Quand j'étais adolescent, j'ai fait partie de petits groupes. Je payais mes études en faisant des contrats de musique pour des entreprises, des organismes, des soirées dansantes et autres.»

Tout juste avant de débiter sa carrière policière, Michel Letarte a fondé le groupe Tic



Michel Letarte. (Photo gracieuseté)

Tac Toe. «C'était à la fin des années 80 et ça a duré 15 ans, mentionne-t-il. On faisait des fêtes de bureau, des noces, etc. Après, j'ai chanté dans des restaurants. Je me suis aussi impliqué pour des causes, comme celle de la paralysie cérébrale, et auprès de la Fondation québécoise du cancer.»

Le policier à la retraite a également fait

partie du duo Idem avec Louis-Philippe Beaulieu. Sur scène, le crooner et le ténor interprétaient les succès des plus grands de la chanson. La maladie a fait en sorte que les projets du duo ont dû être mis sur la glace, mais M. Letarte ne ferme pas à la porte à un éventuel retour sur scène avec son ami de longue date.

TROIS-RIVIÈRES EN BREF

Deux bibliothèques temporairement fermées

L'installation et la configuration des équipements RFID entraînera la fermeture des bibliothèques Gatién-Lapointe les 15, 16 et 17 mai et de La Franciade les 18 et 19 mai. Cette nouvelle technologie prendra le relais pour l'enregistrement des transactions dès la reprise des activités des bibliothèques au lendemain des travaux. Cette implantation permettra notamment d'installer quatre stations de prêt en libre-service et une station de retour intelligent à la bibliothèque Gatién-Lapointe, et une station de prêt en libre-service à la bibliothèque de La Franciade.

En plus d'améliorer la gestion et la sécurité des collections, la technologie RFID permet aux usagers de faire l'emprunt et le retour des documents eux-mêmes ce qui permet au personnel des bibliothèques de faire davantage de service-conseil auprès des abonnés. Après évaluation de l'impact sur le travail dans les comptoirs de prêts, il est envisagé d'élargir les heures d'ouverture. Enclenché en 2014, le projet d'implantation de la technologie RFID dans le réseau des Bibliothèques sera complété avec ces deux dernières installations.

Vaste choix de vélos électriques
à partir de **1799⁹⁹\$**

eVox, Toba, FELT bicycles, velec, BionX, BOSCH

Laferté Bicycles
819-374-9172 / 819-377-5887

Passez en **premier** chez Laferté!

MARCHE DE L'ESPOIR

PRÉSENTÉE PAR

SANOI GENZYME

Dimanche 28 mai 2017

Inscrivez-vous à marchedelespoir.ca

Marchez avec nous au Parc Portuaire de Trois-Rivières

Financez la recherche et les services offerts aux personnes atteintes de sclérose en plaques



Debbie Lynch-White, porte-parole provinciale

Partenaires provinciaux

SANOI GENZYME

ADRIEN GAGNON
naturellement d'ici

Société canadienne de la sclérose en plaques
SP
Section Mauricie

109, rue Brunelle
Trois-Rivières (Québec) G8T 6A3
Téléphone 819 373-2570
Sans frais 1 888 473-2570
francine.lamarche@scleroseenplaques.ca

7232710

Leçon de courage en 300 pages

Le Trifluvien Conrad Gélinas publie «De traitant à patient»

MARIE-EVE VEILLETTE
marie-eve.veillette@tc.tc

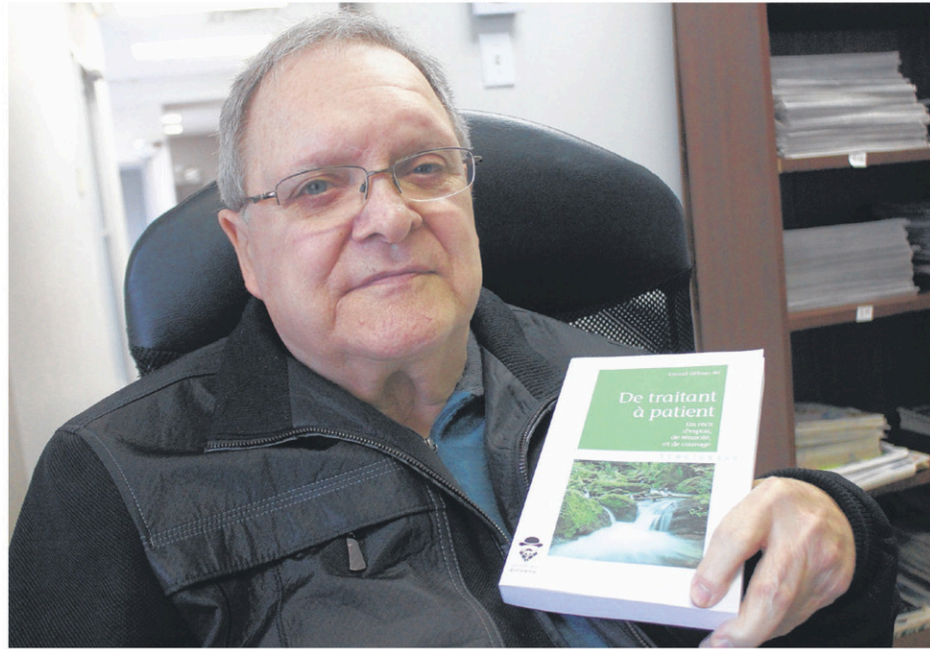
PERSÉVÉRENCE. 6 mars 2001. Jour fatidique et presque fatal pour le médecin spécialiste Conrad Gélinas, alors âgé de 60 ans. Un poids lourd heurte son véhicule alors qu'il se rend au travail à Mont-Laurier. Un accident est si vite arrivé...

L'anesthésiste a conscience de tout. Il est étendu sur le dos, complètement immobile, ou presque. Seule sa tête peut bouger. Il ne comprend pas ce qui se passe. Ses bras et ses jambes demeurent inertes. Puis, arrivent les secours pour le transporter vers l'hôpital. Dans les heures qui suivent, le diagnostic tombe: lésion de la moelle épinière. Conrad Gélinas est paralysé, quadriplégique. Des mois de réadaptation en physiothérapie et en ergothérapie lui permettront toutefois de bouger de nouveau.

Il rentre à la maison le 20 juillet de la même année, sur ses pieds. Sa démarche est incertaine et saccadée, mais avec une marchette, une canne ou des bâtons de marche, il tient le coup. C'est chez lui, à Trois-Rivières, qu'il poursuit sa réadaptation.

UN GRAND PROJET

Neuf ans après son accident, Conrad Gélinas entreprend un grand projet: celui d'écrire son histoire. Il mettra six ans pour le faire. Un total de



Natif de Saint-Barnabé-Nord, Conrad Gélinas a travaillé environ 25 ans dans les hôpitaux de la Mauricie comme anesthésiste, avant d'être victime d'un accident de la route.

(Photo TC Media - Marie-Eve Veillette)

300 pages écrites à la main. Tout un exercice!

«Ça m'a beaucoup aidé. On me l'avait suggéré il y a longtemps, mais j'hésitais. Finalement, je me suis lancé, avec l'idée de faire une simple description de ce que j'ai vécu, en commençant

par le moment de l'accident, puis en laissant filer mon récit tout en y exprimant mes émotions», confie-t-il.

Un retour dans le passé qui lui a ouvert les yeux: «Ces souvenirs ne sont pas source de tristesse pour moi. Ils me rappellent plutôt quel privilège j'ai aujourd'hui d'être comme je suis: d'être bien», affirme l'auteur, même s'il avoue que l'autonomie lui manque.

Son récit a attiré l'attention de la Société des écrivains, qui a accepté de le publier. Il en est résulté le livre intitulé «De traitant à patient», sorti de presse il y a quelques semaines à peine. Un récit d'espoir, de ténacité et de courage, est-il écrit sur la page couverture.

Aujourd'hui, Conrad Gélinas a entrepris de faire connaître son histoire. «J'ai fait beaucoup de lectures depuis mon accident. Plusieurs auteurs m'ont inspiré et apporté du courage et du réconfort. Tant mieux si, à mon tour, je peux donner au suivant», partage celui qui a grandi à Saint-Barnabé-Nord et qui a pratiqué des années à Shawinigan, Trois-Rivières et Drummondville, avant de travailler à Mont-Laurier, où sa vie a été chamboulée.



>7217347

miam
le meilleur de la Mauricie

ENFIN, LES FRUITS ET LÉGUMES DE CHEZ NOUS SONT DISPONIBLES!

Saviez-vous que la Mauricie est la 2^e région productrice d'asperges au Québec? Nous produisons plus du quart des asperges du Québec!

Pour vous procurer des asperges fraîches et des légumes printaniers près de chez vous, visitez le répertoire MIAM au www.lemeilleurdelamauricie.com/printemps



Toujours
LE BON CHOIX!

Québec

MUSÉE DES URSULINES

Partenariat avec la FADOQ

Depuis quelque temps, le Musée des Ursulines a l'opportunité de se faire valoir auprès des 68 clubs FADOQ de la région. Il a été approché par la FADOQ-Région Mauricie, dans le cadre du programme Diverses-Actions pour collaborer à un projet intitulé «Le Musée vous visite».

«Cette initiative se veut une façon de rejoindre les personnes qui, autrement, peuvent avoir des difficultés d'accès aux offres culturelles. Et ça marche! Nous avons déjà rencontré plus de 25 groupes pour un total de près de 2000 personnes», rapporte Josée Grandmont, directrice du Musée des Ursulines de Trois-Rivières.

Pour mettre ce projet en marche, l'équipe du Musée des Ursulines est allée présenter le concept «Le Musée vous visite» devant les membres FADOQ lors des rencontres de secteurs. «Le but est de sortir, d'aller à la rencontre des gens. Il y a un côté intergénérationnel intéressant avec les membres de la FADOQ et ces derniers désiraient offrir des activités culturelles à leurs clubs», explique Josée Grandmont, directrice du Musée des Ursulines de Trois-Rivières.

Concrètement, l'activité consiste à proposer aux participants, qu'ils soient membres FADOQ ou non, de vivre l'expérience unique du quotidien d'une religieuse Ursuline cloîtrée dans les années 1950. C'est à l'aide d'artefacts et d'iconographies de la collection du Musée des Ursulines que les participants sont invités à plonger dans les différentes étapes qui jalonnaient le quotidien d'une Ursuline.

«Nous voulons supporter nos clubs FADOQ dans le développement d'activités culturelles pour leurs membres, mais nous sommes également conscients de la contribution que la FADOQ apporte aux différentes communautés de la Mauricie. Nous offrons donc cette activité à toute la population», explique Ginette Lapointe, directrice-générale de la FADOQ-Région Mauricie.

LOCAUX COMMERCIAUX À LOUER



Deux locaux d'environ 1000 pieds carrés chacun communiquant ensemble. Peuvent être loués séparément. Chaque local a une porte de garage et une toilette indépendante. Peut louer seulement espace extérieur clôturé. Locaux adjacents à Antirouille Champlain. Prix à discuter selon vos besoins. Pour infos: 819 840-2855.

Les Serres
Morand
Centre jardin

Géraniums **87¢**
pot 4 po. +tx ch.

Flours annuelles et légumes
2,17\$/bte

Fafard

Nous sommes producteurs

1060, rang St-Louis,
Notre-Dame-du-Mont-Carmel
819 536-2448
lessersresmorand.com

6773738
Ouvert 7 jours

Une exposition pour les 50 ans du Festival Western

Musée québécois de culture populaire



La présidente et le directeur général du Festival Western de St-Tite, Isabelle Tessier et Pascal Lafrenière, en compagnie de la directrice générale du Musée québécois de culture populaire, Valérie Therrien. (Photo TC Media - Myriam Lortie)

MYRIAM LORTIE
myriam.lortie@tc.tc

EXPOSITION. Pour lancer les festivités de son 50e anniversaire, le Festival Western de St-Tite s'associe avec le Musée québécois de culture populaire à Trois-Rivières. Dès le 21 juin, et ce jusqu'en 2019, l'exposition «Notre Far West» sera l'exposition principale de l'institution muséale. Bottes, chapeaux et chevaux... le demi-siècle d'histoire de l'événement d'envergure y sera mis en lumière.

L'exposition qui sera située à l'étage au Musée québécois de culture populaire sera divisée en six zones, elles-mêmes subdivisées en différentes sections. L'histoire de cet événement qui a pris naissance dans un petit village, les rodéos, les spectacles ou encore l'impact du Festival dans la culture populaire québécoise seront notamment mis de l'avant. L'exposition expliquera, par des faits et histoires, ce phénomène qui marque la petite communauté de St-Tite depuis 1967.

LA COUNTRY COMME OBJET DE CULTURE POPULAIRE

«Cet événement marque l'imaginaire des Québécois depuis 50 ans! Le Musée voulait rendre hommage aux gens de St-Tite qui, par leur conviction et leur acharnement, en ont fait un incontournable de la culture populaire québécoise», mentionne la directrice générale du Musée, Valérie Therrien visiblement emballée par le projet. L'exposition permettra également d'expliquer le phénomène social derrière ce succès.

Cette mise en valeur du passé et des racines de l'événement donne le coup d'envoi de la programmation spéciale anniversaire. «L'exposition sera une extension de chez nous et permettra de faire découvrir l'univers western à un

nouveau public, sous une facette historique et ludique», souligne Pascal Lafrenière, directeur général du Festival Western de St-Tite, heureux de cette collaboration.

Notons également que cette exposition constitue l'un des premiers projets du Muséolab, un partenariat avec le DigiHub de Shawinigan qui permet des opportunités d'expérimentation dans le secteur de la muséologie par l'intégration d'initiatives numériques à l'expérience du visiteur.

«Le Musée voulait rendre hommage aux gens de St-Tite»

-Valérie Therrien

D'autres expositions connexes pourraient être développées en lien avec la culture country au Musée québécois de culture populaire.

UN PROJET MOBILISATEUR

Bénévoles, employés et collaborateurs du Festival ont pris part à ce projet par leurs recherches, prêts de matériel ou témoignages. «Une grande quantité d'artefacts provient du Festival Western, quelques pièces sont issues de nos collections, comme ce qui touche l'industrie forestière par exemple, mais elles proviennent également de prêteurs privés, la plupart de Saint-Tite», explique Dominic Ouellet, responsable des expositions au Musée.

«La programmation du 50e anniversaire se trouve grandement bonifiée grâce à ce projet original. Un énorme merci au Musée d'avoir considéré le Festival comme exposition principale, c'est une grande joie pour nous», exprime de son côté Isabelle Tessier, présidente de la 50e édition.

L'exposition Notre Far West ouvrira ses portes le 21 juin prochain au Musée québécois de culture populaire à Trois-Rivières.



Coin St-Paul



25\$
invités

Souper spectacle d'Elvis

avec Sylvain Leduc

25 mai • 17h

PLACES LIMITÉES

Réservez rapidement

819 375-2626

Complexe pour retraités
1400, rue Saint-Paul, Trois-Rivières
819 375-2626 • reseau-selection.com

 Réseau
Sélection

idsanté®

Encore là pour quelques années...

Peinte en 2014, la ligne continue sur le pont Laviolette devait être temporaire

JOANIE MAILHOT
joanie.mailhot@tc.tc

TRAVAUX. Depuis le printemps 2014, une ligne continue est peinte entre les deux voies d'une même direction sur le pont Laviolette. En mai de la même année, le ministère des Transports indiquait qu'il s'agissait d'une mesure temporaire. Or, trois ans plus tard, cette ligne continue est toujours visible.

Au départ, cette mesure devait permettre de maintenir la circulation pendant les opérations, étant donné que concrètement, la ligne continue permet de mettre en place une circulation à contresens sur une voie dans chaque direction.

Depuis 2014, la ligne continue a pratiquement toujours été laissée en permanence. «Comme des travaux sont prévus chaque année sur le pont, elle y restera pour encore quelques années, a fait savoir Jean Lamarche, porte-parole du ministère des Transports (MTQ) en Mauricie-Centre-du-Québec. Il nous est arrivé de la retirer l'hiver, mais pour ce que ça demandait comme démarche et ce que ça changeait vraiment, on a décidé de la laisser en place en tout temps.»

«De cette façon, on peut réaliser divers travaux en assurant la sécurité des travailleurs, poursuit-il. En effet, cette mesure permet d'augmenter l'efficacité des plages horaires de chantier, qui sont souvent de nuit et de fin de semaine. Il faut savoir aussi que la ligne continue permet de minimiser le temps consacré à l'installation et à la gestion d'une signalisation temporaire.»

M. Lamarche explique que de remettre une ligne pointillée comme mesure temporaire nécessiterait de causer une autre entrave à la circulation. «Il ne serait pas envisageable en ce moment de rétablir temporairement la ligne pointillée, à court terme. De plus, cela risquerait



La ligne continue sur le Pont Laviolette interdit les dépassements entre chaque voie.

(Photo TC Media - Audrey Leblanc)

de semer la confusion chez certains usagers.»

Cela dit, le MTQ prévoit que lorsque les travaux seront terminés ou qu'on prévoira une séquence de temps assez longue sans travaux, pour ne pas créer de confusion pour les usagers, «on verra peut-être à rétablir le pointillé, mais pour l'instant, c'est vraiment la fin des interventions majeures sur le pont Laviolette qui dicteront le retour de la ligne pointillée.»

D'ailleurs, le porte-parole a rappelé que chaque année, plusieurs interventions sont nécessaires sur l'infrastructure: inspection, nettoyage, travaux de rapiéçage, etc. «Sans compter les interventions qui seront peut-être plus importantes, comme on l'a vu au cours des dernières années», fait remarquer Jean Lamarche.

Rappelons que le débit de circulation moyen

sur le pont Laviolette est de 37 000 véhicules par jour. Le Ministère se dit donc conscient du caractère stratégique de l'infrastructure.

Conséquence d'un dépassement

Comme l'indique l'article 326.1 du code de la sécurité routière, «le conducteur d'un véhicule routier ne peut franchir une ligne de démarcation de voie continue simple.» Cette règle s'applique sur le pont Laviolette, mais peu d'automobilistes ne la respectent. À quoi s'exposent les conducteurs contrevenants? Ils risquent de recevoir une amende de 200\$, sans compter les 71\$ de frais judiciaires et la contribution de 40\$ à la SAAQ. De plus, cette infraction entraîne une perte de 3 points d'inaptitude.

MARCHE GODEFROY

Vivez-le,
Goûtez-le!

20 et 21 mai
Grande
Ouverture!

SAMEDI ET DIMANCHE
9 H - 17 H
du 20 mai au 29 octobre inclusivement

Pour des économies
à vie, devenez membre
pour 50¢

MARCHEGODEFROY.COM

>7240188

SPTR

Assermentation de six nouvelles recrues

Le directeur de la Police de Trois-Rivières, René Martin (au centre), a procédé le 8 mai dernier à l'assermentation de nouvelles recrues, choisies parmi plus de 200 candidats désireux de faire une carrière policière au sein de l'organisation. Ils étaient 6 policiers à prêter les serments d'allégeance et de discrétion devant familles, amis et membres de la direction. Ces nouveaux policiers (Christian Bergeron, Nicolas Chouinard, Xavier Bolduc, Vincent Gélinas, Alex Bérubé et Sarah Elisabeth Pronovost) seront bientôt en action sur le terrain après une période d'induction, visant à les familiariser avec les différentes directives internes.



(Photo gracieuseté SPTR)



INONDATIONS 2017
**AIDE FINANCIÈRE
AUX SINISTRÉS**

1 888 643-AIDE
urgencequebec.gouv.qc.ca

ENSEMBLE
on fait avancer le Québec

Québec

LUC LAVOIE

PAUL LAROCQUE

BERNARD DRAINVILLE

LA JOUTE

LE TALK-SHOW POLITIQUE
#1 AU QUÉBEC



L C N

DU LUNDI AU JEUDI **16h**

Rediffusion 18h30

**LUTTEZ
CONTRE LA FAIM
INITIEZ LE CHANGEMENT**



Banques alimentaires
Canada



Walmart



Merci pour votre appui!

Avec nos fournisseurs et nos clients, nous avons
fourni 8 millions de repas à des familles dans le besoin
Consultez le walmart.ca/CombattezLaFaim
pour plus de renseignements.



Histoires de familles



Mai 2017

tc • MEDIA

PROFITEZ DE
50%
DE RABAIS SUR LES VERRES SOLAIRES*
Du 3 avril au 30 juin



Simplement moins cher qu'ailleurs^{MD}
f entrepotdelalunette.com

5175, rue Saint-Joseph, Trois-Rivières • 819 840-4622

* À l'achat d'un ensemble verres et monture. Sélection de verres solaires : verres simple vision sur mesure avec teinte ou polarisés, foyers progressifs Numérique HD avec teinte ou polarisés. Extras en sus. Offre valide du 3 avril 2017 au 30 juin 2017. Voir détails et conditions en magasin. Monture présentée : Ego - 7000, 6

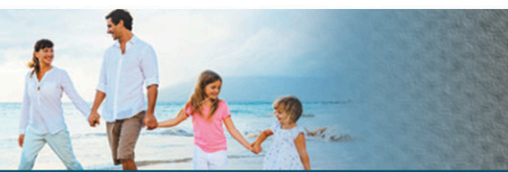
UN
GOÛT
EXCESSIF DE
CHANGEMENT?

ENTREPÔT
DE LA LUNETTE



Le beau temps
est arrivé!

brd
APPORTEZ VOTRE
PRESCRIPTION
ET ÉCONOMISEZ



Reconnaître la dépression chez les enfants

AUDREY LEBLANC
audrey.leblanc@tc.tc

SANTÉ MENTALE. De plus en plus, on apprend à discerner les signes de la dépression chez les adultes. Mais qu'en est-il des enfants? Si certains symptômes peuvent être semblables, la plupart d'entre eux sont complètement différents. La psychologue Stéphanie Demers fait la lumière sur la question.

Diagnostic peu répandu chez l'enfant, la dépression peut survenir à n'importe quel âge et être observée à divers degrés. Elle est souvent rattachée à beaucoup d'anxiété, de culpabilité, de honte et la crainte d'être abandonné. Les

symptômes chez l'enfant sont très relationnels de par sa dépendance face à l'adulte.

«La dépression peut s'exprimer beaucoup de façon maniaque, sans qu'il n'y ait uniquement de verbalisation dépressive. L'enfant va être très hyperactif, va avoir des conduites très opposantes et provocantes. Il y a peut-être des éléments dépressifs qui se cachent derrière ça, alors il faut être attentif», soutient Mme Demers.

À travers les âges, la dépression chez l'enfant n'est pas niée, mais elle est difficile à diagnostiquer puisque le tableau est varié et complexe. Elle peut être attribuable à plusieurs choses, dont le sentiment de compétence.

«Ça peut se manifester de plein de façons, de sorte que le parent ne la soupçonne pas, précise Mme Demers. L'enfant dépressif peut

démontrer de l'agitation psychomotrice, des problèmes de concentration, etc. Ce qui est difficile avec ces symptômes-là, c'est qu'ils sont souvent associés à un autre diagnostic.»

«La dépression n'est pas non plus nécessairement le problème, ça peut être un effet d'un autre problème, ajoute cette dernière. Par exemple, on voit beaucoup de cas de TDAH. Les enfants peuvent aussi avoir des sentiments dépressifs sans être en dépression.»



La psychologue Stéphanie Demers. (Photo gracieuseté)

«Par exemple, il y a des enfants qui peuvent être anxieux au moment du dodo. Il y a des choses qui font partie de la normalité, mais ça devient un problème quand ça occupe trop de place dans la vie de l'enfant. Et il ne faut pas attendre avant d'agir. C'est important de prendre en considération les sentiments d'échec et d'incompétence exprimés par l'enfant. Il faut que ça sonne une cloche», indique Mme Demers.

«C'est important de prendre en considération les sentiments d'échec et d'incompétence exprimés par l'enfant. Il faut que ça sonne une cloche»

- Stéphanie Demers, psychologue

Toutefois, ces symptômes dépressifs doivent toujours être étudiés dans le contexte du développement de l'enfant afin de voir si le changement est normal ou non. Les symptômes observés doivent être analysés en prenant en considération l'histoire de vie de l'enfant, celui-ci étant très sensible à sa situation familiale et à la réalité de ses parents.

LES SYMPTÔMES CHEZ L'ADOLESCENT

Chez l'adolescent, on observe des symptômes qui se rapprochent de ceux de l'adulte. Il se peut également que l'adolescent ait des conduites délinquantes dans le but de fuir ses émotions dépressives.

Week-end fleuri

aux Serres du Lac

20 • 21 • 22 mai

Spécial
Plusieurs variétés d'annuelles en 9 pack seulement **329\$** rég. 450\$

Tout pour le jardin
Tomates, piments, fines herbes, etc

3 jours seulement

Fleurs en pot
Surfinia, million Bell, Bacopa, Bégonia, etc

Section pépinière
Arbres, arbustes, arbres fruitiers, cèdres à haie

Fleuristerie
Venez voir notre centre jardin fraîchement rénové

Spécial
Géraniums pot 4 1/2" **38\$** /dz rég. 48\$

Sélection de jardinières
1595\$ /ch rég. 23\$

Apportez cette publicité et obtenez une fine herbe

7699\$
Programme d'engrais naturels pour pelouse 3 étapes

Terre en vrac et en sac
Conseils d'experts

100% naturel

LE CENTRE DE JARDIN
Les Serres du Lac

Depuis plus de 35 ans

Joignez-vous à nos ami(e)s

Lac-à-la-Tortue | 819 538-4646 | 200, Route du Lac-à-la-Tortue (coin rang St-Mathieu)

Histoires de familles



Tourisme Mauricie propose une tonne de suggestions d'activités

S'amuser en famille cet été

Pour tous les détails sur ces activités familiales et pour en découvrir encore plus, consultez le blogue de Tourisme Mauricie à www.tourismemauricie.com/blogue/

TOURISME MAURICIE
redaction.hj@tc.tc

CHRONIQUE. Tourisme Mauricie présente quelques suggestions d'activités à faire en famille et dans la région cet été.

POUR JOUER DEHORS

Parcourir la forêt tout en s'amusant

Parfois, pour les enfants, marcher sans but est un peu ennuyant. En jumelant la randonnée pédestre à une autre activité, tel qu'une chasse au trésor, un jeu-questionnaire ou un rallye, cela permet de s'amuser tout en marchant! On pense entre autres à la Pépinière du Parc avec son labyrinthe de cèdres et son amical coureur des bois, au village de Saint-Élie-de-Caxton avec sa quête de la paparmane bleue ou bien au geocaching sur le site du Baluchon éco-villégiature (location de GPS sur place).

Explorer fleuve et rivière

Pour obtenir une vue imprenable sur les villes et les villages situés aux abords des cours d'eau, montez à bord d'un bateau de Croisières AML au port de Trois-Rivières ou sur le ponton de la Cité de l'énergie à Shawinigan pour une balade commentée. Vous pouvez aussi embarquer sur le Windigo, au quai de Grandes-Piles, qui vous propose une vue spectaculaire sur la rivière Saint-Maurice.

Profiter des plages et des piscines

Vous aimerez l'Aqua Parc H2O à Trois-Rivières avec son immense piscine à vagues chauffée, ses glissades d'eau et ses jeux d'eau pour les enfants. Côté nature, ce n'est pas les plages qui manquent pour faire trempette par temps chaud. On pense entre autres à : la plage du Lac Édouard au Parc national de la Mauricie,

l'Île Saint-Quentin, le lac aux sables, la Station touristique Floribell et son lac Bell, la plage Baie-Martin, la magnifique plage du lac Normand dans la Réserve faunique du Saint-Maurice et la celle du lac St-Bernard dans la Réserve faunique Mastigouche.

POUR LES JOURS DE PLUIE

Flânez dans les musées

Les musées de la région proposent des expositions adaptées souvent adaptées pour les enfants. On pense à Boréal, le centre d'histoire de l'industrie papetière, avec son audioguide pour les 8 à 12 ans, ses voûtes mystérieuses et sa fabrication de papier. Il y a également le Musée de la faune à Saint-Mathieu-du-Parc, qui émerveillera petits et grands avec sa centaine d'animaux du Canada naturalisés. Du côté de Shawinigan, rendez-vous au Centre des arts pour admirer les pierres GEMMES. Ces minéraux ont des qualités particulières et sont taillés pour leur beauté. Sachez aussi que l'activité de lunette de réalité virtuelle est de retour cet été pour les 13 ans et plus.

Escalader un mur intérieur

L'escalade vous intrigue? Voici un bon moyen de satisfaire votre curiosité. Le forfait «Découverte» de Maïkan Aventure est une activité d'une heure, encadrée par des animateurs brevetés, qui vous permettra de vous initier en famille à ce merveilleux sport.

POUR S'AMUSER EN SOIRÉE

Assister à un spectacle à grand déploiement

La Mauricie sera festive cet été, avec plusieurs spectacles à ne pas manquer comme Dragao, une aventure d'Amos Daragon à la Cité de l'énergie à Shawinigan, Merlin à l'Amphithéâtre au cœur de la forêt à Saint-Mathieu-

du-Parc, le Cirque du Soleil à l'Amphithéâtre Cogeco de Trois-Rivières, la pièce de théâtre Antarctique solo à la Maison de la culture Francis-Brisson (secteur Grand-Mère) et même du théâtre sur la rivière au Baluchon Éco-Villégiature à St-Paulin.

Observer des ours dans leur habitat naturel

Cette activité originale vous permettra d'observer l'ours, mais aussi d'en apprendre énormément sur cette grosse bête poilue. Tant au niveau de la biologie, de son mode de vie, de ses comportements, de sa reproduction et de sa gestation. Vous pourrez y faire l'essai de lunettes de vision nocturne, sans oublier les précieux conseils du guide sur l'attitude à adopter lors d'une rencontre avec un ours en forêt. Gageons que vous enfants se souviendront longtemps de cette soirée «face à face avec l'ours noir» offerte Aux Berges du St-Maurice de Shawinigan (secteur Saint-Jean-des-Piles)! Réservé aux enfants de 5 ans et plus.

HÉBERGEMENT : DODO DANS UNE HABITATION INUSITÉE!

Cet été, ouste la routine; tentez l'hébergement d'expérience! On pense entre autres aux nouvelles tentes bulle du parc de l'Île Melville à Shawinigan, les rustiques camps de bûcheron du Rond Coin à Saint-Élie-de-Caxton, les charmantes petites huttes du site Aux Berges du Lac Castor à Saint-Paulin, une yourte avec vue sur l'eau au parc de la Rivière Batiscan à St-Narcisse, un refuge isolé sur une île chez Aire-Nature à Grandes-Piles ou les pratiques prêt-à-camper Hékipia dans les réserves fauniques de Mastigouche et du Saint-Maurice.

LA RIVE-SUD ET SES ATTRAITS

La Rive-Sud regorge également de merveilles à visiter et d'activités à faire en famille cet été. Pour tous les détails sur ce qui s'offre à vous et pour plus de suggestions, rendez-vous au www.tourismebecancour.com et www.tourismenicoletyamaska.com.

Ça vaut le déplacement!

Le plus GROS inventaire DIVERSIFIÉ en MAURICIE!
Tondeuses • Tracteurs
Essais sur place

CITE machinerie
1271, boul. St-Laurent, Louiseville
819 228-3858
www.citemachinerie.com

H₂O

Amenez vos amis!

- Piscine à vagues • Glissades
- Volley Ball • Karting • Camping

www.campingh2o.com

SORTIE 189 AUT.40, TROIS-RIVIÈRES • 819-377-5469

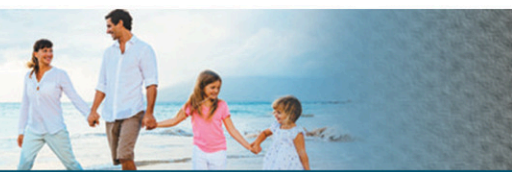
KARTING
TROIS-RIVIÈRES

Rabais de **10** \$

Applicable sur le karting 6.5 HP ou 9HP

Valide jusqu'au 15 juillet 2017

Sur présentation de ce coupon. Pour la saison 2017 Ne peut être jumelé à une autre promotion. Aucune photocopie acceptée. Non monnayable. Un coupon par personne. Ne peut être subdivisé



Comment conjuguer naissance et budget?

JOANIE MAILHOT

joanie.mailhot@tc.tc

PLANIFICATION. Avoir un enfant en 2017, combien ça coûte? Voilà la question à laquelle TC Media voulait répondre, afin d'aiguiller les nouveaux et les futurs parents. Or,

Quelques chiffres

79 980\$

Revenu total médian au Québec, en 2014, pour les familles comptant un couple. Au Canada, pour le même type de famille, le revenu total médian est de 86 410\$.

70 010\$

Revenu total médian à Trois-Rivières, en 2014, pour toutes les familles de recensement.

68 431\$

Dépenses moyennes des ménages au Québec, en 2015.

Source: Statistique Canada

il semble bien qu'il y ait autant de réponses que de familles.

En effet, nos recherches démontrent qu'il n'existe aucun chiffre magique qui correspondrait à toutes les réalités. Toutefois, selon différentes sources, élever un enfant au Canada coûterait annuellement entre 3000\$ et 14 000\$. Évidemment, cela dépend du salaire, de la condition et de la situation financière du ou des parents.

«Le coût relié à un enfant, c'est aléatoire. Il n'y a aucun chiffre ou barème qui convient à tous... ou il y a une multitude de chiffres ou statistiques; dépendamment comment on voit ça. Mais au fond, des enfants, ça peut coûter extrêmement cher, comme ça peut ne coûter pas grand-chose. C'est du cas par cas», exprime Bertrand Rainville, intervenant au Centre d'intervention budgétaire et sociale (CIBES) de la Mauricie.

Il ajoute que, comme pour bien des choses, tout est une question de choix. Par exemple, certains parents vont décider d'acheter tout le matériel neuf, tandis que d'autres se tourneront vers l'usager, que ce soit via des amis, de la famille, ou encore des sites comme Kijiji ou des pages Facebook créées à cet effet.



«Pour bien des choses, tout est une question de choix»

- Bertrand Rainville

nombre d'enfants qui vivent avec vous, l'âge de vos enfants et votre revenu familial net rajusté. De manière générale, l'ACE représente 6 400\$ par an (533,33\$ par mois) pour chaque enfant admissible âgé de moins de six ans.

M. Rainville est d'avis que les parents d'aujourd'hui doivent se réjouir des programmes gouvernementaux qui leur sont offerts. «Il y a ces allocations, mais il y a aussi une autre forme de «subventions déguisées», comme les garderies à 7\$ par exemple. Avoir un enfant en 2017 est beaucoup plus «avantageux» qu'à une certaine époque», croit-il.

À PROPOS DU CIBES

Le Centre d'intervention budgétaire et sociale (CIBES) de la Mauricie a pour mission d'aider les familles et les individus qui vivent des difficultés liées au budget, à l'endettement ou à la consommation. Les intervenants du CIBES ne portent pas de jugement sur leurs clients. En contrepartie, lorsque ceux-ci cognent à la porte du Centre, ils doivent entreprendre une démarche sérieuse et avoir comme objectif de reprendre en charge leur situation financière.

De plus, de nos jours, des allocations provenant des gouvernements provincial et fédéral sont attribuées aux familles. Du côté du gouvernement du Québec, le paiement «Soutien aux enfants» varie d'une famille à l'autre. Il est calculé chaque année en tenant compte du nombre d'enfants à charge de moins de 18 ans résidant avec le bénéficiaire, du nombre d'enfants en garde partagée, du revenu familial (somme des revenus des 2 conjoints, s'il y a lieu), ainsi que de la situation conjugale (avec ou sans conjoint).

Pour ce qui est de l'Allocation canadienne pour enfants (ACE), les versements sont calculés pour une période allant du mois de juillet d'une année au mois de juin de l'année suivante. Le gouvernement du Canada utilise les renseignements suivants pour effectuer le calcul: le

CLINIQUE
Adjustez moi
SPÉCIALITÉ MASTECTOMIE

Prothèses, soutiens-gorge et maillots de bain adaptés suite à une chirurgie du sein

SUR RENDEZ-VOUS:
Annie Hardy, corsetière certifiée
819 696-4907

Visitez notre boutique en ligne au www.bdnbdj.com

Lingerie, maillots de bain et vêtements de croisière

BOUTIQUE
Belles de nuit
de *Belles de jour*

info@bdnbdj.com **819 694-7272**

4, rue des Ormeaux, suite 200 (coin Barkoff) Trois-Rivières G8W 1S6

NOUS RÉALISONS VOS RÊVES DEPUIS 45 ANS

Les spécialistes de la piscine creusée depuis 1972

Vente et remplacement de toile pour piscine hors terre et creusée

Pompe piscines hors-terre 1,5 HP

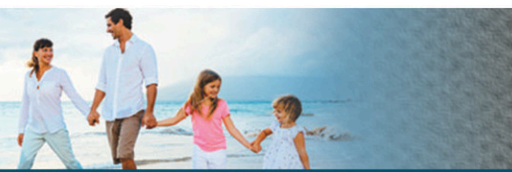
SPÉCIAL 199\$

Rég. 299\$

6935, boul. Jean XXIII, Trois-Rivières (secteur Ouest)

819 377-5558

www.piscinescaron.ca



De maman à entrepreneure

Des porte-bébés shawiniganais

MYRIAM LORTIE
myriam.lortie@tc.tc

ENTREPRENEURIAT. La Shawiniganaise Roxanne Lefebvre-Baril, maman de deux jeunes enfants, vient tout juste de lancer son entreprise de porte-bébés Héra Wrap, basée au Centre d'entrepreneuriat Alphonse-Desjardins à Shawinigan.

La jeune femme a démarré sa production il y a un mois environ à Shawinigan, mais elle murit son projet depuis deux ans. «Le point de départ, ça a été ma maternité.» Ses enfants sont aujourd'hui âgés de quatre ans et un an.

Roxanne Lefebvre-Baril est diplômée en cuisine et en pâtisserie. Le point commun avec sa nouvelle entreprise? La créativité! «Il fût un temps où je faisais de gros gâteaux de mariage. J'adorais peindre sur les gâteaux, maintenant je crée des porte-bébés.»

PORTE-BÉBÉ OU POUSSETTE?

«Le bébé est installé vers nous. Le poids du bébé, plutôt que d'être réparti dans le bras, est réparti partout dans le tissu du porte-bébé. On peut porter un 35 livres comme si on

n'avait rien sur les épaules», explique l'entrepreneure de 25 ans.

«C'est une belle façon de pouvoir profiter de notre bébé, tout en continuant d'être actif et d'avoir les mains libres.»

- Roxanne Lefebvre-Baril, entrepreneure

Le porte-bébé, selon Roxanne Lefebvre-Baril, comporte plusieurs avantages comparativement à la poussette. Il permet de se déplacer plus aisément dans plus d'endroits, en randonnée, à l'épicerie ou dans la cuisine, par exemple, tout en offrant une proximité sécurisante pour le bébé. «C'est une belle façon de pouvoir profiter de notre bébé, tout en continuant d'être actif et d'avoir les mains libres.»

Elle anime d'ailleurs des ateliers de portage chez Allaitement-Soleil, au coût de 5\$. Elle est à même de constater l'engouement pour le porte-bébé, alors que cet atelier attire une vingtaine de nouveaux parents par mois à Shawinigan, une demande grandissante.

UN MARCHÉ À CONQUÉRIR

«Le marché est très nouveau, en pleine expansion», relate Roxanne Lefebvre-Baril. Elle fait maintenant partie des trois entreprises qui fabriquent des porte-bébés au Québec. Elle compte bien conquérir les jeunes parents de la province. Elle ressent déjà une ouverture dans le reste du Canada et même à l'étranger. Elle aimerait réaliser des ventes de 250 000\$ cette année.

LE MÊME TISSERAND QUE LA REINE D'ANGLETERRE!

Le premier modèle de tissu dont elle a fait le design s'appelle «Poudre de dodo», un nom qui fait référence au fait que les enfants s'endorment rapidement dans le porte-bébé.

Ses modèles, tissés en Angleterre selon des motifs qu'elle conçoit avec l'aide d'une graphiste, peuvent être fabriqués en plusieurs fibres, que ce soit le coton, le lin ou encore la laine de mérinos. «Je suis très fière de dire que j'ai le même tisserand qui a fait la robe de couronnement de la reine d'Angleterre!», informe-t-elle. Tissés à la machine, ses porte-bébés sont confectionnés à la main par une couturière de Shawinigan.



Roxanne Lefebvre-Baril et le jeune modèle Jayke Lahaie, neuf mois.

(Photo TC Media - Myriam Lortie)

D'autres modèles devraient être offerts d'ici l'automne, comme le meitai (tablier avec quatre pans), les porte-bébés préformés (sac à dos), et le ring sling (écharpe avec anneaux). Ils s'adressent normalement aux enfants pesant de 8 à 35 livres ou plus, notamment pour le porte-bébé au dos.

Les produits sont disponibles en ligne, au www.herawrap.com, au coût de 155\$ à 265\$. Il est également possible de rejoindre l'entrepreneure sur sa page Facebook «Héra wrap».



Le plus GRAND CHOIX en Mauricie

Nous payons les taxes

sur tous les vélos en magasin

Certaines conditions s'appliquent. Détails en magasin





24 paiements égaux 

0%

d'intérêt sur 24 mois!



381-A, boul. Thibeau Trois-Rivières

819 909-4123

SINGER
CENTRE LES RIVIÈRES

MÉGA SOLDES DE MAI

POUR DEUX SEMAINES SEULEMENT



SINGER

COURS DE FORMATION INCLUS GARANTIE EN MAGASIN

109\$^{+TX}

P.D.S.F. : 169\$

SINGER 1408
• 8 points de base/35 fonctions de points
• Boutonnière en 4 étapes
• Bras libre
• 3 positions d'aiguille
• Pression de pied presseur ajustable



SINGER

COURS DE FORMATION INCLUS GARANTIE EN MAGASIN

229\$^{+TX}

P.D.S.F. : 349\$

SINGER 3323S
• 23 modèles de points
• Boutonnières automatiques en une étape
• Longueur de points réglables
• Position de l'aiguille de largeur variable



SINGER

COURS DE FORMATION INCLUS GARANTIE EN MAGASIN

349\$^{+TX}

P.D.S.F. : 599\$

SINGER 7465 CONFIDENCE
• 2 boutonnières automatiques
• Enfile-aiguille automatique
• Éclairage DEL
• Tension automatique
• 49 points intégrés



SINGER

COURS DE FORMATION INCLUS GARANTIE EN MAGASIN

299\$^{+TX}

P.D.S.F. : 499\$

SINGER HD 5523
• Vitesse de couture extra rapide - 1100 PM
• Design en métal robuste
• Boutonnière automatique en une étape
• 23 points incorporés



SINGER

COURS DE FORMATION INCLUS GARANTIE EN MAGASIN

299\$^{+TX}

P.D.S.F. : 549\$

SINGER SURJETEUSE 14SH654
• 1300 points à la minute
• Capacité de 3/4-fils
• 5 points de finition
• Entraînement différentiel

 Suivez-nous sur **FACEBOOK SINGER LES RIVIÈRES**



Avant d'acheter ailleurs, venez nous voir!

CENTRE COMMERCIAL LES RIVIÈRES
(situé près de la Banque BMO) Entrée #3

819 373-2228




Mises de côté acceptées deux semaines seulement

IL SE POURSUIT
PENDANT TOUT LE MOIS DE MAI!

L'ÉVÉNEMENT



RAM

SUR TOUS LES RAM

25%
DE RABAIS*



* Certaines conditions s'appliquent. Voir les conditions en concession.



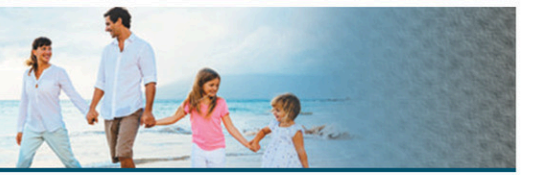
ACCUMULEZ DE L'ARGENT
ET **RÉCOMPENSEZ-VOUS!**

Avec **tout achat d'entretien, de pièces, d'accessoires** ou **d'un forfait esthétique** pour votre véhicule, **profitez de 3 % de remise** en argent sur votre carte récompenses **BERNIERCRÉPEAU**.

**METTEZ-
NOUS AU
DÉFI**

BERNIERCRÉPEAU

3100, boul. Saint-Jean, Trois-Rivières - 819 377-3077 BERNIERCREPEAU.COM



Que faire avec un enfant difficile à table?

SÉBASTIEN LACROIX
sebastien.lacroix@tc.tc

ALIMENTATION. Que devrait-on faire avec un enfant qui fait la fine bouche quand vient l'heure des repas? À quel moment ça peut devenir problématique?

L'encourager en lui disant «encore deux bouchées» pour faire plaisir à papa, grand-maman ou ma tante? Lui dire de terminer ses légumes pour aller jouer dehors? Voilà des exemples de choses courantes qu'on ne devrait pas faire...

Les nutritionnistes insistent pour inviter un enfant à goûter à tous les aliments, sans lui mettre de pression, et d'éviter de jouer avec ses émotions pour arriver à nos fins. Sinon, on pourrait lui causer des problèmes d'anxiété en lien avec la nourriture.

De plus, on ne devrait pas se servir de la nourriture pour punir ou récompenser un enfant, surtout chez les 2 à 5 ans. Sans quoi ça peut brouiller les signaux de faim et nuire à sa relation avec les aliments long terme.

Donner l'exemple, pour que l'enfant vous imite; le faire participer à la préparation des aliments; lui présenter les aliments de façon ludique; lui permettre de se salir et l'encourager

à utiliser des ustensiles sont quelques trucs pour aider l'enfant à apprécier la nourriture.

Ne surtout pas se décourager et persévérer à lui présenter des aliments qu'il n'aime pas, ou qu'il croit ne pas aimer! On dit qu'il faut parfois 10, 15, 20 expositions au même aliment, ou même plus, pour qu'il accepte de le mettre dans sa bouche...

Les experts recommandent également d'éviter les collations trop près des repas, ou encore d'avertir quelques minutes avant de passer à table que sera bientôt l'heure pour qu'il puisse se préparer. Une fois assis, évitez les distractions comme la télé ou les jouets.

Même si c'est souvent difficile, les parents ne devraient pas montrer d'émotions si l'enfant n'a pas touché à son assiette au bout d'une vingtaine de minutes. Il faudrait demeurer le plus neutre possible et simplement la lui retirer sans lui faire de reproches, ni de commentaires, et favoriser la notion de plaisir.

L'enfant ne se laissera pas non plus mourir de faim! S'il ne mange pas comme à l'habitude au cours d'un repas ou d'une journée, il finira par se reprendre et manger ce dont il a besoin sans pour autant nuire à sa croissance.

Si la variété n'est pas au rendez-vous, ce peut tout de même devenir problématique arrivé à

un certain âge. S'il mange moins de 20 aliments, un enfant de plus de 5 ans sera considéré comme ayant un problème de sélectivité alimentaire.

Ce peut être lié à la texture des aliments en bouche, ce qui peut nécessiter des

interventions de la part d'un ergothérapeute. Ce peut aussi être de nature psychologique comme une certaine peur de la nourriture qu'il aura à surmonter, ou encore la recherche d'autonomie ou des changements au niveau de l'humeur.

**VOUS PERDEZ VOS CHEVEUX?
NOUS POUVONS VOUS AIDER**

NOUVEAU SERVICE À LA CLINIQUE!
Soins des pieds et extension de cils

NORGIL
L'expertise capillaire

- ANALYSE CAPILLAIRE INFORMATISÉE
- ACTIVATEUR PILAIRE
- ALIMENT DE VIE DU CHEVEU (COMPRIMÉS ANTI-CHUTE)

1430, 4^e rue, Trois-Rivières / 819 840-4480 / www.norgilcanada.com

MASKINONGÉ

Là où il fait bon vivre!

PROMOTION HYPOTHÉCAIRE À LA CAISSE POPULAIRE DE MASKINONGÉ!

Obtenez une subvention sur une nouvelle construction unifamiliale à Maskinongé; recevez

2500\$* et +

*Détails à la Caisse populaire de Maskinongé



TERRAINS À VENDRE À PARTIR DE 3\$ DU PIED CARRÉ
(POUR LES 2 SECTEURS)

- > Centre des loisirs Desjardins tout neuf
- > Nouvelle bibliothèque municipale
- > Écoles primaires
- > Garderies
- > Clinique médicale
- > Accès rapide à l'autoroute 40
- > Plus bas taux de taxation de la région



154, Boul. Ouest
Maskinongé J0K1N0
819 227-2243
www.mun-maskinonge.ca



819 268-5483
www.lessardexcavation.com



62, rue St-Aimé
Maskinongé J0K1N0
819 227-2351
www.desjardins.com

PARC RÉSIDENTIEL Maskinongé Phase 4

Terrains en vente par la municipalité
819 227-2243
www.mun-maskinonge.ca

TERRAINS À VENDRE À MASKINONGÉ

Rue Saint-Laurent Ouest (Maskinongé)

Stephan Lessard
Téléphone: 819-268-5483
info@lessardexcavation.com

819 268-5483

Bernard LESSARD EXCAVATION

Recherchez l'enseigne du Domaine des Pointes

Avec tout achat, courez la chance de **GAGNER** un des deux certificats-cadeaux d'une valeur de

50\$ chacun

Tirage 1^{er} juillet 2017



Vaste choix de :

- Corbeilles et pots décoratifs
- Boîtes de fleurs et de légumes
- Fines herbes
- Arbres - Arbustes - Vivaces
- Paillis
- Terre et compost première qualité en sac et en vrac



Doris Brodeur et Louis Dessureault, props.

Heures d'ouverture:
Du lundi au vendredi
8 h 30 à 17 h 30
Samedi et dimanche
8 h 30 à 16 h 00



1391, Rang des Pointes, St-Tite
Tél. 418 365-5683

Histoires de familles

Choisir de prendre le temps

ENFANCE. La vie déboule à cent milles à l'heure. C'est facile de se laisser emporter par le tourbillon et d'oublier de prendre du temps pour soi et sa petite famille. Mais prendre une pause, tout le monde ensemble, ça fait du bien. Autant aux parents qu'aux enfants.

C'est un constat qu'a fait l'équipe de la Maison Coup de pouce, qui met à la disposition des Trifluviens un espace propice à ce temps d'arrêt en famille. Ce lieu d'accueil est baptisé «Écoute-moi grandir». Il permet aux jeunes familles de sortir de la maison pour fuir la routine.

Du matériel de jeu destiné aux enfants de la naissance à 4 ans est mis à la disposition des visiteurs, qui peuvent l'utiliser librement. «Il n'y a pas d'animation ni d'activités structurées ou de stimulation, souligne l'équipe derrière le projet. L'idée est de permettre aux enfants de venir jouer dans un espace sécurisant et amusant, en compagnie d'autres enfants et de leurs parents (ou tout autre adulte significatif).»

Pour les parents, l'endroit est idéal pour échanger avec d'autres adultes. Il est libre de

jouer avec son enfant ou encore de l'observer tout simplement, et prendre ainsi plaisir à s'étonner de la manière toute personnelle que son enfant a de jouer, d'entrer en relation, de résoudre les petits problèmes qui se présentent à lui dans le jeu et avec les autres.

Nul besoin de s'inscrire ou de prendre rendez-vous pour bénéficier des avantages du projet «Écoute-moi grandir». Les lieux sont accessibles sans heure d'arrivée fixe. «On y reste le temps que l'on souhaite durant les heures d'ouverture. L'enfant demeure en tout temps sous la responsabilité de l'adulte accompagnateur», précise la Maison Coup de pouce.

Les lieux sont accessibles le mardi et le jeudi, entre 9h et 11h30. Les futurs parents sont aussi bienvenus. Une contribution est demandée et le montant est à la discrétion de chacun. Il est bon de préciser que le prénom de l'enfant et le lien avec l'adulte qui l'accompagne sont demandés afin de permettre aux quatre professionnels en enfance qui travaillent pour ce projet de bien accueillir petits et grands.

familiprix

Vos pharmaciens de famille au grand cœur



Sauvez du temps
RENOUVELEZ
VOS ORDONNANCES
EN LIGNE!

Accédez au renouvellement en ligne en **4 étapes** faciles.

Rendez-vous au **familiprix.com** ou sur l'application mobile pour activer votre compte



PHARMACIE HÉON ET LAPIERRE

4825, Bouvet, Bécancour, sect. St-Grégoire
819 233-3230
451, av. Godefroy, Bécancour, sect. St-Grégoire
819 606-0106
1785, boul. du Carmel, Trois-Rivières
819 840-2756

PHARMACIE VERMETTE ET C.PARENT

776, boul. St-Maurice
Trois-Rivières
819 374-6284

PHARMACIE CHANTALE GABOURY

147, Boulevard Est
Maskinongé
819 227-2288

PHARMACIE MARIE-EVE GÉLINAS

683, Ste-Anne
Yamachiche
819 296-2222



Quelques conseils «crème solaire»

JONATHAN COSSETTE
jonathan.cossette@tc.tc

CONSEILS. Le cancer de la peau est cependant trop présent depuis les dernières années et mérite qu'on lui tienne tête en se protégeant efficacement.

D'abord, quelles sont les différences entre les crèmes solaires 15, 30 ou 60?

«Le pourcentage des crèmes solaires joue surtout sur le temps de protection», explique d'entrée de jeu Sylvie Jacob, infirmière et professionnelle de la santé à la pharmacie Jean Coutu Karine Deschambault et Éric Benoît. «Si une personne brûle en dix minutes au soleil, par exemple, ce sera 300 minutes avec la protection 30. Si on utilise de la 15, ce sera alors 150 minutes.»

«Pour ce qui est de la quantité de crème, il est recommandé d'appliquer la grosseur d'une balle de golf», ajoute Marie-Pier Neault, cosméticienne au même endroit. «Il ne faut pas l'étendre trop non plus, car on va diminuer l'efficacité du produit.»

Les gens qui visitent la cabine de bronzage avant de s'envoler vers les pays chauds doivent

se crémér efficacement rendu à destination. En réalité, ce n'est que la surface de leur peau qui a pris le temps de foncer. Pas moins de 80% des rayons du soleil parviennent à traverser les nuages ou même le brouillard.

TRUCS ET CONSEILS?

- Appliquer la crème de 15 à 30 minutes avant de sortir et à tous les deux heures par la suite.
- La crème solaire hydrofuge est également très efficace pour les personnes qui suent beaucoup.
- Ne pas crémér un enfant de moins de six mois. Privilégier des moyens de protection physiques tels un parasol et des vêtements longs, mais légers. Surtout, ne pas oublier de bien l'hydrater.

FPS / % DE PROTECTION

- FPS 15 / 93%
- FPS 30 / 97%
- FPS 50+ / 98%

VENTE DE CÈDRES

Cèdres cultivés de première qualité

(Nigra, cèdre noir)

Directement du producteur

Préparation du sol

Installation de haies

Prix compétitifs

PAYSAGISTES MULTI-DESIGN,
3000 Rg. St-Charles, Trois-Rivières
(Secteur Pointe-du-Lac) G9B 7W6
819 379-4117

paysagistemultidesign.com



PARC de L'ILE MELVILLE

De tout pour des vacances exceptionnelles à prix abordable

Dépayement complet tout près de chez-vous!

- Prêt-à-camper • Auberge, chalets, camping
- D'Arbre en Arbre • Embarcations nautiques
- Piscine • Vélos (piste cyclable)

NOUVEAUTÉ!
COSYBUBBLE



Voisin de la Cité de l'Énergie.
À 3 minutes à pied du centre-ville de Shawinigan

Réservez dès maintenant **819 536-7155 / www.ilemelville.com**



La participation citoyenne pour améliorer son milieu

PIER-OLIVIER GAGNON

pier-olivier.gagnon@tc.tc

FAMILLE. La MRC de Maskinongé, comme plusieurs autres territoires, a mis sur pied une Politique Familles-Aînés afin d'améliorer la qualité de vie des familles, des jeunes et des aînés de la région.

Cette politique lancée à la fin de l'année 2014 représente une suite logique de la Politique familiale municipale adoptée en 2006.

Essentiellement, cet outil a comme objectif de mobiliser la communauté, les citoyens et les élus afin d'améliorer l'offre de services municipaux, de retenir et d'attirer de nouvelles familles, de favoriser la participation citoyenne, de revitaliser les municipalités du territoire et de favoriser le maintien des aînés dans la communauté le plus longtemps possible, par exemple.

D'ailleurs, la Politique représente beaucoup plus qu'un simple cadre de référence. «C'est un document qui sert à améliorer les conditions de

vie dans la MRC par des actions concrètes dans chacune des municipalités du territoire qui ont décidé d'embarquer dans cette démarche», souligne Sébastien Rochefort, agent de concertation à la Corporation de développement communautaire (CDC) de la MRC de Maskinongé.

«La Politique Familles-Aînés, c'est un prétexte pour se mobiliser. C'est l'outil qui permet d'asseoir tout le monde ensemble pour répondre directement aux besoins du milieu et des citoyens», renchérit Nadia Cardin, coordonnatrice à la CDC de la MRC de Maskinongé.

En plus de cette politique et du plan d'action régional, les 17 municipalités de la MRC de Maskinongé ont elles aussi un plan d'action élaboré par leur comité Familles-Aînés. Un plan d'action propre à chaque milieu qui se résume en l'implication de 146 citoyens et basé sur les réponses de plus de 2000 personnes ayant répondu à un questionnaire acheminé aux résidences de la région dès le lancement de la

démarche. «Les citoyens ont vraiment nourri leur plan en identifiant des actions qui doivent être portées et qui sont prioritaires. C'est un projet mobilisateur, collectif et qui demande de la concertation», rappelle M. Rochefort.

Dans le cadre de la réalisation de cette Politique Familles-Aînés de la MRC de Maskinongé, la CDC de la MRC de Maskinongé accompagne et soutient les municipalités du territoire dans la réalisation de leurs objectifs. Son mandat consiste notamment à favoriser le réseautage et faire le lien entre chacune des municipalités. Un rôle primordial pour assurer le succès de ce programme. «Présentement, le plan d'action régional qui contient près de 40 actions est réalisé à 79,5% et il doit se terminer en novembre 2017. C'est un processus qui est en continu. On voit un changement sur le territoire. Les élus sont branchés avec les citoyens. Chacune des municipalités est proactive et cherche à améliorer la qualité de vie des citoyens».



Sébastien Rochefort, et Nadia Cardin, de la Corporation de développement communautaire de la MRC de Maskinongé.

(Photo TC Media - Pier-Olivier Gagnon)

Nos partenaires

Deloitte. 50 ANS VITROS CHAUDS. VITRO Ziebart. GESTION PH VITRES INC. Stein Monast S.E.N.C.R.L. AVOCATS. Desjardins Caisse de Nicolet. DOW Automotive Systems. ROGER CHEV V GMC. tc MEDIA. Le COURRIER sud. ENERGIE 92.1. Rouge 105.3.

Le théâtre du COQ présente

TRIPLE SEC

Texte Maxime Champagne
Mise en scène Jean Belzil-Gascon
Scénographie Odile Gamache
Conception sonore Jérémie Desbiens

Avec Benoît Arcand, Marion Barot, Caroline Bélanger, Jérémie Desbiens

Du 6 juillet au 26 août 2017
Les jeudis, vendredis et samedis
* À l'exception des 27, 28, 29 juillet et 5 août

Rabais de 10% jusqu'au 1^{er} juin
Réservation : 1 877 666-0260
theatreducoq.ca

35 % alc./vol. 750 ml

7233074

QUI DÉTIENT UNE POLITIQUE SEMBLABLE DANS LA RÉGION?

Shawinigan: Politique municipale de la famille et des aînés depuis 2007
Trois-Rivières: Politique familiale depuis 2004
Des Chenaux: Politique familiale et des aînés depuis 2008
Mékinac: Politique familiale depuis 2011
Maskinongé: Politique Familles-Aînés depuis 2006
La Tuque: Politique de la famille, des aînés et des saines habitudes de vie depuis 1995
Nicolet: Politique familiale depuis 2013
Bécancour: Politique familiale depuis 1995

UNE SUITE?

La Politique Familles-Aînés de la MRC de Maskinongé arrive à échéance cette année. Les intervenants assurent que cette démarche mobilisatrice se poursuivra. «Les élus sont conscients que c'est un levier important sur le territoire et ça permet d'être bien branché avec le milieu. Le cadre de cette démarche ne devrait pas changer tant que ça. Nous sommes en réflexion présentement pour savoir ce qu'on veut dans la deuxième version de notre Politique Familles-Aînés».

LE PLAISIR DE CUISINER EN FAMILLE

IGA Marché Clément
Louiseville - Nicolet
714, boul. Saint-Laurent Ouest, Louiseville
2000, boul. Louis-Fréchette, Nicolet

IGA extra Cap-de-la-Madeleine
645, boul. Thibeau, Trois-Rivières
IGA Jean XXIII
6060, boul. Jean-XXIII, Trois-Rivières

IGA Sainte-Marguerite
1305, rue Sainte-Marguerite
Trois-Rivières

Le plaisir de mieux manger **IGA**



Manifeste pour une vie d'enfant

MARILOU HAMEL-FRÉCHETTE
redaction_shawinigan@tc.tc

CHRONIQUE. La porte de la maison chez nous est toujours ouverte. Au sens propre comme au sens figuré. Il n'est pas rare qu'en entendant des petits pas, je me retrouve à saluer avec enthousiasme un enfant dans la pièce voisine, posant mille questions sur sa journée, pour me rendre compte par la voix qui me répond que ce n'est finalement pas l'un des miens.

«Euh...je fais juste remplir ma bouteille d'eau» (avec mes souliers dans les pieds et mes mains pleines de boue dans ton lavabo blanc), me crie le p'tit voisin de la 9e, nouveau dans la gang, encore pas certain s'il a vraiment le droit d'être là ou pas.

Notre but de hockey, bien installé au milieu de la rue est le lieu de mille tournois, pratiques, hurlements de joie, exploits, pleurs, rires et protestations de «C'est pas juste!».

Mes enfants sont les rois des tournées de collations, auxquelles j'ai imposé quelques règles essentielles telles que: ne pas offrir de bar open de lait, respecter l'embargo sur la distribution de gomme (depuis que j'en ai eu une dans les cheveux, incident requérant une coupe d'urgence avec des ciseaux de fortune un dimanche matin) et finalement, vanter la vertu des pommes comme alternative idéale et économique aux amandes à 45\$ le kilo pour nourrir tous les voisins après l'école.

Quand vient le temps de rentrer, il faut toujours le dire 34 fois, jusqu'à le crier avec impatience en utilisant la menace absolument inutile «Tu vas manger froid!» et la plus efficace «Si tu mets pas la table avec ton frère et ta sœur, tu vas la débarrasser tout seul tantôt!»

Malgré le fait que c'est un chaos quasi-permanent d'avoir des enfants qui courent d'un bord et de l'autre, cette vie de clan privilégiée, sur laquelle je pourrais écrire mille fois, me convient parfaitement dans son rythme fou mais humain, parfois épuisant mais, si rassurant à la fois. Rassurant parce qu'il ressemble à celui de ma propre enfance, pas si lointaine tout de même et aux jours d'insouciance de plusieurs de ma génération.

On peut m'accuser de nostalgie excessive, mais je vous rassure, j'adore le siècle dans lequel on vit. Nos enfants sont allumés, curieux, probablement plus articulés que nous l'étions et je n'en suis pas encore à me bercer avec des «dans mon temps».

Personne n'a déclaré qu'on ne pouvait pas avoir un peu des deux mondes. Un peu d'aujourd'hui et un peu d'avant? Du temps pour regarder le soleil se lever et respirer avant de débiter une journée à grande vitesse.

Être reine de lipsync sur Musical.ly, mais trouver tout autant de plaisir à jouer librement dehors et à rentrer tellement sale que l'eau du bain vire au brun? Jouer à NHL sur le Xbox, mais se prendre pour PK en jouant au hockey dans la rue?

Pourquoi un enfant ne pourrait pas construire un univers virtuel sur son Ipod le lundi, mais faire partie d'un club secret d'aventuriers dans sa cabane dans l'arbre le vendredi?

Ce n'est pas tout noir ou tout blanc. Il faut vivre dans son temps, sans renier la base, le bonheur de jouer dehors sans notion des heures qui passent, avec les joues roses d'avoir trop couru.

Nos enfants ont besoin de jouer, penser, s'ennuyer, explorer, se chicaner, voisiner, prendre le contrôle de la rue. De passer d'une maison à l'autre en troupe bruyante. De savoir qu'on n'est pas tout le temps dans leurs bottines.

Je vous entends...Oui mais les méchants? les voitures? les abeilles? son intolérance au gluten? Je sais. Je sais. Je sais. Mais il y avait tout ça dans notre temps aussi (sauf l'affaire du gluten, ça n'existait pas, nos parents savaient pas c'était quoi, ils nous donnaient encore du Kool-Aid comme si c'était santé).

Ça se peut que votre horaire, votre «beat», vos voisins louches ne permettent pas de lâcher vos enfants louses, de les laisser s'époumoner dehors tous les soirs.

Mais quand on y pense, quels sont nos moments préférés d'enfance? L'expédition trépidante dans la forêt du haut de la

côte composée de tout au plus cinq arbres, dans laquelle on faisait mine de se perdre, ou les jeux encadrés avec notre mère qui nous surveillait?

Pardon? Vous non plus vous n'avez pas de souvenirs de votre mère qui jouait avec vous en vous «encadrant»? C'est parce qu'elle était plus

«wise» que nous, parents des années 2000 et qu'elle savait que vous aviez plus de fun avec les p'tits voisins à vous inventer des histoires de pirates perdus dans la jungle.

Prenez exemple sur votre mère. Laissez vos enfants jouer aux pirates eux aussi. Ouvrez votre porte à l'aventure!




PRÉPAREZ VOTRE BATEAU POUR L'ÉTÉ!

- Réparation et entretien
- Entreposage sécuritaire
- Réparation fibre de verre gel-coat
- Transport et entretien de bateaux et pontons
- Esthétique bateau complet (cire et compound)

PRIX COMPÉTITIFS!!!





380, chemin des Dubois, Shawinigan GOX 1L0
www.maximum-marine.com **819 533-2376**



- Location • Motomarine • VTT • Ponton
- Bateau • Côte à côte • Spyder • Moto

Pour une aventure inoubliable!

2850, rue des Apprentis Shawinigan **1 877 538-8899**

www.maximumaventure.com



Vis à charpente pour bois massif

Produit d'Allemagne
Dimensions de vis disponibles : 2 pouces à 24 pouces

Venez chercher vos échantillons de teinture GRATUITS



Finis écologiques
intérieur et extérieur pour le bois à base d'huiles naturelles

Vis, bandes isolantes, calfeutrant, scellant, teinture, vernis intérieur et extérieur pour murs, planchers, patios etc...

Teintures ET Calfeutnants ST-TITE



Calfeutrer les infiltrations une fois pour toutes...

France Cossette / www.teinturecalfeutrant.com
Tél.: 1 877 365-4443 / 1 418 365-4444 • 597, route 153, St-Tite



Voie Rapide^{MD}

CENTRE POUR AUTO ET PNEUS

ENTRETIEN • PNEUS • FREINS • HUILE ET FILTRE • BATTERIES • GÉOMÉTRIE

DU 17 MAI AU 16 JUIN 2017

GRATUIT

**OBTENEZ LA VÉRIFICATION
DES FREINS
à l'achat d'un entretien de base**

CE FORFAIT COMPREND :

- ✓ 5 litres d'huile de qualité supérieure Motorcraft® et remplacement du filtre Motorcraft®
(frais supplémentaires pour l'huile synthétique)
- ✓ Inspection du circuit de freinage et rapport sur les mesures
- ✓ Vérification des courroies et flexibles
- ✓ Inspection jusqu'à 62 points, y compris :
 - filtre à air (un filtre à air obstrué réduit l'économie de carburant)
 - composants de direction et de suspension
 - vérification de la batterie et rapport des résultats
- ✓ Remise à niveau des liquides

WOW!

**AVEC TOUS
CES NIDS DE POULE,
ÇA TOMBE BIEN!**

SPÉCIAL ALIGNEMENT

79⁹⁵\$

**ET VOUS OBTENEZ UN
CERTIFICAT-CADEAU
DE 25\$***

WOW!

*Applicable lors de votre prochaine visite

640, boul. Saint-Laurent Est, Louiseville | 819 228-9448
7100, boul. Gene-H. Kruger, Trois-Rivières | 1 819 370-1971

La Voie Rapide... la voie à suivre.^{MC}



NE LIMITEZ PAS VOS VACANCES AUX ZONES WI-FI.

SAMSUNG
Galaxy S8



OPTEZ POUR NOS SOLUTIONS VOYAGE.

- OPTION VOYAGEUR 24H ÉTATS-UNIS ET INTERNATIONAL
- FORFAITS SANS FRONTIÈRES CANADA-US



Cette offre, d'une durée limitée, s'adresse aux clients abonnés à la Téléphonie Mobile de Vidéotron avec une entente de 24 mois. Les forfaits Sans frontières Canada-US comprennent les appels locaux et interurbains illimités partout au Canada ainsi qu'un privilège voyage aux États-Unis. Le privilège voyage aux États-Unis permet l'utilisation du forfait (appels, messages texte et données) aux États-Unis pour un maximum de 120 jours par année, calculée à partir de la date du début de l'abonnement à ce forfait. Dès qu'il y a utilisation de l'un des services entre minuit et 23 h 59 heure de l'Est, une journée complète est comptée. Si l'usage en appels, en messages texte, en messages photo et vidéo et en données aux États-Unis dépasse 120 jours par année, Vidéotron peut facturer l'usage excédentaire ou retirer le privilège voyage. Les frais d'appels interurbains du Canada vers les États-Unis (à l'extérieur du Québec) sont inclus. Lors de déplacements au Canada (hors Québec) et aux États-Unis, la réception et l'envoi de messages photo et vidéo entraînent la consommation des données comprises dans le forfait. Les forfaits incluent l'Appel en attente et la Conférence téléphonique (jusqu'à 5 personnes) ainsi que les frais d'accès au réseau. L'utilisation de l'Appel en attente et de la Conférence téléphonique entraîne des frais de temps d'attente applicables à chaque appel et à chaque participant. Les appels interurbains vers l'extérieur du Canada et des États-Unis, les frais d'utilisation excédentaire de données ainsi que les autres frais applicables ne sont pas inclus. Les appels interurbains faits en itinérance au Canada et aux États-Unis vers l'étranger sont au tarif unique de 1,45 \$/min. Pour connaître les tarifs des appels internationaux faits à partir du Québec, consultez le <http://www.videotron.com/residentiel/mobile/interurbains/appels-internationaux-a-partir-du-quebec>. Frais uniques d'activation de 10 \$ et frais liés à la carte SIM de 5 \$ par ligne en sus. Taxe municipale de 0,46 \$ pour le service d'urgence 911 et autres taxes applicables en sus. L'option voyageur 24 h permet au client d'utiliser les services de son forfait mensuel (voix, messages texte et données) aux États-Unis et dans plus d'une centaine de pays pour un tarif fixe par période de 24 heures. L'option voyageur 24 h reste active tant que le client ne la désactive pas. Il n'est donc pas nécessaire d'activer l'option pour un prochain voyage. La période d'utilisation est de 24 heures et démarre dès le premier usage d'un service du forfait. Les frais liés à l'utilisation de l'option voyageur 24 h s'appliquent uniquement lorsque le client effectue ou prend un appel, envoie un message texte (ou un message photo et vidéo) ou utilise des données. Toute utilisation d'un service du forfait après cette période démarre une nouvelle période de 24 heures qui entraîne automatiquement une tarification journalière. Si le client utilise les services (voix, messages texte et données) de son forfait dans une même période de 24 heures à la fois aux États-Unis et dans un pays qui couvre l'option voyageur 24 h International, des frais journaliers lui seront facturés pour chacune des options, États-Unis et International. À l'international, si le client utilise les services (voix, messages texte et données) de son forfait dans une même période de 24 heures dans plus d'un pays qui couvre l'option voyageur 24 h International, des frais journaliers ne lui seront facturés qu'une seule fois. Le client doit respecter les limites de son forfait. En cas de dépassement des limites du forfait, des frais d'utilisation excédentaire seront facturés au client au tarif que prévoit son forfait actuel. © Samsung Electronics Canada inc., 2017. Tous droits réservés. « Samsung » et « Samsung Galaxy » sont des marques déposées ou des marques de commerce de Samsung Electronics Co., Ltd., et sont utilisées avec permission. Les images d'écrans sont simulées.

COMMUNAUTAIRE

TROIS-RIVIÈRES EN BREF

Couches lavables: 5000\$ de plus pour le programme d'aide

Le 14 mars dernier, la Ville de Trois-Rivières lançait son Programme d'aide pour l'achat de couches lavables afin de supporter les familles désireuses de réduire leur empreinte écologique et de soutenir le développement durable. À ce jour, 48 familles ont bénéficié de l'aide financière qui correspond à 50% du coût d'achat d'un ensemble de couches lavables, jusqu'à concurrence de 100\$ taxes incluses. L'enveloppe budgétaire de départ est donc épuisée. Étant donné l'intérêt suscité par le programme d'aide, le maire Yves Lévesque va respecter son engagement en réinjectant une autre somme de 5000 \$. Rappelons que le programme d'aide est administré par le Centre Ressources Naissances. Évidemment certaines conditions s'appliquent. Nous invitons les personnes intéressées à consulter le v3r.net.



(Photo: gracieuseté)

Journée de l'arbre le 20 mai

La Ville de Trois-Rivières souligne une fois de plus cette année la Journée de l'arbre. Pour cette occasion, des plants d'arbres et du compost seront distribués gratuitement aux citoyens de Trois-Rivières le samedi 20 mai, de 8 h à midi, au parc Pie-XII ainsi qu'au complexe de La Franciade. Les amoureux de la nature et du développement durable auront l'opportunité d'échanger avec des spécialistes en arboriculture, en horticulture et en environnement. Chaque visiteur pourra se procurer du compost fabriqué à partir de matières végétales recueillies chez les citoyens, ainsi que des plants d'arbres de différentes essences.

De plus, les Trifluviens auront la chance de recevoir diverses informations, notamment sur les arbres, l'agrile du frêne (espèce d'insectes coléoptères de la famille des Buprestidae) ainsi que sur le développement durable et l'intégration

des milieux naturels en milieu urbain. À partir de 10h, les citoyens sont invités à venir échanger entre eux des plantes vivaces. Beau temps, mauvais temps, l'événement aura lieu.

Marcher contre l'homophobie et la transphobie le 20 mai

Sidaction Mauricie tiendra la 6e édition de sa Marche contre l'homophobie et la transphobie le 20 mai prochain à Maison de la solidarité (1060, rue Saint-François-Xavier, à Trois-Rivières). La population est attendue à 13h30 et le départ aura lieu à 14h pour une marche pacifique avec ambiance musicale dans les rues du centre-ville. Avant le départ, des bouteilles d'eau seront distribuées, ainsi que plusieurs objets promotionnels aux couleurs de la fierté gaie. Un rassemblement est prévu au retour de la marche alors que des prix de présence seront remis.

AGENDA COMMUNAUTAIRE

CRDITED

Déjeuner des retraités du CRDITED jeudi le 18 mai à 9h chez Maman Fournier rue Thibau.

Conseil 6874 Trois-Rivières (Ouest)

Souper homards le samedi 20 mai à 18h au 350 Côte Richelieu. Coût: 50\$ pour deux homards et 20\$ pour mijoté de bœuf. Danse, animation, prix de présence, bar. Réservation: Rénaud Côté 819-376-2445.

ECKANKAR

Office spirituel ECK «Les points tournants dans notre vie, un cadeau spirituel» le 21 mai à 10h30, au Centre ECKANKAR de Trois-Rivières, 53, rue Saint-Antoine. Info: 819-222-5226 (Alain).

Collecte de sang à Saint-Louis-de-France

Mardi 23 mai de 13h30 à 20h30 au centre multifonctionnel de Trois-Rivières (st-Louis-de-France).

Société de généalogie du grand Trois-Rivières (SGGTR)

Atelier: Logiciel de généalogie Hérédité notions avancées le mercredi 24 mai à 13h30, 100 rue de la Mairie, Trois-Rivières. Gratuit et offert au grand public. info@sggtr.com ou 819-376-2691.

Regroupement des aidants naturels de la Mauricie

Cafés Entr'Aidants (soutien psychosocial et faire

réaliser qu'on n'est pas seul à vivre l'expérience d'aidant auprès d'une personne en perte d'autonomie) 24 mai 14h ou à 18h au 79, rue Rocheleau. Info: 819-693-6072.

Acouphènes Québec

Atelier: «Un bien être malgré mes acouphènes», Jocelyne Moreau, Phd. 19h, mercredi 24 mai. Maison De La Madone, 10 Denis Caron, Trois-Rivières. Membres gratuit. 10\$ non-membres. Normand Gour 819-374-6339.

Maison de la famille des Chenaux

Papa en action: 27 mai, sortie père-enfant à l'Aquarium de Québec. Tarif spécial pour les pères membres de la Maison de la famille Des Chenaux. Transport inclus, départ à 9h. Inscription obligatoire.

Regroupement des aidants naturels de la Mauricie

Conférence gratuite «Mettre de la couleur dans notre existence» par Alain Bellemare, le mercredi 31 mai à 13h30 au 150, rue Fusey. Inscription: 819-693-6072.

CAB du Rivage

Urgent besoin de chauffeurs et baladeurs pour le service de la Popote roulante, secteur Trois-Rivières Est. Info: 819-373-1261.

Pétanque St-Lazare

Tous les lundi et jeudi soir au sous-sol de l'église St-Lazare, secteur Cap-de-la-Madeleine inscription de 18 à 19h info Gaétan 819-269-7018.

Les pionniers de l'arrosage biologique au Québec!

VersBlancs.ca

JOURNÉE COLLECTIVE TRAITEMENT CONTRE LES VERS BLANCS

TERRAIN COMPLET* devant, derrière et côtés

47\$

Par adresse plus taxes
Prix pour résidence unifamiliale
JUSQU'À 10,000 PI².

PRODUITS 100% BIOLOGIQUES

SAISON COMPLÈTE D'ARROSAGE 8 TRAITEMENTS

154\$ PAR ADRESSE PLUS TAXES

TERRAIN COMPLET* devant, derrière, côtés

2 Traitements de vers blancs 100% biologiques
2 Engrais Gazon Vert 100% biologiques
2 Inhibiteurs de mauvaises herbes 100% biologiques
2 Insecticides (araignées, fourmis, perce-oreilles) 100% biologiques
+ Analyse du sol

JUSQU'À 10,000 PI².

Informez-vous sur les dates visant votre rue.

Appelez dès maintenant!

Sans frais: 1-877-579-9111

9 am - 9 pm

450 359-9111

VISA MasterCard
Paieement Direct
Desjardins
BANQUE LAURENTIENNE
BANQUE NATIONALE

CARRIER BMW DRUMMOND
VOTRE CONCESSIONNAIRE
BMW MOTORRAD

Odile Mongeau Représentante BMW
Steve Forest Représentant BMW
José Abba Technicien Certifié BMW
Jasmin Plante Technicien Certifié BMW

UNE ÉQUIPE PROFESSIONNELLE ET COMPÉTENTE

Carrier BMW Drummond
176, boul. Industriel
St-Germain de Grantham, QC
819 395-2464
carrierbmw.ca

DRUMMONDVILLE
AUTOROUTE 20 170

PRENEZ RENDEZ-VOUS : 1 855 741-2464

© 2017 BMW Motorrad Canada. « BMW », le logo BMW, « Le plaisir de conduire », toutes les désignations des modèles BMW et tous les autres symboles, images et marques relatifs à BMW sont la propriété exclusive ou des marques déposées de BMW AG utilisées sous licence.

Compagnie Duceppe: Un Trifluvien à la codirection

Jean-Simon Traversy succèdera à Michel Dumont

STÉPHANIE PARADIS
stephanie.paradis@tc.tc

THÉÂTRE. Le metteur en scène trifluvien Jean-Simon Traversy succèdera à Michel Dumont qui occupait le poste de directeur artistique de la Compagnie Duceppe depuis 27 ans. Le jeune trentenaire codirigera aux côtés de David Laurin avec qui il partageait déjà la création et la direction de la compagnie théâtrale Lab87 depuis 2009.

«Jean Duceppe, Michel Dumont, David Laurin et Jean-Simon Traversy... dans l'Histoire, on dira peut-être que c'était un drôle de choix de donner ce poste à deux p'tits culs!», s'exclame le Trifluvien d'origine.

«C'est à nous en fait de forger notre propre histoire, alors c'est très inspirant, mais je dois avouer aussi que c'est vertigineux! On se sent petit, mais il y a toute une équipe qui est derrière nous et qui a envie d'entendre nos nouvelles idées, de nous conseiller et de les mettre à exécution», poursuit-il.

Jean-Simon Traversy et David Laurin sont de fins connaisseurs de la dramaturgie anglo-saxonne, dramaturgie justement exploitée chez Duceppe depuis 45 ans, tout comme chez Lab87 depuis 8 ans.

«On connaît tellement bien cette dramaturgie David et moi qu'on collectionne un peu les cartes de hockey de ces auteurs! On connaît leur âge, leur historique, où ils habitent, les pièces qu'ils ont faites, leurs synopsis, les distributions, les réactions que les pièces ont soulevées. On est très curieux, et je crois que cette curiosité et notre dynamisme nous

ont aidés à décrocher le poste», raconte Jean-Simon Traversy.

«On est deux jeunes avec plein d'idées pour que le théâtre soit excitant, pour que le théâtre parle à notre génération, mais aussi à toutes les générations. On veut que les gens aient envie de sortir du confort de leur Netflix», explique le codirecteur.

«Le théâtre, il n'y a nulle part ailleurs où tu sens que tu es en communion avec une histoire, avec des acteurs, avec 800 personnes qui écoutent la même histoire que toi et qui respirent en même temps. Cet état-là, on ne peut pas le trouver à beaucoup d'endroits», ajoute-t-il.

C'est d'ailleurs la similarité des mandats de Duceppe et de Lab87 qui a poussé MM. Traversy et Laurin à tenter leur chance à la direction artistique de cette première. Les deux jeunes hommes apprécient les personnages près du public et les histoires avec des enjeux clairs, ce qu'on retrouve principalement dans le théâtre contemporain américain et anglais.

Jean-Simon Traversy mentionne son désir d'être à l'affût les dernières nouveautés en matière de théâtre, notamment sur les planches de New York, Londres et Chicago. Cependant, certains textes ne se prêtaient pas à la production chez Lab87, car ils nécessitaient trop de comédiens ou de décors, alors que la compagnie n'en avait pas les moyens.

LA PIQÛRE DU THÉÂTRE À TROIS-RIVIÈRES

Pourquoi quitter la compagnie qu'ils avaient eux-mêmes mise sur pieds? «Pour nous deux, c'est comme si on avait un petit voilier et que tout à



Le metteur en scène trifluvien Jean-Simon Traversy succèdera à Michel Dumont.

(Photo gracieuseté Compagnie Jean Duceppe)

coup passait un bateau de croisière, avec nécessairement plus de moyens, une équipe plus grande déjà établie et un public qui connaît le travail de la compagnie», illustre M. Traversy.

«Sans laisser couler notre petit voilier, on utilise l'expérience qu'on y a eue pour amener le paquebot à continuer son voyage et à lui faire découvrir de nouvelles directions».

Afin de ne pas perdre la tête devant tant de moyens mis à leur disposition, Jean-Simon Traversy et David Laurin garderont la même formule qu'avec Lab87 pour bâtir leur programmation, notamment en choisissant les textes aux côtés d'un comité de lecture. «On essaie d'éprouver les textes auprès de créateurs et d'artistes avant de les produire pour

être certains qu'on ne se trompe pas!», explique M. Traversy.

C'est à Trois-Rivières que Jean-Simon Traversy a eu la pique pour la scène, après avoir découvert le théâtre en montant sur les planches de l'école De la Salle. D'entendre la réaction immédiate à une réplique ou à une blague a été pour lui une révélation alors qu'il jouait dans *Les Belles-sœurs*.

Avant de le voir quitter pour le Conservatoire d'art dramatique de Montréal, il a mordu dans tout ce qu'il pouvait à Trois-Rivières. Les amateurs des arts de la scène de la Mauricie ont d'ailleurs probablement eu l'occasion de le voir dans la troupe du Théâtre des gens de la place ou encore en prestation avec Ligue d'improvisation mauricienne (LIM).

PRINTEMPS DES BEAUX PARLEURS



Place à l'art de la parole

Du 18 au 22 mai, les amateurs de contes pourront faire le plein d'histoires à l'occasion du deuxième Printemps des Beaux Parleurs. Une vingtaine d'activités et de spectacles mettant en vedette l'art de la parole figurent à la programmation. Ils prendront place dans plusieurs lieux de diffusion situés au centre-ville de Trois-Rivières. Sur la carte des participants figurent notamment Marc-André Fortin, le duo Les Préendants, le cercle des conteurs de Trois-Rivières, le Duo Camaro, Sylvain Vigneau, Thomas Langlois, Catherine Dorion ainsi que les comédiennes du Théâtre des gens de la place. Jean-Philippe Marcotte, président de l'organisation, contera également lors de cette édition. Déjà présents comme diffuseurs lors de la première édition, le Temps d'une Pinte, le Manoir Boucher de Niverville, le Musée québécois de culture populaire ou encore le café Zénob embarquent dans l'aventure. Pour cette nouvelle cuvée, le café Frida, le Mot-Dit, le café ludique les Mauvais Perdants, l'Église Saint-James, l'auberge de jeunesse internationale et la Taverne Saint-Philippe s'ajoutent à la liste. La programmation complète du Printemps des Beaux Parleurs est disponible au www.printempsdesbeauxparleurs.com. Les entrées sont à 5\$ pour la plupart, gratuites pour certaines et à contributions volontaires pour les autres. (M.-E.V.) (Photo gracieuseté)

SPA

MAURICIE

Trois-Rivières
Mélanie, femelle
Berger Allemand, 7 ans

Shawinigan
Suzie, femelle
Domestique, 5 ans

Un animal de compagnie

POUR LA VIE!

www.spamauricie.com • Facebook

5000, boulevard Saint-Jean, Trois-Rivières 819 376-0806 | 2800, rue des Contremaîtres, Shawinigan 819 538-9683

Maison des familles du Rivage

Seul je vais vite... Ensemble ça va

AVIS DE CONVOCATION
POUR L'ASSEMBLÉE GÉNÉRALE EXTRAORDINAIRE
ET POUR L'ASSEMBLÉE GÉNÉRALE ANNUELLE DE LA
MAISON DES FAMILLES DU RIVAGE POUR LE MARDI
30 MAI 2017 À 19H00

Madame, Monsieur,

Le Conseil d'administration de la MFDR vous convoque à une Assemblée générale extraordinaire et à l'Assemblée générale annuelle, qui auront lieu le mardi 30 mai 2017 à 19h00 et 19h30 au 45, rue Dorval, Trois-Rivières.

Vous êtes priés de bien vouloir confirmer votre présence, en téléphonant à la Maison des familles du Rivage au 819 371-1633.

Isabelle Champagne, Directrice générale

Création de site Web

Service clés en main

de design, création, programmation et accompagnement tout au long du processus.

à compter de

1 199\$

Contactez-nous 819 379-1490 • 819 537-5111 • 819 523-6141

Partenariat entre PranaSens et les Attikameks

L'entreprise de Sainte-Geneviève-de-Batiscan fait cueillir son thé du labrador à Wemotaci

AUDREY LEBLANC
audrey.leblanc@tc.tc

WEMOTACI. L'entreprise PranaSens de Sainte-Geneviève-de-Batiscan accroît son partenariat avec les Attikameks. D'ici deux ans, l'entreprise située en Mauricie installera des séchoirs à Wemotaci pour la fabrication d'huiles essentielles.

Depuis l'été dernier, Stéphane Allaire et Johanne Barrette de PranaSens travaillent avec la famille Petiquay. Ils sont trois cueilleurs à Wemotaci pour récolter le thé du Labrador. La saison de la cueillette de cette plante s'étale sur six semaines. Pendant cette période, la famille Petiquay doit livrer 1800 lb de plantes tous les trois jours pour que celles-ci restent fraîches.

Mais ce voyage, aller-retour, est d'une durée de six heures. C'est pourquoi PranaSens installera deux séchoirs à Wemotaci. Cet investissement d'environ 30 000\$ créera une

dizaine d'emplois et permettra à l'entreprise de faire un pas de plus en matière de développement durable.

«C'est une très grande distance à parcourir tous les trois jours et on veut réduire notre impact sur l'environnement, indique M. Allaire. On n'a pas le choix de fonctionner comme ça présentement pour éviter que les plantes s'oxydent. Quand elles sont livrées ici à Sainte-Geneviève, on doit ensuite se dépêcher à les utiliser. Ce n'est pas l'idéal.»

Quand les séchoirs seront installés à Wemotaci, la cueillette, le séchage, le retrait des feuilles à la main et la mise en baril dans des sacs sous vide se feront directement sur place. Au terme des six semaines de cueillette, une seule livraison sera effectuée à Sainte-Geneviève-de-Batiscan.

C'est une très grande distance à parcourir tous les trois jours et on veut réduire notre impact sur l'environnement.

- Stéphane Allaire

«Eugène et Armand Petiquay choisiront leur équipe pour travailler avec eux. Les Attikameks ont une grande expertise dans le domaine des plantes et ils font preuve d'un très grand respect pour la nature. C'est cette expertise-là qu'on recherche», soutient M. Allaire.



Eugène Petiquay accompagné de Stéphane Allaire et Johanne Barrette de PranaSens.

(Photo Jérémie Perron - Filisofik Studio)

DE L'INTÉRÊT POUR D'AUTRES PLANTES

PranaSens a également l'intention de rentabiliser son investissement en Haute-Mauricie. «Il y a d'autres plantes qui nous intéressent, laisse tomber le copropriétaire de l'entreprise. On ne peut pas encore en parler plus en détail, mais on a fait des tests l'été dernier et on a l'intention d'aller vers ces autres plantes.»

Dans deux ans, quand les séchoirs seront en fonction à Wemotaci, PranaSens entreprendra la construction d'une usine à Sainte-Geneviève-de-Batiscan, un projet que les propriétaires ont en tête depuis déjà un moment. Cette usine sera destinée à la filtration et phytocosmétique (produit de beauté à base de produits végétaux).

Des clients internationaux

Pranasens est spécialisée dans la production biologique de plantes aromatiques et extraction d'huiles essentielles. Johanne Barrette et Stéphane Allaire ont acheté leur terre en 2009. Depuis, ils ont plusieurs clients à l'international. On retrouve de leurs produits notamment en Suisse et aux États-Unis.

SAINT-NARCISSE



(Photo TC Media - Audrey Leblanc)

Retour du marché public cet été

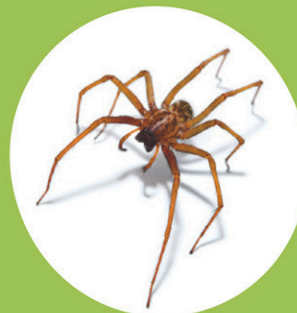
Le Marché champêtre de Saint-Narcisse sera de retour cette année du 2 juillet au 24 septembre. La formule demeure la même, les exposants accueilleront les visiteurs un dimanche sur deux. L'événement qui prend place sur le site extérieur de l'Agora, situé derrière l'église, a connu un vif succès l'an dernier. Cette popularité a eu pour effet d'attirer plusieurs nouveaux exposants cette année. Ils seront, en moyenne, une vingtaine chaque dimanche. Au total, 32 exposants se partageront les sept dimanches de l'été. L'objectif ultime de cette initiative est d'encourager l'achat local dans la MRC des Chenaux. Le marché d'été de Saint-Narcisse sera ouvert les 2 juillet, 16 juillet, 30 juillet, 13 août (journée familiale avec épluchette), 27 août, 10 septembre (journée country) et 24 septembre. (A.L.)

citron^{MC}
HYGIÈNE

Créer un environnement sain^{MC}

MIEUX VAUT PRÉVENIR

Il est important de traiter l'extérieur de votre résidence afin de diminuer la population d'araignées tôt en saison.



Faites confiance à nos spécialistes en gestion parasitaire!
Téléphonez dès aujourd'hui pour votre soumission gratuite

800.643.6922 | www.citronhygiene.com

15% DE RABAIS

Valide pour une durée limitée
Code : été17
***Ne peut être jumelé à aucune autre promotion

7195443



RÉSIDENCE LA CHAMPLINOISE

Champlain

3 1/2 - 4 1/2

Repas du dîner obligatoire
Accès sécurisé
70 ans et +

RÉSIDENCES DES CHENAUX

Sainte-Geneviève-de-Batiscan

Deux 5 1/2 à louer

Subventionnés.
LIBRE IMMÉDIATEMENT
ET POUR JUILLET



Pour plus d'information contactez
Marie-Josée : 819 374-2586 #0
Sonia : 819 374-2586 #112 819 696-0600



TOUTE LA VILLE en parle

tc • MEDIA

Suivez-nous sur /hebdjournal @HebdoJournal • www.lhebdjournal.com

RENDEZ-VOUS ANNUEL 2017 POUR LES BÉNÉVOLES ENGAGÉS AUPRÈS DES AÎNÉS



Le rendez-vous annuel 2017, journée de ressourcement et de formation pour les bénévoles engagés auprès des aînés.
 C'est un rendez-vous le jeudi 18 mai, à Plein Air Ville-Joie, 11441, rue Notre-Dame Ouest, secteur Pointe du Lac.
 25\$ pour la journée, incluant conférences, pauses et dîner. Places limitées!
 Pour inscription, **Andrée Boileau** au 819 378-6050. Accueil dès 8h30 et formation de 9h à 15h30. La participation sociale des aînés; Tous pour un, un plus pour tous!
 En collaboration avec votre Centre d'action bénévole Lavoilette de Trois-Rivières.

NOUVELLE DIRECTRICE DE CRÉNEAU MACHINES POUR LA MAURICIE, BÉCANCOUR ET NICOLET/YAMASKA



M. Yves Lacroix, président, et le comité du nouveau Créneau d'excellence pour les entreprises qui œuvrent dans la conception et la fabrication de machines, souhaitent la bienvenue dans leur nouvelle équipe à Nancy Allaire. Mme Allaire est très motivée à démarrer ce nouveau créneau. Vous pouvez la joindre au 819 448-6499.

UNE 3^E ÉDITION DU COSPLAY FEST AUX GALERIES DU CAP

Le 6 mai dernier, les Galeries du Cap et la boutique Zone 51 présentaient la 3^e édition du Cosplay Fest, dans le cadre de la journée de la bande-dessinée gratuite. Très connue par les amateurs de B.D, cette journée est présentée chaque année lors de la première fin de semaine du mois de mai. Des dizaines de commerces à travers le Québec, dont la boutique Zone 51, offraient à la clientèle des milliers de bandes-dessinées gratuites et exclusives dans le but d'en faire la promotion. Aux Galeries du Cap, plus d'une trentaine de personnages tels que princesses, héros, mascottes, personnages de Star Wars étaient également sur place pour rencontrer les gens, signer des autographes et prendre des photos. Défilé et concours de costumes, photobooth, démonstration de fabrication d'accessoires de cosplay et autres activités étaient au menu de cette journée bien remplie, qui a ravie petits et grands.



LE RENDEZ-VOUS DU PRINTEMPS « SOUPER MOULES ET FRITES »



Le Centre Jean-Noël Trudel et la Fondation du Club Richelieu de Cap-de-la-Madeleine, vous invite au souper bénéfique «Le Moules et Frites» qui se tiendra à la salle Des Ormeaux de Cap-de-la-Madeleine le samedi 27 mai prochain. Un rendez-vous à ne pas manquer! Chaque année plus de 300 convives participent à cette activité très courue. Animation, tirages et plaisir garanti! Procurez-vous vos billets dès maintenant, au Centre Jean-Noël Trudel, 55, rue Mercier, Cap-de-la-Madeleine, 819-374-4220.
 Une façon agréable de soutenir des organismes communautaires qui œuvrent toute l'année dans notre communauté pour soutenir notre jeunesse. On vous attend!

Profitez des supers «Réservez tôt» de Vacances Transat

Pour les détails : 819 840-4100, poste 2901

Vacances Otantik

1650, 6^e Rue à Trois-Rivières, G8Y5B8

www.vacancesotantik.ca

Titulaire d'un permis du Québec.

Manon Pothier



50 % PLUS de parfum*

+



+



3 grands trucs

dans une seule
petite capsule

Gain® flings!™

Détergent à lessive



COMME POUR TOUT
DÉTERGENT, TENIR HORS DE
LA PORTÉE DES ENFANTS.

* vs Gain® Original

Essayez Gain® dès aujourd'hui
avec ces bons-rabais du Carnet-RABAIS qui offrent jusqu'à
4 \$ d'économies dans les journaux de la fin de semaine

ou imprimez-les à la maison en visitant pgeveryday.ca/coupons

Offrez-vous des extras
 ✓ Enca-dre
 ✓ Choisissez-vous auprès de votre téléconseiller
 ✓ Titre centré
 ✓ Caractères gras

Vos
Classées

PETITES ANNONCES CLASSÉES

Profitez également de la parution GRATUITE de votre annonce sur VosClassées.ca.

Heure de tombée: vendredi 10h00
 Heures d'affaires du service téléphonique: lundi au vendredi 8h30 à 12h et de 13h à 16h30

Mode de paiement:  

À NOS ANNONCEURS: Assurez-vous que le texte de votre annonce est exact dès sa parution, sinon il faut nous en aviser immédiatement. En cas d'erreur, notre responsabilité se limite uniquement au montant de l'achat de la première semaine de parution de votre annonce. Toute discrimination est illégale.

POUR TOUT ACHETER
ET TOUT VENDRE,
près de chez vous

Un seul numéro 1-866-637-5236

IMMOBILIER
100 à 299

MARCHANDISE
300 à 399

SERVICES
400 à 599

EMPLOI ET FORMATION
600 à 799

ÉVÈNEMENTS SPÉCIAUX
VÉHICULES
900 à 999

205 Logements / appartements à louer

!!! Coop d'Habitation 3-1/2, 363\$/chauffé, juillet. 5-1/2 subventionné libre, possibilité de résiliation de bail. Rue Montplaisir. Accès terrain, immeuble tranquille. 888-477-6986, 819-475-9399

205 Logements / appartements à louer

1 4-1/2, grand, Trois-Rivières, 500\$. Juillet ou avant, balcon. 819-372-4835 www.renaissancecia.com

4-1/2 avec garage, près de la Plaza, Shawinigan, 440\$. Libre 1er juin, 819-386-2641

205 Logements / appartements à louer

! Nicolet, rue des Pins, 3-1/2, 1er étage, service de buanderie. Libre 1er juillet. Non chauffé, non éclairé, 380\$/mois. 819-698-6180

205 Logements / appartements à louer

4-1/2, boul. Thibeau, St-Louis-de-France, grand, tranquille, animaux acceptés, grande cour boisée, promo 400\$, libre, références. (418)-362-1303

205 Logements / appartements à louer

9-1/2 de qualité supérieure dans un édifice d'exception. Vieux Shawinigan, 163, 2e rue de la Pointe, 2.500 pi.ca. sur 2 étages, 2 grandes terrasses, 2 s.d.b., 4 chambres fermées. 835\$/non chauffé, non éclairé. Libre 1er juillet. Non-fumeur, pas d'animaux. Enquête de crédit. 514-575-9033

205 Logements / appartements à louer

SHAWINIGAN-SUD Près Jean-Coutu Grand 3-1/2, semi-meublé (440\$). Aussi grand 4-1/2, 2e étage (465\$). Grand 5-1/2, r.d.c. (495\$). Libre, mai et juin gratuits. 1-877-887-4339 sans frais

210 Logements / appartements chauffés à louer

SHAWINIGAN: (Secteur Grand-Mère) grands 4-1/2, 5-1/2, libres immédiatement ou juillet. Chauffés, éclairés, rénovés, stationnement déneigé, conciergerie. Site boisé, près de tous les services. Piscine. Aucun chien n'est permis. Information 9h-21h 819-533-5149

310 Divers à vendre

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

VOUS DÉMÉNAGEZ?
PASSEZ À LA MEILLEURE EXPÉRIENCE TÉLÉ

69\$ /MOIS PENDANT 6 MOIS

PASSEZ À NOTRE TRIO ILLIMITÉ

- 30 chaînes télé de votre choix
- Enregistreur TiVo^{MD}
- Internet UltraFibre 40 Illimité
- Téléphonie résidentielle

1-1/2, 2-1/2, 3-1/2, Trois-Rivières, juillet ou avant, chauffés, éclairés. 819-372-4835 www.renaissancecia.com

1 Mois gratuit! 4-1/2 rue Ste-Elizabeth centre-ville Trois-Rivières, libre et juillet, rez-de-chaussée, 420\$/3e, 395\$, 819-415-1146

1 MOIS GRATUIT! BAIL D'UN AN St-Narcisse 3-1/2 et 4-1/2, immeuble neuf, près de tous les services, 3 rue St-Hilaire des Loges. 819-380-2823

1 MOIS GRATUIT. Bécancour, Ste-Angèle: grands logements rénovés, balcon, stationnement, entrées laveuse/sécheuse/lave-vaisselle, 4-1/2, (460\$); 3-1/2, (410\$). 514-640-9206

3-1/2, 387 7e Avenue, Grand-Mère, 2e étage, 310\$/mois, libre immédiatement, 514-778-2191

3-1/2, dans bungalow, demi sous-sol, chauffé, éclairé, semi-meublé, remise 4x8, stationnement déneigé. Pas de chien. Libre immédiatement, 430\$/mois. Secteur Cap en arrière du Tigre Géant, 819-691-1799

4-1/2, 50 Des Oblats coin boul. Ste-Madeleine, 1er étage, insonorisé, 29 x 38 pi, repeint, près des services 819-698-6692

5-1/2, libre ou juillet, 937-941 Arthur Déry, Shawinigan-Sud, rez-de-chaussée, style condo, haut de gamme, plafonds 9', armoires contemporaines, air climatisé mural, balayeuse centrale, garage, 850\$ et 895\$. Idéal retraités ou personnes tranquilles. Aussi, cherche concierge, réduction sur loyer. 450-513-0244

5-1/2, style condo, juillet: 2e étage, 1500 #6, Arthur-Vaillancourt (815\$). Trois-Rivières. Garage 12X24, très propres, a/c mural, balayeuse centrale. Personnes tranquilles. 450-513-0244

5-1/2 chauffé, Cap, beau, grand. Plancher bois franc. Disponible 1er juillet. Jason 819-376-2495

Saint-Maurice, 4-1/2, St-Narcisse, 4-1/2, Sainte-Anne-de-la-Pérade 5-1/2. Grands, style condo, logements neufs, bien insonorisés. Libres immédiatement et juillet. 819-692-5652

BATISCAN: 3-1/2, semi-meublé ou non, rénové, bien isolé, non-fumeur, idéal personne retraitée ou semi-retraitée. Chat accepté. Bord du St-Laurent, accès plage. Libre 1er juillet. 418-362-2826

BEAU 4-1/2 à Bécancour, (500\$). Paisible, stationnement, aucun chien. 819-384-8535

CAP: 5-1/2 dans quadruplex, 2e, rénové, insonorisé, 2 stationnements. Libre. 550\$/mois. Animaux, fumeur de cigarettes et de pot et sa culture prohibée. 819-609-4956

CAP: grand 4-1/2, style condo, 32 #1 St-Jean-Baptiste, 615\$/mois. 1er juillet. Références exigées. 819-375-3162, 819-373-9532

GRAND-MÈRE: 21e Avenue, beau 3-1/2, r.d.c., stationnement, 370\$, Nicole, 819-538-9995

LOUISEVILLE: grands 4-1/2, rénovés, tranquilles. Libres. Trois-Rivières: 3-1/2, 4-1/2, 5-1/2. 819-228-1681. 819-609-0441

MAI/JUIN 2018 GRATUIT 3-1/2, 300\$; 3-1/2, 400\$ frais peint; 4-1/2, 425\$ avec véranda; 5-1/2, 425\$ avec véranda; 4-1/2, 450\$ avec a/c. Shawinigan 819-537-1624

MONT-CARMEL: 3-1/2, privé, meublé, rénové. Paisible. Bail. Références. 385\$. 819-536-3145

SHAWINIGAN: 4-1/2 Cloutier, 2e triplex, rénové. 360\$. Visites Nicole 819-538-9995

SHAWINIGAN: Des Hêtres 5-1/2, 1er duplex, 380\$, informations Nicole: 819-538-9995

SHAWINIGAN: Giguère, 2e duplex, 5-1/2, 380\$. Informations. Visites: Nicole 819-538-9995

SHAWINIGAN: Lambert, beau 4-1/2, stationnement. 350\$. Informations, visites: Nicole. 819-538-9995

ST-NARCISSE: grand 4-1/2 neuf, avec garage, 675\$; 4-1/2 avec garage 640\$ (bloc 4 ans), mai et juillet, 819-609-5470

ST-SÉVERIN: 4-1/2, très propre, entreposage privé, (sous-sol), stationnements. Libre immédiatement. 418-507-6291

TROIS-RIVIÈRES OUEST. Maison 4 chambres à louer. 4550 Notre-Dame Ouest. Grande cour avec garage. Intérieur refait à neuf. 1.100\$/mois, 1er juillet, référence. 514-941-4854

210 Logements / appartements chauffés à louer

A Grand-Mère: Grand 3-1/2, chauffé, éclairé, entrées laveuse/sécheuse, stationnement déneigé, intercom, conciergerie, piscine, près de tous les services. Pas de chien. 9h-21h: 819-533-5149

SHAWINIGAN: Cartier, beau 3-1/2, semi-meublé, 350\$, informations visites Nicole: 819-538-9995

305 Ameublement

MATELAS à vendre de toutes grandeurs. Directement de la manufacture, 819-375-0833, 819-697-8151

MOBILIER salle à diner érable 8 morceaux, 500\$ et mobilier chambre frêne, 6 morceaux, payé 5.500\$ pour 1.500\$, 819-373-9550

365 Poêle / fournaise / bois de foyer

BOIS de chauffage sec, érable, hêtre, merisier, 95\$/la corde. 819-268-2488, 819-692-4694

370 Matériaux de construction

TÔLES à couverture à lambris de couleur et galvanisés etc. 819-221-5429, Cell: 819-690-5429

Trouvez-en encore plus sur vosclasses.ca

EMPLOIS

TECNIC
GRAND FORMATEUR DE CONDUCTEURS

FORMATEUR EN CONDUITE MOTO

À la recherche d'un défi stimulant et valorisant? Joignez-vous à l'équipe Tecnic!

- SECTEUR : TROIS-RIVIÈRES
- Patience, facilité à communiquer et autonome
- Expérience en conduite moto obligatoire (2 ans minimum)
- Diplôme de secondaire 5 ou l'équivalent
- Disponibilité : Jours, soirs et fins de semaine
- Salaire : 16,25 \$/heure

FAITES PARVENIR VOTRE CV par courriel à admin.laval@tecnic.ca, par télécopieur au 450 681-0550 en mentionnant le poste ou postulez en ligne à www.tecnic.ca/carrieres.

>7241853

N^o1
AU QUÉBEC

Profitez de cette offre exceptionnelle dès maintenant.
Appelez-nous au 1 866 539-3288 ou visitez cogeco.ca/meilleur

COGECO
Passez en mode épatant

370 Matériaux de construction

TOUS genres de matériaux de construction: bois toutes sortes, "plywood", "ripe" pressée, revêtement (vinyle), bardeaux d'asphalte, planchers bois franc, planchers flottant, portes d'acier, portes garage différentes dimensions, portes-patio, fenêtres toutes dimensions, dormants de chemin de fer, barils plastiques très propres. 819-221-5437

387 Pépinières / Jardins et accessoires

CÈDRES à haies cultivés 3' à 12', prix variés. 819-295-3660

CÈDRES à haies cultivés en champs. St-Boniface. 819-386-2152, 819-265-2727

390 Ventes de garage / Marchés aux puces

MÉGA vente de garage, Chemin Denys Baron, Trois-Rivières, 20-21 mai

397 On demande

ACHETONS: électro, meubles, articles divers (congélateurs, outils, succession, etc.) Payons comptant. 819-263-2934

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)

442 Constructions / Rénovations / Réparations

YVES Lévesque, multi services. Patios/ peinture, céramique, planchers flottant, taille de haie, moustiquaires, etc. 819-840-2409

446 Peinture/décoration

DANIEL, peintre tireur de joints, d'expérience. 819-979-3373

464 Réparations diverses

RÉPARATION chaises tressées/ tissées, babciche, canne, corde, rotin, claude.cadotte1@gmail.com 819-533-3833

484 Services divers

POTEAUX de corde à linge, vente, installation, 7 jours/semaine. 819-539-8190 819-701-0132 (Cell)

SAAQ - SAAQ - SAAQ Victime d'un accident automobile? Vous avez des blessures? Contactez-nous. Consultation gratuite. M. Dion Avocats, tél: 1-855-282-2022 www.sosaaq.com

485 Agence de rencontre avec permis

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

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

555 Argent à prêter

PRÊT DE 500\$ Sans enquête de crédit. www.creditcourtage.ca 1-866-482-0454

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

580 Occasions/ propositions d'affaires

COIFFEURS(ES) demandés(es) pour louer un très beau salon, 700\$/mois. 1026 St-Ursule centre-ville Trois-Rivières avec grand potentiel: 5 chaises, 3 lavabos et CLIENTÈLE À VENDRE. 819-692-3312, 450-672-9837

585 Services financiers divers

TROP de dettes? Harcelé par vos créanciers? Reprenez le contrôle. Un seul versement par mois (0% d'intérêt) Bureaux à Trois-Rivières et à Grand-Mère pour vous servir. MNP Ltée, Syndics autorisés en insolvabilité. 819-693-0004

605 Emplois divers

PRÉPOSÉS(ES) aux bénéficiaires, expérience un atout. Formation sur place. Horaire variable. St-Luc-de-Vincennes. 819-377-8726

660 Services domestiques

JE recherche une personne en bonne forme physique, pour travaux domestiques chez moi, avec permis de conduire serait un atout. Logée/Nourrie. Info.: 819-691-3097 Trois-Rivières

680 Conciergerie/entretien/sécurité

CONCIERGE RECHERCHÉ Demeurant à Trois-Rivières pour travaux dans immeuble à logements. Temps plein. Expérience obligatoire et références exigées. 819-695-3939 Demander André. Envoyer CV: gestionlesage@outlook.com/ Ou faire parvenir 1253 boul. des Forges, Trois-Rivières G8Z 1T7

HOMME maintenance, Trois-Rivières. Effectuer des réparations et réparations pour des immeubles à logements. Poste Permanent. 819-698-3373

845 Prières/remerciements

Prière au Sacré-Coeur Remerciements au Sacré-Coeur pour faveur obtenue. Que le Sacré-Coeur de Jésus soit loué, adoré et glorifié à travers le monde pour les siècles des siècles. Amen. Dites cette prière 6 fois par jour pendant 9 jours et vos prières seront exaucées même si cela semble impossible. N'oubliez pas de remercier le Sacré-Coeur avec promesse de publication quand la faveur sera obtenue. J.V.

945 Achat d'autos

!!! RECYCLAGE NATH Achat d'autos, ferrailles et métaux. Payons meilleur prix garanti de la région. Remorquage gratuit, service rapide, 6/7, reçus SAAQ. Payons en argent sur place. 819-244-4676

985 Autos à vendre

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

AGENCE PARCS CANADA

Adjoint(e) exécutif(ive) I

Objet du travail : Dispenser des services de soutien administratif et de soutien à la direction, ainsi que l'information pertinente pour assurer la gestion efficace et efficace pour la directrice de l'unité de gestion de la Mauricie et de l'Ouest du Québec.

Numéros de référence : CAP17J-014584-000060

Type de poste : Emploi permanent, entrée en poste en août 2017

Horaire : 37,5 heures / semaine

Date limite : 21 mai 2017

Endroit : Shawinigan (Québec)

Pour plus d'informations sur les modalités et critères requis pour poser votre candidature, consultez le site internet suivant: www.emplois.gc.ca



Canada



Opportunités de carrière

Contremaître / Superviseur

En tant que contremaître, vous superviserez et coordonnerez le travail des membres d'une équipe en vous assurant que la main-d'œuvre et le matériel nécessaires à l'exécution du travail soient mis à contribution et utilisés de façon efficace selon les normes et les échéanciers établis. Lorsque requis, vous agirez à titre de superviseur remplaçant. Vous serez appelé à superviser une équipe de contremaître. Vous planifierez, coordonnerez, dirigerez et contrôlerez les activités relatives à l'entretien, à la réparation des véhicules et des ressources matérielles de la société.

Autres opportunités offertes

- Chauffeur d'autobus
- Préposé au service

L'un des postes mentionnés ci-dessus vous intéressent, consultez le STO.ca/carriere pour plus de détails.

Un parcours, une carrière
une vie



HUGUES
Technicien - planification du réseau Sportif qui a la bougeotte

DEMANDE DE DISSOLUTION

Prenez avis que la personne morale Ligue Hockey Senior A de la Mauricie 71425409, ayant son siège au 3705, de Soulanges, Trois-Rivières, Qc, G8Y 0B6 a décidé de procéder à sa dissolution. Est produite à cet effet la présente déclaration requise par les dispositions de l'article 42 de la Loi sur la publicité légale des entreprises.

Alain Beauchamps, président

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, 560, boul. Charest Est, Québec (Québec) G1K 3J3.

NOM ET ADRESSE DU DEMANDEUR	NATURE DE LA DEMANDE	ENDROIT D'EXPLOITATION
9128-5148 Québec Inc. BAR LE JOKER 163, rue Lorette Trois-Rivières (Québec) G8T 5W8 Dossier : 2 897 601	Addition de (1) permis de Bar avec autorisation de spectacles (sans nudité)	163, rue Lorette Trois-Rivières (Québec) G8T 5W8
Hardy Daniel GÎTE ET CAFÉ - BISTRO DE LA TOUR 300, rue Ste-Anne Sainte-Anne-de-la-Pérade (Québec) GOX 2J0 Dossier : 4 575 585	(1) Bar et (1) Bar sur terrasse	300, rue Ste-Anne Sainte-Anne-de-la-Pérade (Québec) GOX 2J0

Québec



SOCIÉTÉ DE TRANSPORT DE TROIS-RIVIÈRES

ASSEMBLÉE PUBLIQUE

La Société de transport de Trois-Rivières (STTR) informe la population qu'une assemblée publique sera tenue le mercredi 24 mai 2017 à 19h, au Centre de Service de la STTR, au 2000, rue Bellefeuille à Trois-Rivières.

Guy de Montigny
Secrétaire corporatif

>7116665

CONVOCAZIONE ASSEMBLÉE ANNUELLE



Centre de traitement des dépendances

DATE: Mardi 23 mai 2017
HEURE: 18 H 00
LIEU: 166, rue Loranger, Trois-Rivières, G9A 5G1
Le président monsieur Jean-Noël Rheault
P.S. Veuillez confirmer votre présence.

Tél. : 819 691-3173
Télé. : 819 691-3553

Direction Biélorussie pour deux athlètes trifluviens

Brandon Leclerc et Élodie Morin aux Championnats du Monde de Force Athlétique

JONATHAN COSSETTE
jonathan.cossette@tc.tc

ENTREVUE. Deux étudiants tombent en amour au cégep. Deux étudiants qui ont les mêmes passions au préalable. Puis depuis bientôt deux ans, ils sont amoureux de la dynamophilie, mieux connue sous le nom de *power-lifting*. Rapidement, ils se sont mis à performer. Résultat: Brandon Leclerc et Élodie Morin ont rendez-vous aux Championnats du Monde de Force Athlétique.

Les deux Trifluviens étudient en kinésiologie. Leur passion pour le sport et l'entraînement les a conduits sur le chemin du *power-lifting*. Tout récemment, ils ont déniché une place à Minsk, en Biélorussie, où les Championnats auront lieu du 17 au 25 juin.

«J'ai fait du culturisme après mon cégep et mon coach m'a dit que je serais peut-être bon si j'essayais la dynamophilie (*power-lifting*). J'ai essayé et j'ai tout de suite aimé ça. Ensuite, j'ai réussi à entraîner Élodie (Morin) dans le bateau et elle aussi a tout de suite aimé ça», confie le jeune homme de 22 ans.

À raison d'une quinzaine d'heures d'entraînement par semaine et à l'aide d'une saine

alimentation, le jeune couple s'améliore de jour en jour. Brandon Leclerc fait partie de la catégorie des 83 kilos et -, soit la plus populaire chez les hommes. De son côté, Élodie Morin compétitionne également dans la catégorie la plus populaire chez les dames, soit celle des 63 kilos et -.

«C'est le fun d'accéder aux Championnats du Monde quand même assez rapidement»

- Brandon Leclerc

«Mon poids tourne autour de 190 lbs et je descends de 7 à 8 livres avant la pesée, un peu comme à la boxe. Sauf que nous, on ne bénéficie que de deux heures pour reprendre notre poids», confie-t-il.

«De mon côté, je conserve toujours mon poids fixe. Je ne serais pas capable de me laisser déshydrater à la dernière minute. Brandon (Leclerc) est capable de le faire et de performer quand même. Ça viendrait m'ajouter un stress de plus», témoigne la jeune athlète également âgée de 22 ans.

IMPRESSIONNANTS RÉSULTATS

Les deux Trifluviens sont capables de performer. La jeune athlète a remporté le

Championnat provincial avant de remporter le Championnat canadien présenté au Saguenay. Compétition où elle a reçu le titre de *Meilleure athlète junior* après avoir remporté chacune des trois catégories (bench press, squat et deadlift). Sa performance lui a ouvert la porte pour les Championnats du Monde de Force Athlétique.

Pour ce qui est du jeune homme, il a terminé au deuxième rang lors du Championnat canadien et s'est vu repêcher à titre de *Meilleur deuxième* lui donnant lui aussi accès à un voyage en Biélorussie.

«Je sais que ce ne sera pas facile, mais j'aimerais bien faire un podium», explique celle qui a également pratiqué la gymnastique. «J'ai regardé la liste des athlètes qui y seront et leurs meilleurs résultats. Je me situe au deuxième rang. Mais je ne veux pas me mettre de pression et j'aime mieux penser à mes objectifs personnels d'abord.»

«On vient de participer à nos premiers championnats (provincial et canadien) et on a bien performé. On est surpris à chaque fois et c'est le fun d'accéder aux Championnats du Monde quand même assez rapidement», ajoute le jeune homme. «Pour ma part, je sais qu'il y a deux Américains qui sont très forts et dans une classe à part, alors ce sera difficile. Je vais viser le troisième rang, mais la ligne est mince. Je peux aussi bien terminer au 3e rang qu'au 18e rang.»



Brandon Leclerc et Élodie Morin ont rendez-vous aux Championnats du Monde de Force Athlétique en juin prochain.

Photo TC Media - Jonathan Cossette

OPEN

La catégorie dite «Junior» regroupe les athlètes de 23 ans et moins. Dans deux ans, les deux Trifluviens envisagent de poursuivre leur passion dans la catégorie «Open», soit celle des 24 ans et plus.

«Je me vois continuer longtemps dans le *power-lifting* et j'étudie pour travailler là-dedans. Je veux même l'enseigner à d'autres plus tard. C'est un sport en pleine croissance», conclut Élodie Morin.

Souper de financement

Un voyage en Biélorussie veut aussi dire plusieurs dépenses pour le jeune couple. Les deux étudiants ont décidé d'organiser un Souper de financement - BEMOR qui aura lieu le 20 mai, dès 18h, au Collège de l'Horizon de Trois-Rivières. Les billets sont en vente au <https://lepointdevente.com/billets/teambemor> au coût de 18,64\$ par adulte (9 ans et +) et 8,64\$ pour les enfants (8 ans et -).

Définition du sport

La dynamophilie (*power-lifting*) est un sport qui regroupe trois mouvements de musculation, donc trois étapes en situation compétition. Il y a le développé-couché (bench press), la flexion des jambes (squat) et le soulevé de terre (deadlift). L'athlète bénéficie de trois essais dans chacune des épreuves. Le meilleur essai réussi est ensuite conservé et cumulé aux autres épreuves.



Zewski en sous-carte de Stevenson

Le Trifluvien Mikaël Zewski (27-1-0) combattra un adversaire à confirmer, le 3 juin au Centre Bell sur la carte qui sera présentée par le Groupe Yvon Michel (GYM). Rappelons que dans le principal combat de la soirée, le champion du monde WBC des mi-lourds, Adonis Stevenson (28-1-0), effectuera la huitième défense de son titre en affrontant le Polonais Andrzej Fonfara (29-4-0). D'autre part, le poids lourd trifluvien Simon Kean (9-0-0) fera la finale d'un gala présenté le samedi 17 juin à l'Olympia de Montréal par Eye of the Tiger Management (EOTTM) et InterBox. Kean affrontera l'aspirant mondial Rogelio Omar Rossi (19-5-1) et pourrait mettre la main sur sa première ceinture.



Véronique Vachon
Conseillère,
Trois-Rivières

Confiez-nous vos problèmes de dettes.

Raymond Chabot
Conseillers en redressement financier
Syndics autorisés en insolvabilité

Consultation gratuite | 1 855 R-CHABOT | raymondchabot.com

TROIS-RIVIÈRES 819 693-2687 1610, rue Bellefeuille, bureau 400

>7090888



Une Trifluvienne sacrée joueuse de l'année

La Trifluvienne Isabelle Rioux a été nommée joueuse de l'année au pays par la Fédération canadienne des dix quilles. «On ne s'attend jamais à ce genre d'honneur, confie l'athlète. Je suis très reconnaissante. C'est une belle tape dans le dos. J'ai connu une très belle saison l'an dernier avec 6 médailles remportées en Floride lors du Tournoi des Amériques.» Du 19 au 22 mai, elle prendra part au championnat canadien, qui se tiendra à Montréal. Cette compétition lui permettra de se qualifier pour faire partie de l'équipe canadienne en 2018. Elle tentera alors d'obtenir son laissez-passer pour une 15e fois en carrière. Deux fois championne du monde, Isabelle Rioux possède une collection de 21 médailles gagnées lors de compétitions internationales. Elle entame sa 14e année au sein de l'équipe canadienne. (Par Audrey Leblanc)

Plusieurs médailles en tir à l'arc

Le Club Sagittaire et de l'Académie Les Estacades en tir à l'arc intérieur ont remporté plusieurs médailles lors de la finale des Championnats provinciaux. Chez les «Minimes filles», Marianne Sarazin (Or) et Lilly-Ann Roy (Argent) ont remporté les honneurs. À sa première participation, Camille Corriveau a gagné l'or à l'arc à poulie. Myriam Beaulieu et Valérie Provencher, qui ont terminé respectivement 3e et 4e, alors qu'elles en étaient à leur premier championnat intérieur. Du côté des athlètes membres du Sagittaire évoluant en sport-études à l'Académie Les Estacades, Olivier Marchand (Or) et Daynius Roy (Argent) se sont menés une chaude lutte jusqu'à la fin chez les «Cadets messieurs». Du côté féminin, la Cadette Marie-Ève Gélinas a remporté la médaille d'argent au Championnat Provincial. Pour ce qui est de la Benjamine du groupe, Rose Thibault, elle a remporté le championnat provincial et la première place au classement général de la saison pour une deuxième année consécutive.



Auto-défense pour femmes

Le Centre de Krav Maga de Trois-Rivières a organisé un séminaire d'auto-défense reversé aux femmes. Ce séminaire a démontré à la dizaine de participantes que la technique et la rapidité d'exécution peuvent venir à bout de n'importe quel assaillant, aussi fort soit-il. Ce séminaire était organisé par Lucien Crelier, instructeur de Krav Maga à Trois-Rivières, et était dirigé par l'expert international Thierry Cimkauskas. Les participantes ont pratiqué différentes techniques qui étaient ensuite décortiquées par l'expert. Les participantes ont ainsi appris à se défendre contre différentes attaques de dos, des poussées, des saisies et des étranglements. Plusieurs participantes ont indiqué leur intérêt de poursuivre les cours régulier.



Benjamin Thibeault demeure les pieds sur terre

Benjamin Thibeault a été brillant à la ligue bleue des Estacades de Trois-Rivières au cours de la dernière saison. En plus d'être efficace dans son propre territoire, il a inscrit pas moins de 5 buts et 26 mentions d'aide en 36 rencontres durant le calendrier régulier. «Notre système de jeu était à point. Les entraîneurs ont fait le travail et les joueurs ont bien suivi les directives.» Thibeault s'est avéré le pilier de la formation à la ligne bleue. Son brio lui a d'ailleurs permis d'être nommé au sein de la première équipe d'étoiles du circuit Midget AAA. Il a également eu le privilège de disputer huit rencontres avec les Tigres de Victoriaville (LHJMQ) au cours de la dernière campagne. Sa priorité, a-t-il laissé entendre, sera de bien jouer dans son territoire et de limiter les revirements. «Si je ne fais pas trop parler de moi au début, ce sera possiblement bon signe.»



L'ÉVÈNEMENT EST AU PROFIT DU CLUB KIWANIS

TROIS RIVIERES

RIBFEST

CANADA

GESTION ÉVÈNEMENTIELLE 3R

Kiwanis

Publicité produite par MAG2000

ENTRÉE GRATUITE

2 AU 4 JUIN 2017 À PARTIR DE 11 H

VENEZ VIVRE L'EXPÉRIENCE RIBFEST !

«ON REMPLIT LE PARR PORTUAIRE DE SAUCE.»

POULET

CÔTES LEVÉES

BIÈRES DU TROU DU DIABLE

PRESTATIONS MUSICALES LIVE ★ ACTIVITÉS GRATUITES POUR LES ENFANTS

ENERGIE 102.3 Rouge 94.7

7021305

DERRIÈRE CHAQUE FAMILIA UN CLUB

AIGLES TROIS-RIVIERES

NOTRE PROCHAINE SÉRIE

SÉRIE CONTRE

ROCKLAND BOULDERS

VS

AIGLES TROIS-RIVIERES

DU 23 AU 25 MAI

19 H 05

ÉVITEZ LES FILES D'ATTENTES ET ACHETEZ VOS BILLETS EN LIGNE !

TÉLÉCHARGEZ NOTRE NOUVELLE APPLICATION MOBILE! LES.AIGLESTR.COM



LA COMPAGNIE
AUTOMOBILE LINCOLN

LINCOLN DE TROIS-RIVIÈRES

L'INGÉNIOSITÉ QUI SE RESSENT



MKX
2017

LE LUXE DE CLASSE
MONDIALE CONSTRUIT
AU CANADA

Obtenez une nouvelle perspective avec la **caméra 360°** disponible, vivez une l'expérience sonore immersive de la **chaîne audio Revel®** disponible et profitez de la convivialité du **hayon mains libres à commande électrique*** de série.

LOUEZ POUR

258\$

AUX DEUX SEMAINES À

1,30%⁺ TAUX

pour 48 mois moyennant un acompte de 2 898\$. L'offre inclut les frais de transport, la taxe sur le climatiseur et un rabais du constructeur. Taxes en sus. Ensemble AWD101A



MKC
2017

LOUEZ POUR

198\$ 0,00%⁺ TAUX ANNUEL

pour 36 mois moyennant un acompte de 2898\$. L'offre inclut les frais de transport, la taxe sur le climatiseur et un rabais du constructeur. Taxes en sus. Ensemble AWD200A



MKZ
2017 À ESSENCE
OU HYBRIDE

LOUEZ POUR

218\$ 0,30%⁺ TAUX ANNUEL

pour 48 mois moyennant un acompte de 2 998\$. L'offre inclut les frais de transport, la taxe sur le climatiseur et un rabais du constructeur. Taxes en sus. Ensemble AWD200A/HEV500A

LES MEMBRES EXÉCUTIF
ADMISSIBLES DE COSTCO OBTIENNENT
UN RABAIS ADDITIONNEL DE

2 000 \$*

SUR TOUS
LES VÉHICULES
LINCOLN 2017 NEUFS

1 000 \$

POUR LES MEMBRES
NON-EXÉCUTIF*

LINCOLN DE TROIS-RIVIÈRES

7100, boul. Gene-H.-Kruger 819 370-3315

Les véhicules illustrés peuvent être dotés d'équipements offerts en option. Le détaillant peut vendre ou louer à prix moindre. Ces offres, d'une durée limitée, sont valides seulement chez les concessionnaires participants et, excepté pour le Québec, peuvent être annulées ou modifiées en tout temps sans préavis. Consultez votre concessionnaire Lincoln pour tous les détails ou appelez le Centre des relations avec la clientèle Lincoln au 1 800 397-9333. Pour les commandes à l'usine, un client admissible peut se prévaloir des primes/offres promotionnelles de Lincoln en vigueur soit au moment de la commande à l'usine, soit au moment de la livraison, mais non des deux ou d'une combinaison des deux. Les offres des détaillants ne peuvent être combinées à l'assistance-compétitivité des prix, à la réduction de prix aux gouvernements, aux primes pour la location quotidienne, au programme d'encouragement aux modifications commerciales ou au programme de primes aux parcs commerciaux. * Jusqu'au 31 mai 2017, obtenez un taux d'intérêt annuel de 1,30 % à la location d'un Lincoln MKX 2017 neuf pour un terme maximal de 48 mois sur approbation du crédit par Services financiers Automobiles Lincoln. Certains clients peuvent ne pas être admissibles au taux d'intérêt annuel le plus bas. Par exemple, louez un Lincoln MKX 2017 d'une valeur de 48 735 \$ à un taux d'intérêt annuel de 1,30 % pour un terme maximal de 48 mois; la mensualité exigible, après versement d'un acompte de 2 898 \$ ou échange d'un véhicule de valeur équivalente, et déduction du rabais du constructeur, frais de transport et taxe sur le climatiseur, sera de 516 \$ (le total de douze (12) mensualités divisé en 26 périodes correspond à un versement aux deux semaines de 258 \$) pour une obligation locative totale de 27 660 \$ et la valeur de rachat optionnel sera de 21 629 \$. Les frais de location seront de 2 560 \$. L'offre inclut un rabais du constructeur. Les taxes sont exigibles sur le montant total du prix à l'achat après déduction du rabais total du constructeur. † Jusqu'au 31 mai 2017, obtenez un taux d'intérêt annuel de 0,00 % à la location d'un Lincoln MKC 2017 neuf pour un terme maximal de 36 mois sur approbation du crédit par Services financiers Automobiles Lincoln. Certains clients peuvent ne pas être admissibles au taux d'intérêt annuel le plus bas. Par exemple, louez un Lincoln MKC 2017 d'une valeur de 40 048 \$ à un taux d'intérêt annuel de 0,00 % pour un terme maximal de 36 mois; la mensualité exigible, après versement d'un acompte de 2 898 \$ ou échange d'un véhicule de valeur équivalente, et déduction du rabais du constructeur, frais de transport et taxe sur le climatiseur, sera de 296 \$ (le total de douze (12) mensualités divisé en 26 périodes correspond à un versement aux deux semaines de 198 \$) pour une obligation locative totale de 17 154 \$ et la valeur de rachat optionnel sera de 25 312 \$. Les frais de location seront de 1 654 \$. L'offre inclut un rabais du constructeur. Les taxes sont exigibles sur le montant total du prix à l'achat après déduction du rabais total du constructeur. ‡ Jusqu'au 31 mai 2017, obtenez un taux d'intérêt annuel de 0,30 % à la location d'un Lincoln MKZ 2017 neuf pour un terme maximal de 48 mois sur approbation du crédit par Services financiers Automobiles Lincoln. Certains clients peuvent ne pas être admissibles au taux d'intérêt annuel le plus bas. Par exemple, louez un Lincoln MKZ 2017 d'une valeur de 40 048 \$ à un taux d'intérêt annuel de 0,30 % pour un terme maximal de 48 mois; la mensualité exigible, après versement d'un acompte de 2 998 \$ ou échange d'un véhicule de valeur équivalente, et déduction du rabais du constructeur, frais de transport et taxe sur le climatiseur, sera de 436 \$ (le total de douze (12) mensualités divisé en 26 périodes correspond à un versement aux deux semaines de 218 \$) pour une obligation locative totale de 23 926 \$ et la valeur de rachat optionnel sera de 17 680 \$. Les frais de location seront de 1 558 \$. L'offre inclut un rabais du constructeur. Les taxes sont exigibles sur le montant total du prix à l'achat après déduction du rabais total du constructeur. Les paiements supplémentaires incluent l'inscription au PPSA (RDPRM au Québec de 44 \$ plus 4 \$ pour les frais du tiers), l'enregistrement, le dépôt de garantie (sauf au Québec), les frais de chèques sans provision (le cas échéant), les frais liés à l'usure et à la déflation excessive et les frais de retard. La location exclut les options, l'immatriculation, le plein d'essence, les assurances, les frais reliés à la préparation, livraison et inspection (sauf au Québec), les frais administratifs (sauf au Québec) et en Ontario). Les rabais à la livraison ne peuvent être combinés aux programmes pour les parcs commerciaux. Certaines conditions et une limite de km s'appliquent. Des frais de kilométrage excédentaire de 16 ¢ par kilomètre s'appliquent pour les MKS, MKX, MKZ, MKT et MKC, et de 20 ¢ par kilomètre pour le Navigator, en plus des taxes exigibles. Les frais de kilométrage excédentaire peuvent changer (sauf au Québec). Consultez votre détaillant pour plus de détails. * Cette offre est en vigueur du 1er avril au 30 juin 2017 uniquement et s'adresse aux résidents canadiens membres en règle de Costco, en date du 31 mars 2017 ou avant. Les membres de Costco qui ne sont pas membres Exécutifs peuvent recevoir 1 000 \$ CAN, et les membres Exécutifs de Costco peuvent recevoir 2 000 \$ CAN applicables à l'achat ou à la location d'un véhicule Lincoln 2017 neuf, à l'exception des versions Limousine et Voiturier (chacun étant un «véhicule admissible»). Le MKX 2016 peut bénéficier de cette offre en fonction des stocks disponibles – consultez votre détaillant pour tous les détails. Une seule offre est applicable à l'achat ou à la location d'un (1) véhicule admissible par membre admissible de Costco, jusqu'à concurrence de deux (2) véhicules par numéro de membre de Costco seulement. Cette offre est transférable aux personnes vivant dans le même foyer qu'un membre admissible de Costco. Les taxes s'appliquent avant la déduction du montant de l'offre. © 2017 Ford du Canada Limitée. Tous droits réservés.

LIQUIDATION

Plus de 25 000 paires de chaussures !!!

VENTE D'ENTREPÔT

JUSQU'À

Nouvel arrivage de marchandise
80%

DE RABAIS ET
PLUSIEURS
AUTRES !

VÊTEMENTS + CHAUSSURES + ACCESSOIRES
POUR TOUTE LA FAMILLE

Rue Père-Daniel

Rue Baillargeon



Rue du Chanoine Chamberland

3195, rue Baillargeon
(Ancien Fruit of the Loom ou Steevie Boxe)
Trois-Rivières
G8Z 4V3

HÂTEZ-VOUS APRÈS LE 4 JUIN... C'EST FINI!!