

# Le Plus

L'HEBDO DE NOTRE RÉGION

MERCREDI 27 AVRIL 2016 GRANBY • VOLUME 34 • N° 17

CHRONIQUE

## TRÉSORS VIVANTS

DU CINLB

>10

**L'AUTRE VERSANT**  
VINGT-CINQ  
ANS DE  
CRÉATIVITÉ

>4

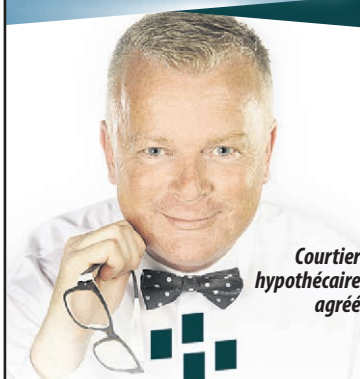
LA VOIX DE

## SAINT- CÉSaire

CAHIER SPÉCIAL  
À L'INTÉRIEUR

5023701

POUR UNE  
HYPOTHÈQUE...  
PIERRE CÔTÉ 450 777-8317



Courtier  
hypothécaire  
agréé

HYPOTHECA  
COURTIER HYPOTHÉCAIRE SSM INC.  
380 Principale, Granby

**LE PLUS BAS TAUX**  
SERVICE GRATUIT!

**PIERRECOTE.CA**

3868573



FONDATION DES SPORTS ADAPTÉS >6 ET 7

# SANS LIMITES

PHOTO TIRÉE DE FACEBOOK

## GRATUIT

DE 12 H 30 À 16 H 30

GLACE «A» À L'ARÉNA

## HOCKEY FEST

VENEZ ESSAYER NOS  
NOUVEAUTÉS 2016

grandbazar.ca



SAMEDI 30 AVRIL  
à l'aréna Léonard Grondin

▶ BÂTONS  
▶ PATINS

▶ ÉQUIPEMENT DE  
GARDIEN DE BUT



AU GRAND BAZAR  
**La Source**  
du sport

450 378-2022

3850117

## MARCHE POUR L'ALZHEIMER

# Les organisateurs insufflent un nouvel élan à l'événement

JEAN-FRANÇOIS GUILLET

jean-francois.guillet@lavoixdelest.ca

**C'est sous le thème *Un geste digne de mémoire* que la campagne de la Marche pour l'Alzheimer de Granby a été lancée, lundi. Les organisateurs espèrent que 500 personnes seront présentes lors du coup d'envoi de l'événement, le 29 mai dès 9 h à l'école l'Envolée.**

Lorsqu'est venu le temps de choisir un porte-parole pour la neuvième mouture, l'équipe de la Société Alzheimer Granby et région a misé sur la jeunesse. Primo pour apporter un vent de fraîcheur à la Marche. Et, secundo, pour inciter davantage cette clientèle à y participer, a fait valoir la directrice générale de l'organisme, Julie Desgranges. « On a tout de suite pensé à Vanessa Borduas, a-t-elle mentionné. Et on est enchantés qu'elle ait accepté. »

D'entrée de jeu en point de presse, l'auteure-compositrice-interprète a démontré son attachement à la cause. La jeune artiste a entonné avec entrain *Johnny*, une de ses chansons, ainsi que *Le petit bonheur* de Félix Leclerc, avec les Joyeux Troubadours, un groupe de

personnes atteintes d'Alzheimer fréquentant l'organisme granbyen. « Pour moi, c'est important de faire la différence à ma façon. On ne peut pas rester insensibles aux personnes atteintes de troubles cognitifs, a-t-elle insisté. Ça touche presque tout le monde, de près ou de loin. Malheureusement, il y a encore trop de préjugés et de méconnaissance à propos de la maladie d'Alzheimer. Tant mieux si je peux aider à faire tomber les tabous. »

## RAZ-DE-MARÉE

Avec le vieillissement de la population, la maladie d'Alzheimer frappera particulièrement la génération des « baby-boomers » au cours des prochaines années. « Il y a un raz-de-marée qui s'en vient, a illustré Julie Desgranges. D'où l'importance de soutenir [la cause]. »

Le député de Granby, François Bonnardel, coprésident d'honneur de la Marche avec le président de l'Ordre des denturologistes du Québec, Robert Cabana, est bien au fait des dommages collatéraux de cette affection neurologique dégénérative. « L'Alzheimer frappe beaucoup de gens. D'ailleurs, ma mère en est atteinte. Nous sommes la deuxième nation la plus vieillissante au monde après le Japon,



Le président de l'Ordre des denturologistes du Québec, Robert Cabana et le député de Granby, François Bonnardel (extrémités), sont les coprésidents d'honneur de la 9e Marche pour l'Alzheimer de Granby. Ils entourent la dg de la Société Alzheimer Granby et région, Julie Desgranges et la porte-parole de l'événement, l'auteure-compositrice-interprète Vanessa Borduas. — PHOTO CHRISTOPHE BOISSEAU-DION

a-t-il souligné. On aura besoin de tous les sous pour atténuer les effets de la maladie et poursuivre les recherches. »

## UN CRAN PLUS HAUT

L'an dernier, la Société Alzheimer Granby et région avait fixé l'objectif de la collecte de fonds à 10 000 \$. Pour 2016, la barre est un cran plus haut, soit 15 000 \$.

Les organisateurs espèrent doubler ce montant en cumulant les dons recueillis dans le cadre des marches qui se tiendront simultanément à Bedford puis à Roxton Falls, le 29 mai.

Le parcours de 3,5 km à Granby sera le même qu'en 2015. Le coup d'envoi aura lieu à l'école secondaire l'Envolée, rue Fournier. Le coût pour une personne est de 15 \$,

tandis que les familles devront déboursier 30 \$ pour prendre le départ. En date de lundi, six équipes et quatre marcheurs élite (plus de 200 \$ amassés) étaient inscrits.

Pour de plus amples renseignements au sujet de la Marche ou pour y adhérer, consultez le site lamarchepourlalzheimer.com puis sélectionnez la municipalité de Granby.

## › CÉLÉBRONS LA TERRE: ÇA SE FÊTE !

La pluie n'a pas freiner les gens prêts à fêter la terre vendredi dernier. Sous des rythmes enjoués, de jeunes Granbyens se sont rassemblés pour fêter la planète alors que se tenait la quinzième journée Célébrons la Terre. Chapeauté par l'Atelier 19 et appuyé par plusieurs bénévoles, l'événement rassembleur s'est tenu au Centre culturel France-Arbour et sur le

parvis de l'église Notre-Dame. Les jeunes ont eu l'opportunité de jouer des percussions avec Luc Bélisle, de visiter l'exposition Art Récup et de sculpter avec Johanne Leduc. Le son des percussions et la voix des bénévoles, petits et grands, se sont unis pour faire entendre leurs messages: Trop de déchets! Réduire c'est agir!



— PHOTOS FOURNIES PAR L'ATELIER 19

LE MANOIR RONALD MCDONALD

# Une aide précieuse

ISABELLE GABORIAULT

isabelle.gaboriault@hebdoleplus.qc.ca

Chaque année, 2000 familles d'un enfant malade profitent des services d'hébergement du Manoir Ronald McDonald de Montréal. Valérie Racicot et sa conjointe Cynthia sont de celles-ci. Leur petit dernier, Éloi, est présentement hospitalisé au CHU Ste-Justine. Mères de trois autres enfants en bas âge, sans le Manoir Ronald McDonald, les deux femmes seraient complètement épuisées.

«Le Manoir aide vraiment beaucoup», souligne Valérie, qui a accouché de son quatrième enfant

il y a quelques semaines seulement. Après 21 semaines de grossesse, les médecins ont diagnostiqué une anse intestinale dilatée chez le bébé. La situation faisant craindre une naissance prématurée, Valérie a dû être suivie de très près. Éloi s'est pointé le bout du nez à 33 semaines. Gardé en néonatalogie depuis, le bambin sera bientôt transféré au département de gastro-entérologie.

«Le voyageage, avec les trois autres enfants, c'est quelque chose...», ne cache pas la jeune femme.

Le Manoir Ronald McDonald de Montréal est une résidence d'hébergement temporaire pour tous les parents qui ont un enfant malade hospitalisé dans un centre



Valérie et Cynthia, de Granby, sont les mamans de quatre enfants en bas âge. Le petit dernier, Éloi, profite actuellement de soins spécialisés au CHU Sainte-Justine. Sans le Manoir Ronald McDonald, les deux jeunes femmes en auraient plein les bras. — PHOTO JANICK MAROIS

montréalais et qui habitent à 55 km et plus de la métropole. Il est situé à moins de cinq minutes de marche du CHU Sainte-Justine. Les parents qui y séjournent peuvent y dormir, y préparer leurs repas

pour ensuite visiter leur enfant à l'heure qui leur convient. Les 50 chambres qui composent le Manoir peuvent toutes accueillir trois personnes. Grâce aux nombreux dons que reçoit le Manoir,

le coût par famille est maintenu à 10\$ par nuit par famille, et ce, depuis 1982.

«Ils ne chargent pas cher et ils sont vraiment généreux», ne cache pas Valérie.

## Le 4 mai, c'est le Grand McDon

De toutes les activités qui permettent de financer les activités des Manoirs Ronald McDonald, gérés par la Fondation des amis de l'enfance, on compte la vente de Joyeux Festins et de McCafés dans les restaurants McDonald's. Pour chaque Joyeux Festin et café vendus, et ce quotidiennement, 0,10\$ vont directement aux Œuvres des Manoirs. Mais une fois par année, dans le cadre du Grand McDon, le menu pour enfants permet toutefois de faire d'une pierre deux coups.

Ce jour-là, pour chaque Joyeux Festin, Big Mac et sandwich à déjeuner vendus, 1 \$ est versé à une œuvre de bienfaisance liée à l'enfance au niveau local. Le mercredi 4 mai prochain, à l'achat de ces produits dans un restaurant McDonald's de Granby, Ange-Gardien, Cowansville, Saint-Césaire et Bromont, 1 \$ ira à la Fondation de l'hôpital de Granby.

C'est la troisième année que Geneviève Bédard, franchisée des restaurants McDonald's de Granby, remet l'argent recueilli lors

du Grand McDon à la Fondation de l'hôpital. « Nous avons établi une entente sur cinq ans, raconte celle qui agit comme secrétaire sur le conseil d'administration de la Fondation. La Fondation est un réseau établi et très connu à Granby. »

Son père, Gilles Bédard, qui gère les restaurants de Cowansville et de Bromont remettra, lui aussi, les gains du Grand McDon à la Fondation.

Le secret du succès du Grand McDon, souligne Geneviève

Bédard, c'est l'implication des bénévoles. « Sans eux, sans leur travail, le montant remis chaque année à la Fondation serait coupé de moitié », dit-elle. D'ailleurs, comme les années passées, les membres du conseil d'administration de la Fondation de l'hôpital seront sur le plancher pour inviter les gens à donner.

Ce jour-là, les pompiers s'activeront derrière le comptoir. « Ils font de vrais miracles! », se réjouit la franchisée. « Des anciens employés reviennent

aussi, souligne-t-elle. On travaille comme des fous! »

Bien sûr, les employés de chaque restaurant sont également indispensables au bon déroulement de cette journée spéciale. « Ça demande toute une logistique, ne cache pas M<sup>me</sup> Bédard, car des Big Macs, on en sort beaucoup plus. »

Tout ce que la femme d'affaires souhaite maintenant pour faire de cette journée un succès, c'est du beau temps... — ISABELLE GABORIAULT

La semaine dernière, à la suite d'un problème technique, *Le Plus* n'a pas été en mesure de publier la nouvelle chronique *Trésors Vivants*, lancée en collaboration avec le Centre d'interprétation de la nature du lac Boivin. Elle revient donc cette semaine! Cette chronique lèvera le voile sur quelques-uns des mystères que recèlent les espèces végétales ou animales qui nous entourent. Les espèces vivantes constituent des témoins de stratégies adaptatives peaufinées au fil du temps. Le CINLB a pour mission de préserver les miracles de cette nature vibrante au profit des générations actuelles et futures et d'en révéler les secrets.

NOUS VOUS INVITONS AUJOURD'HUI À DÉCOUVRIR EN PAGE 10

## TRÉSORS VIVANTS DU CINLB

QUI REVIENDRA AUX DEUX SEMAINES.

**LA CHRONIQUE ENTRE LES LIGNES,  
SIGNÉE ISABELLE GABORIAULT,  
FAIT RELÂCHE POUR CETTE SEMAINE.**

**CLINIQUE  
de VARICES**

- Échosclérose • Varices
- Traitement des rides
- Augmentation des lèvres

Restylane  
Botox cosmétique™

5, rue Comeau, local 5, Granby  
**450 372-2111**



**D<sup>r</sup> Claude HÉBERT**  
MD, ABPh Diplomate  
American Board Certified in Phlebology  
Omnipraticien • Phlébologue

L'AUTRE VERSANT PRÉSENTE *IMAGES EN FÊTE*

# Un quart de siècle haut en couleur

**ISABELLE GABORIAULT**

isabelle.gaboriault@hebdoleplus.qc.ca

Depuis 25 ans, l'alternative en santé mentale L'Autre Versant accompagne, encourage et supporte les adultes aux prises avec un problème de santé mentale dans leur démarche de rétablissement. Préconisant une approche globale axée sur les forces de chacun, l'organisme mise, entre autres, sur l'exploration de la créativité. Le mercredi 4 mai, l'exposition *Images en fête*, qui relatera un quart de siècle de création artistique, s'ouvrira

à la salle 207 du Centre culturel France-Arbour. Une fenêtre ouverte sur cette ressource où des hommes et des femmes y retrouvent leur force.

Pour la première fois en 25 ans, l'Autre Versant sort son exposition annuelle à l'extérieur de ses locaux. Pour le quart de siècle de l'organisme qu'elle dirige, Joseph-Anne St-Hilaire souhaitait un contact direct avec la communauté. La nouvelle salle du Centre culturel offrait cette opportunité. « Nous aurons ainsi une vitrine directement sur la rue Principale », note Annick Lussier, intervenante au centre de jour de l'Autre Versant. Avec Mireille Lebeau, membre de l'organisme et responsable du projet art, elle veille au déroulement de l'exposition.

M<sup>me</sup> Lussier rappelle d'ailleurs que les problèmes de santé mentale peuvent être vécus par des gens de tous les milieux.

« Cette exposition amène les visiteurs à poser un regard sur ce que les gens sont, explique-t-elle. Ça prend donc du courage, de l'humilité, pour présenter ses œuvres. Mais les gens embarquent. Moi, je suis émue de voir tout ce qui a été créé ici. »

Au total, 200 personnes sont membres de l'Autre Versant. De celles-ci, une quinzaine participe aux ateliers d'art dispensés par l'organisme. Comme *Images en fête* retrace 25 ans d'histoire et de créativité, environ 90 œuvres seront exposées.

Nathalie Pouliot et Ian Gagné sont des artistes liés au projet cette année. « Pour moi, c'est un accomplissement, souligne M<sup>me</sup> Pouliot. Souvent, à cause de

la maladie, on pense qu'on ne sert plus à rien, mais c'est faux. On peut faire de très belles choses. »

D'ailleurs, le fait de créer, seule ou en groupe, a permis à la dame de développer son estime de soi. « C'est très enrichissant », soutient-elle, en ajoutant que les ateliers offerts par l'Autre Versant permettent également de briser l'isolement.

Même son de cloche du côté de Ian Gagné. « Moi, ça m'a pris des années avant d'être fier de moi, mais je réussis tranquillement à prendre ma place, dit-il. Avec le temps... »

« La vie ne s'arrête pas avec un diagnostic », insiste sa camarade, M<sup>me</sup> Pouliot.

Pour Mireille Lebeau, c'est l'énergie qui se dégage de l'Autre Versant, la coopération et l'entraide qu'on y trouve, qui la touchent. « De belles valeurs y sont véhiculées, souligne-t-elle. C'est une

école d'enseignements. »

La preuve, juste dans le projet art mis de l'avant au sein de l'organisme, les membres ont découvert et exploité au fil des ans la peinture, la photographie, la fabrication de masques, l'art du recyclage, la production de totems, la sculpture, le vitrail, la mosaïque, etc.

« On touche à tout ! », fait remarquer Annick Lussier. Nous avons tous les médiums, alors les gens peuvent se laisser transporter par ce qui les appelle. »

« L'Autre Versant offre un terrain qui permet de faire fleurir la créativité », illustre M<sup>me</sup> Lebeau de belle façon.

Le vernissage d'*Images en fête* aura lieu le mercredi 4 mai, de 17 h à 20 h. Ensuite, l'exposition se poursuivra jusqu'au 26 mai. Les heures d'ouverture de la salle 207 sont du mercredi au dimanche, de 13 h à 16 h.



vous convient au  
**COCKTAIL  
BÉNÉFICE**  
AVEC CONFÉRENCE DE

LE VENDREDI  
**13 MAI 2016**  
DE 17 À 20 H

AU ZOO DE GRANBY  
525, RUE ST-HUBERT



Sous la présidence d'honneur de  
**M. Alain Foisy**

EN PARTENARIAT AVEC :  
**Desjardins**

DONNER.  
OSER.  
SE DÉPASSER.

MADAME  
CHANTAL  
LACROIX

NOUS  
DONNONS  
AU SUIVANT  
DANS NOTRE  
QUOTIDIEN  
ET DANS NOTRE VIE  
PERSONNELLE  
MAIS, COMMENT  
DONNER AU SUIVANT  
AU TRAVAIL ET  
DANS NOTRE VIE  
PROFESSIONNELLE ?

Billets en vente : 75\$ formule V.I.P. cocktail et conférence  
40\$ formule conférence seulement

Reçus d'impôt disponibles.

POUR INFORMATION ET RÉSERVATION DE BILLETS : 450 372-5125  
CENTRE JEAN-PAUL-REGIMBAL 200, BOUL. ROBERT, GRANBY | WWW.CJPR.CA



Nathalie Pouliot, Ian Gagné et Mireille Lebeau invitent les gens à découvrir l'exposition *Images en fête*, qui fait un survol des 25 ans d'existence de l'organisme qui oeuvre en santé mentale. — PHOTO CHRISTOPHE BOISSEAU-DION

Présidente et éditrice:  
Louise Boisvert

Coordonnatrice:  
Isabelle Gaboriault

Directeur principal des ventes:  
Sylvain Denault

Directeur principal marketing:  
Christian Malo

## Le Plus

Une division de *La Voix de l'Est*

450-375-4555 . redaction@hebdoleplus.qc.ca

Heures de tombée  
Rédaction: vendredi 13h • Publicité: vendredi à 16h

76, rue Dufferin, Granby, Québec, J2G 9L4

## › L'OBJECTIF DE L'AUBERGE SOUS MON TOIT DÉPASSÉ



L'équipe de l'Auberge sous mon toit n'est pas peu fière du résultat de son dîner spaghetti. L'activité, qui s'est récemment déroulée à l'église Immaculée-Conception de Granby, a permis à l'organisme d'amasser la rondelette somme de 4026 \$. L'objectif avait été fixé à 3500 \$. Environ 175 personnes ont pris part à l'événement. L'argent amassé permettra de déboursier une partie de la facture des travaux de réfection de la cuisine de l'auberge devenue désuète au fil du temps. L'équipe de l'Auberge sous mon toit, qui a travaillé bénévolement lors de ce dîner, décidera au cours des prochaines semaines si l'activité sera de retour l'an prochain ou si elle opétera pour une nouvelle activité de financement. — PHOTO FOURNIE PAR MARTIN HURDLE

## › LES CORDES À VENT CÉLÈBRENT LE PRINTEMPS



Sous la direction artistique de Françoise Turcotte, des musiciens des quatre coins de Brome-Missisquoi vous convient à leurs concerts dirigés par Anne Lauber. Musiciens jouant violon, alto, violoncelle, contrebasse, guitare, piano et percussion vous interpréteront des airs du folklore irlandais et québécois et en profiteront pour visiter les classiques de l'Italie et de la France. De jeunes violonistes vous promettent des moments de pur délice. Nathalie Bédard et Lyne Genest, soprani, se joignent à l'ensemble dans des airs de Bizet, Rameau et Offenbach. Le spectacle sera présenté à l'église Saint-Vincent-Ferrier d'Adamsville le dimanche 15 mai, à 14h. Il sera repris le dimanche 29 mai, à 14h, à l'église Saint-André de Sutton. Les billets sont disponibles à l'entrée. C'est 10\$ par adulte et 5\$ par étudiant. Pour plus d'information, [www.cordesavent.ca](http://www.cordesavent.ca)

CHRONIQUE

Le yoga dans tous ses états



## La gestion du stress (PARTIE 2)

La gestion du stress représente un défi quotidien. Après avoir mieux compris comment fonctionne le système nerveux autonome (chronique du 2 février 2016), il peut être utile de se centrer sur six supports essentiels pour que l'être humain se sente un peu moins submergé: le soutien social, ne pas être sédentaire, bien s'alimenter, mieux gérer le temps, cultiver le positif, prendre chaque jour du temps pour soi.

Les gens se tournent de plus en plus vers le yoga, le taï chi ou la méditation dont les multiples bienfaits ne sont plus à prouver. Dans son livre *Guérir*, le psychiatre David Servan-Schreiber, conclut que les thérapies qui passent par le corps sont très efficaces, car elles influencent directement le cerveau émotionnel. L'équilibre de celui-ci est essentiel à une meilleure santé globale. Donc, la respiration, l'acupuncture, l'alimentation, l'exercice physique, cultiver notre lien d'amour envers soi-même, cultiver notre lien de cœur avec les autres et la communauté et mieux communiquer sont, entre autres des pistes qu'il nous propose. Je complète avec d'autres outils qui, je l'espère, pourront vous inspirer.

- Manger assis tranquille et prendre son temps.
- Prendre conscience de sa respiration plusieurs fois par jour.
- Faire de l'exercice selon ses capacités: laissez la voiture à la maison, marche dans le bois, baignade.
- Satisfaire ses besoins (eau, sommeil, air frais).
- Réorganiser son temps (se lever plus tôt si nécessaire) afin de garder du temps pour soi, SANS CULPABILITÉ!
- Rituel calme entourant le sommeil, se coucher plus tôt.
- Attention aux stimulants: télévision, médias sociaux, tablette, téléphone...
- Tous les jours, s'offrir un temps de «récréation» (temps pour recréer ses forces vives): s'offrir un petit quelque chose, lire, faire une sieste de 15 à 20 minutes, luncher avec des amis.
- Rire tous les jours.
- Chanter, danser, être reconnaissant.
- Anticipation positive (s'attendre à quelque chose de bien; n'oubliez pas d'en faire la demande!)
- S'entourer de gens et de situations énergisantes; parler positivement, encourager les autres, être avec des gens qui nous font du bien.
- Prendre plusieurs fins de semaine de trois jours.
- Faire une journée sans montre.
- Week-end de repos sans obligation.
- Suivre son horloge intérieure; s'écouter, se fier à ce que l'on ressent.
- S'offrir une période de silence.
- Se donner du temps pour récupérer d'une maladie, d'une grande fatigue, d'une blessure.
- S'en demander moins (tout peut attendre!).
- Mieux écouter, regarder, sentir, goûter, toucher.
- Affronter nos craintes, petit à petit.

La gestion du stress, c'est finalement s'accompagner comme on accompagnerait un ami. Soyez votre meilleur ami!  
Bon printemps à tous!

Dominique Tremblay  
dominique.tremblay@hebdoleplus.qc.ca

COLLABORATION SPÉCIALE

Bottin  
**excel**.com  
Le portail régional le PLUS complet

*tirages*  
Lundi 9 mai 2016

PARTICIPEZ AUX TIRAGES  
D'UNE VALEUR DE PLUS DE **4000 \$**

450 777-1152 • Voir détails p. 497  
314, St-Jean-Baptiste, Granby J2G 7W6

Nous devons avoir reçu vos coupons avant le 8 mai 2016

## FONDATION DES SPORTS ADAPTÉS

# Vite sur ses skis!



ISABELLE GABORIAULT

isabelle.gaboriault@hebdoleplus.qc.ca

**Puisqu'un des chatons de la dernière portée de sa chatte — le petit roux — semblait avoir du mal à marcher sur ses pattes arrière, Noah lui a fabriqué une plateforme munie de roues à l'aide de blocs LEGO. Le garçon de dix ans a visiblement été inspiré par son père. Steve Charbonneau est directeur de la Fondation des sports adaptés qui met sur pied des programmes sportifs pour les personnes à mobilité réduite. Sa philosophie? Tout le monde mérite les mêmes opportunités.**

Ainsi, la Fondation offre des programmes de ski nautique l'été et de ski alpin l'hiver. Grâce au Dahü, un fauteuil roulant spécialement conçu pour circuler en terrain montagneux, les gens vivant avec un handicap physique peuvent désormais découvrir les sommets environnants. À ceux qui aiment l'eau, l'organisation leur donne la chance de faire du kayak, du tube ou de la planche à pagaie.

L'aviron adapté s'ajoutera cet été aux activités offertes. Tout ça, c'est sans parler du prêt d'équipements dispensés par la Fondation et les camps de ski, alpin et nautique, destinés aux soldats blessés.

« Je reste à l'affût des tendances aux États-Unis ou ailleurs, souligne Steve Charbonneau. On n'est pas encore dans le top dix des régions avant-gardistes au niveau des sports adaptés, mais je me dis que si ça se fait ailleurs, on peut très bien le faire ici. On n'est pas plus fous que les autres! »

Quand il est entré en poste il y a un an et demi, Steve Charbonneau s'est fixé un objectif: que la Fondation devienne la référence au Canada dans le domaine des sports adaptés à la réalité de gens avec un handicap. « On a l'équipement!, insiste-t-il. En plus, j'ai des idées, j'ai l'énergie et je n'ai pas peur de foncer. »

Et les chiffres parlent d'eux-mêmes. À son arrivée à la tête de la Fondation, 32 personnes à mobilité réduite profitaient des programmes de l'organisation située à Knowlton. Aujourd'hui, elles sont 325. Des gens qui viennent de partout au Québec. « Mais ce n'est pas le *show* à Charbonneau, tient-il toutefois à préciser. Moi, si des gens avec de l'initiative et des idées viennent me voir et que nous avons l'équipement, c'est oui! »

Et quand les participants craignent d'essayer certaines activités sportives, le directeur trouve les bons mots pour les convaincre. « Là, je rentre avec mon discours de vendeur de chars usagés!, lance-t-il en riant. Ces gens ne sont pas des enfants. Ils veulent bouger. Ils veulent se sentir inclus dans un groupe. Le but, aussi, est qu'ils prennent confiance en eux et qu'ils socialisent. »

Steve Charbonneau possède une toute petite équipe pour gérer la Fondation. Autour d'elle se greffent toutefois près de 170 bénévoles. Ce qui permet d'offrir des activités nautiques au lac Brome et à Saint-Jean-sur-Richelieu. Cet été, Sherbrooke s'ajoute à leurs destinations. L'hiver, des moniteurs bénévoles se rendent à Owl's Head, « la montagne avec un cœur », illustre Steve Charbonneau, pour donner des cours de ski alpin. « On offre le plus gros programme de ski alpin adapté au Québec », se réjouit le directeur. Pour un membre, il en coûte 240 \$ pour la saison et l'équipement lui est fourni.

« Grâce aux sports, on donne une bonne raison à certains de se lever le matin, dit Steve Charbonneau. Au fil du temps, ils relèvent des défis, parce que quand tu le vis, tu deviens accro. »



Steve Charbonneau est directeur de la Fondation des sports adaptés. À son entrée en poste, il y a un an et demi, 32 personnes à mobilité réduite participaient à ses nombreuses activités. Elles sont maintenant 325. — PHOTO JANICK MAROIS



La Fondation des sports adaptés offre du ski nautique l'été... — PHOTO TIRÉE DE FACEBOOK



... et du ski alpin l'hiver. Le kayak, l'aviron, la planche à pagaie, la randonnée en montagne sont aussi des activités dispensées par l'organisation qui ne cesse de prendre de l'expansion. — PHOTO TIRÉE DE FACEBOOK

# Un joueur qui n'a jamais quitté le jeu...

**ISABELLE GABORIAULT**  
isabelle.gaboriault@hebdoleplus.qc.ca

**Votre enfant vend actuellement des livrets de bons de réduction dans les commerces de la région produits par Studio Procom? Sachez que sur le 20\$ que coûte chaque petit dépliant, 1\$ est remis à la Fondation des sports adaptés. Une initiative qu'applaudit Steve Charbonneau, directeur de la Fondation. «Pour nous, c'est un bon outil de financement. Aussi, ça oblige les gens à se questionner sur qu'est-ce que la Fondation mange en hiver!»**

En pleine expansion, la Fondation des sports adaptés organise et met en place des programmes éducatifs afin d'encourager les enfants de sept ans et plus et les adultes handicapés à pratiquer des sports qu'ils n'ont pas la chance d'expérimenter facilement

par eux-mêmes. Celle-ci veille aussi à prêter de l'équipement aux personnes à mobilité réduite qui désirent bouger. Par exemple, récemment la Fondation a prêté le Dahü pour quelques semaines à un groupe de plein air du Cégep de Granby pour permettre à une étudiante de participer à la sortie en sentiers prévue prochainement.

«Ce qu'on fait, c'est du tangible, souligne l'ancien joueur des Alouettes de Montréal. Dans nos programmes, il règne une ambiance conviviale, familiale. C'est une expérience pour tout le monde. Les bénévoles en retirent autant que les participants. L'atmosphère est incroyable!»

## SUR L'EAU COMME SUR LE TERRAIN

Selon lui, son rôle à la Fondation est ce qui se rapproche le plus de sa période où il jouait au football.

«L'adrénaline, les émotions que je vis quand j'arrive à faire skier quelqu'un ou quand je réussis à le faire sortir de l'eau, c'est fou!»

Même l'ambiance qui règne un matin dans l'attente de skieurs nautiques ou alpins, il l'associe à un matin de match. «Sur un site, je retrouve l'atmosphère du foot, dit-il. Tout le monde a son job à faire pour arriver à un objectif commun: faire vivre une expérience aux gens. Que tout se déroule sans accident, ça c'est ma victoire.»

À ceux qui aimeraient agir comme bénévoles pour la Fondation des sports adaptés, sachez que la porte est toujours ouverte. Celle-ci fournit la formation. Chaque année, ce sont entre 12 000 et 14 000 heures de bénévolat qui se font auprès des participants aux nombreux programmes offerts.

## Parlez espagnol rapidement

Débutant • Intermédiaire • Avancé

### Petits groupes

Coût :  
5 cours : 100 \$ (10 h)  
8 cours : 160 \$ (16 h)  
Durée : 2 h/cours

### Horaire

Lundi : 14 h - 16 h  
Mardi, mercredi, vendredi : 10 h - 12 h  
Mardi, mercredi, jeudi : 17 h - 19 h

Début des cours : lundi 2 mai 2016

### Liliana Zuniga

Maîtrise en études hispaniques (UdeM)  
Maîtrise en enseignement de l'espagnol (UQTR)

• Appelez-moi pour plus d'information

• 450 243.0290 ou 450 405-3472

• zuniga\_liliana@hotmail.com

5030702

## NETTOYEUR ST-JACQUES



754, RUE SAINT-JACQUES, GRANBY | 450 375-0232

5035648

Plaisir et satisfaction garantis...

Concept unique au Québec!

## Voyage exclusif en Grèce

Athènes, Kusadasi, Patmos, Rhodes, Crète, Santorini et Mykonos.

Du 11 au 26 sept. 2016

Incluant croisière de 4 jours et 23 repas

4 199\$\*

Si réservé avant le 30 avril 2016. Vol direct d'Air Transat. RESTE 6 PLACES

11 novembre 2016  
Punta Cana, Hotel 4.5 \*

## Supers voyages 2017 Places limitées

6 janv. et mars  
Punta Cana  
Hôtel 4,5★

10 février  
Samana  
Hôtel 4,5★

19 mai  
New York au centre-ville  
en autocar

28 mai  
Italie  
4e année  
(18 jours)

6 septembre  
Côte d'Azur et Sud de la France

7 octobre  
Boston  
en autocar

\*Prix par personne en occ. double, cabine intérieure. transferts, taxes et frais de port inclus, fond OPC en sus.

Informez-vous!

clubvoyages Trans-Monde

509, rue Sud, Cowansville  
Détenant d'un permis du Québec

LA GUYMANIE  
à vivre ses VACANCES...  
www.guymanie.com



Guy Choquette  
36 années de plaisir à vous servir!

Cell. 450 577-6844  
450 263-7100

5036990

POUR **72**  
HEURES  
SEULEMENT

**198**  
VÉHICULES

116 MAZDA  
ET 82 OCCASIONS

**MERCREDI 27 AVRIL**  
DE 9 H À 21 H

**JEUDI 28 AVRIL**  
DE 9 H À 21 H

**VENDREDI 29 AVRIL**  
DE 9 H À 17 H

# AUJOURD'HUI

# VENTE PUBLIQUE

## MAZDA DE GRANBY

**VOTRE CRÉDIT EST PRÉAPPROUVÉ**  
**POUR 72 HEURES**  
**— SEULEMENT —**

**AUJOURD'HUI ET JUSQU'À CE VENDREDI 29 AVRIL SEULEMENT**, Mazda de Granby procède à une vente publique exceptionnelle.

Avec d'important surplus d'inventaire et avec l'annonce d'une arrivée impressionnante de Mazda 2016, Mazda de Granby est contraint de libérer plus de 20% de leurs stocks actuels, et ce, dans les plus brefs délais.

**JUSQU'À CE VENDREDI** et avec l'application de mesures particulières, nous procédons à la liquidation de **198 MAZDA** (116 véhicules neufs 2015-2016, démonstrateurs, retours de location et de financement ainsi que 82 véhicules d'occasion de toutes marques).

Sur place, la clientèle de Mazda de GRANBY peut profiter de **VÉHICULES NEUFS RÉDUITS JUSQU'À 6000\$**, de **MAZDA D'OCCASION RÉCENTS À 50% DU PRIX D'ORIGINE**, de financements pré-approuvés avec les institutions financières, **À PARTIR DE 0%**, ainsi que de **GARANTIES ADDITIONNELLES** applicables durant les 3 jours de la vente publique.

**CONDITIONS PARTICULIÈRES** : Vous devez vous présenter en personne chez Mazda de GRANBY, où un représentant de la vente publique vous inscrira et vous assistera dans le choix d'un véhicule. Des évaluateurs professionnels seront sur place pour acheter directement votre véhicule d'échange **AU MEILLEUR PRIX DISPONIBLE SUR LE MARCHÉ**. Toute offre d'achat des clients devra obligatoirement être accompagnée d'un **DÉPÔT MINIMUM DE 250\$** (argent, carte de débit, carte de crédit) et devra être approuvée par un membre de la direction du concessionnaire avant 17 h, le 28 AVRIL 2016 (**AUCUNE OFFRE RAISONNABLE NE SERA REFUSÉE**). Des représentants d'institutions financières seront sur place et les approbations au crédit seront rendues dans un **DÉLAI DE 20 MINUTES**. Des professionnels en crédits spécialisés seront aussi sur place pour faciliter votre transaction avec les meilleures conditions disponibles sur le marché.

Nous conseillons fortement aux personnes intéressées de procéder à une demande de crédit en ligne au [www.mazdadegranby.com](http://www.mazdadegranby.com). Ces derniers pourront être préapprouvés au crédit pour la vente publique et n'auront qu'à sélectionner un véhicule en inventaire.

#### IMPORTANT :

En raison de la nature particulière de cette vente publique, aucune information ne sera fournie par téléphone. Veuillez-vous rendre sur place.

Visitez l'inventaire complet en ligne au [www.mazdadegranby.com](http://www.mazdadegranby.com)

**MAZDA** de **GRANBY**.com

**1280, rue Principale**  
**450 378-6222**



Financement à partir de 0% jusqu'à 24 mois offert sur modèles d'occasion Mazda certifiés uniquement. 6000\$ de rabais sur modèles Mazda CX-9 2015 sélectionnés en stock. Occasions offerts jusqu'à 50% de moins que le prix d'origine = sur modèles Mazda 2010-2011 sélectionnés en inventaire. Des conditions s'appliquent. Modèles illustrés à titre indicatif seulement. Taxes en sus sur tous les modèles.

CHRONIQUE  
*Le toast  
de Marie-Michèle*



## Le vrai visage du vin

Le terme «vin nature» vous est-il familier?

Bien qu'il existe depuis des lustres, il suscite davantage l'attention des consommateurs et gagne en popularité depuis quelques années.

Le vin nature, c'est l'expression du terroir, du vin à la source. Ceux qui adoptent cette approche doivent limiter le nombre d'interventions apportées à un vin. Au moment de la vinification, lors de la transformation des sucres du raisin en alcool et en gaz carbonique, les levures indigènes (naturelles) sont priorisées, l'ajout de sulfites ou autre intrants est limité et certaines techniques proscrites.

Quelques mots sur les sulfites. Ces derniers jouent un rôle d'agents de conservation. Ils protègent et stabilisent le vin. Certains sont produits naturellement, alors que d'autres sont ajoutés en quantités différentes. Dans le vin nature, on évite d'ajouter des sulfites. Toutefois, il se peut que le vin en contienne naturellement, en petite quantité.

Dans le processus de vinification, les vigneron de vin nature n'ont pas recours à certaines techniques visant à modifier la constitution originelle du vin. Elles sont considérées trop brutales pour celui-ci. Par exemple, la thermovinification (procédé par lequel on chauffe le raisin foulé afin d'obtenir rapidement couleur et propriétés aromatiques) n'est pas permise. Certaines techniques de filtration (séparer le vin de ses particules solides) sont également à éviter. D'ailleurs, on remarque souvent l'absence de filtration dans les vins nature par une apparence légèrement trouble lors de l'analyse visuelle.

Quant à la viticulture, le vin nature est idéalement issu d'une viticulture biologique ou biodynamique qui limite l'utilisation de produits chimiques. La vendange manuelle est priorisée.

Bref, le vin est élaboré le plus naturellement possible!

Le vin nature n'est pas facile à produire. Il demande beaucoup d'attention et de soins de la part du producteur. C'est pourquoi il provient souvent de petits vignobles, capables de superviser chaque étape d'élaboration avec beaucoup de minutie. De plus, le vin nature voyage plus difficilement que le vin issu d'une approche plus industrielle où tout est mis en place pour qu'il survive à un commerce à grande échelle.

Il y a quelques années, au Québec, il n'y avait que quelques restaurants à la carte des vins «audacieuse» où l'on pouvait s'initier aux joies du vin nature. Aujourd'hui, devant l'engouement des consommateurs, on en retrouve davantage en restauration et il a même fait une entrée, en 2015, sur les tablettes de la SAQ. Il a d'ailleurs fait l'objet du nouvel arrivage la semaine dernière.

En dégustation, le vin nature est unique. On y goûte l'authenticité du terroir. Pour certains consommateurs, il vous sortira de votre zone de confort, mais le résultat est très intéressant. **Le Vino da Tavola, Masieri, de la Biancara-Angiolino Maule (Code SAQ: 12846741; 21,45\$)**, est une belle cuvée pour s'y initier. Arborant une robe jaune/dorée, légèrement trouble, ce vin présente des notes citronnées et végétales. Il est savoureux, en fraîcheur et offre une petite touche rustique bien agréable. Il sera excellent avec une terrine de volaille ou un lapin du producteur le plus près de chez vous.

Santé!

*Marie-Michèle Grenier*

Sommelière. Vins au Féminin  
marie-michele.grenier@hebdoleplus.qc.ca  
twitter: @mm\_grenier

COLLABORATION SPÉCIALE

## Gam-Anon

GRANBY — Il y a un problème de jeu compulsif (gambling) dans votre famille ou votre entourage? Gam-Anon peut aider les parents et amis des joueurs compulsifs Renseignements pour le Québec: 450-678-0897 (Rive-Sud) ou le 514-984-8556 (MTL). Site Web: www.gam-anon.org

Magasins  
**Hart**  
Stores

**VENTE  
FINALE**

**tout doit sortir  
FIN DE BAIL**  
Dernier jour de vente  
Dimanche 1<sup>er</sup> Mai

TOUS LES  
VÊTEMENTS ET  
CHAUSSURES À

**5** \$

DAMES  
HOMMES ET  
ENFANTS

TOUS LES ARTICLES POUR  
LA MAISON REDUITS À

**50** %

• RIDEAUX • OREILLERS •  
• MEUBLES •  
• ARTICLES POUR LA MAISON •

Les Galeries Granby, 40 rue Évangéline,  
Unité 22, J2G 8K1 | T - (450) 378-1116

CHRONIQUE

# TRÉSORS VIVANTS DU CINLB

## Brillante salamandre

Nous parlerons aujourd'hui de la salamandre maculée, une bestiole commune, mais discrète, faisant partie des amphibiens au même titre que les grenouilles. Elle est rarement observée, car elle est nocturne et fousseuse. Lorsqu'elle se hasarde en surface, c'est toujours à la noirceur, généralement par une soirée de pluie printanière. Longue d'une vingtaine de centimètres, elle a un corps robuste, gris foncé, parsemé de petits points jaune vif. Elle se nourrit de vers de terre et d'insectes et elle se reproduit dès le mois d'avril dans les étangs temporaires apparus à la fonte des neiges. Elle choisit ces lieux de ponte pour éviter les cours d'eau où les poissons présentent une menace pour ses œufs.

Cette bestiole présente quelques caractéristiques fascinantes. Comme les autres salamandres, elle a le pouvoir de régénérer des membres sectionnés à la suite d'attaque

d'un prédateur. Un mécanisme permet à la queue de se sectionner lorsqu'elle est saisie, un sphincter en referme automatiquement l'artère, et le membre abandonné continue de s'agiter sous l'effet de réflexes donnant au prédateur l'impression qu'il détient toujours l'animal. En quelques semaines, le membre sectionné est reconstitué, un phénomène qui a stimulé la recherche sur les cellules souches. Les membres régénérés peuvent aussi bien être les pattes que la queue et parfois même... un œil!

La salamandre maculée présente une autre caractéristique unique. C'est en effet le seul vertébré connu qui peut utiliser la photosynthèse, à la manière des plantes, pour alimenter ses œufs et ses embryons. Lorsque l'on trouve un amas d'œufs de cette espèce, on est en effet frappé par leur couleur émeraude fluorescente. En fait, l'animal vit en symbiose avec une algue verte

appelée *oophila amblystomatis*, qui colonise la ponte. Cette algue contient de la chlorophylle qui, sous l'action de la lumière solaire, libère de l'oxygène et produit des composantes organiques au profit des œufs et des embryons, dont les rejets azotés nourrissent l'algue à son tour. Cette algue ne vient pas coloniser les œufs de l'extérieur, mais existe déjà à l'intérieur, dans les cellules de la salamandre, qui la transfère en même temps que la ponte. Cet animal dispose ainsi de sa propre petite usine à énergie solaire!

**Jusqu'au 3 mai, vous pourrez observer une salamandre maculée vivante lors d'une visite au CINLB.**

**MICHEL AUBÉ, VICE-PRÉSIDENT DU CINLB ET PROFESSEUR ASSOCIÉ À L'UNIVERSITÉ DE SHERBROOKE**



**DU 1<sup>er</sup> MARS AU 31 MAI 2016**

# PRENEZ LA ROUTE SANS STRESS

**OBTENEZ 85 \$ CAA  
OU 60 \$ EN REMISE  
POSTALE**

À L'ACHAT DE 4 PNEUS  
PIRELLI P7 ALL SEASONS CINTURATO



**Performance, sécurité  
et plaisir de conduite**

- Performance toutes saisons
- Réduction de la consommation d'essence et émission CO2
- Sécurité sur sol mouillé
- Confort acoustique
- Bruit sonore intérieur diminué

**point S**  
point-s.ca

**Pneus  
Concept**

483, rue Boivin  
Granby, QC  
(450) 378-9915



Recommandé

MOTS ORTHOGRAPHE  
 PLUME CORRECTION  
 GRAMMAIRE FAUTES  
 DICTIONNAIRE LETTRES

» DICTÉE DU MOIS

Félicitations à tous les participants du mois d'avril. Marguerite Colangelo et Françoise Roy de Granby gagnent le prix offert par le journal Le Plus. Au CRIF, les gagnants sont Mylène Cegarra et Hakim Djebaili. Les gagnants pourront choisir leur livre au Centre Alpha situé au 125, rue Principale (sous-sol de l'église Sainte-Famille). Téléphone et télécopieur au 450-378-9788. Merci au journal Le Plus qui agit comme commanditaire, ainsi que les Chevaliers de Colomb, conseil 9842. Voici le corrigé d'avril.

**Le livre de bord du Savoir-vivre**

Les gestes — Nos yeux, chaque trait de notre visage, chaque position de notre corps expriment nos sentiments, notre personnalité.

Le geste, chez les hommes préhistoriques, a précédé la parole, en observant les mimiques des singes, nous pouvons imaginer ce que furent les premières conversations entre nos lointains aïeux!

Aujourd'hui, les gestes accompagnent souvent la parole. Ils la modulent, renforcent ou allègent le poids des mots.

Si elle a perdu un peu de sa valeur symbolique au cours des siècles, l'expression du corps est essentielle à la perception que les autres ont de nous dès le premier regard. Gracieux ou malhabiles, apprêtés ou vulgaires, nos gestes nous trahissent. Certains sont innés, d'autres sont acquis par l'habitude : tous peuvent, avec un peu

d'attention être corrigés.

L'allure — Votre façon de vous tenir, de vous asseoir, de marcher est très éloquente. Soyons justes : il ne faut pas se fier aux apparences. Derrière ce personnage hautain que vous rencontrez chaque matin se cache peut-être un grand timide... Notre inconscient nous façonne souvent, à notre insu, une façade censée nous protéger contre nos démons imaginaires.

Pourtant c'est cette première impression qui s'imprime dans l'esprit de vos interlocuteurs au premier contact. Il n'est pas question de travestir ce que nous sommes, d'adopter une attitude stéréotypée, mais de donner le reflet le plus positif possible de notre personne.

Florence Le Bras  
 Le livre de bord du Savoir-vivre

» OPTI-GÉNIES: L'ÉQUIPE ALL STARS DU CLUB OPTIMISTE SE DÉMARQUE



Lors de la compétition régionale du concours Opti-Génies organisée par les club Optimistes du Québec qui avait lieu à Saint-Nazaire le 16 avril dernier, l'équipe All Stars du club de Granby était des deux équipes gagnantes. Ainsi, Maxime Belisle, Justin Côté, le capitaine, Mathis Plamondon, Sarah-Maude Paquin et Shana Angelica Beaulieu participeront à la grande finale du District-Sud du Québec qui aura lieu le 1er mai à Saint-Jean-sur-Richelieu. Opti-Génies est un jeu-questionnaire inspiré du jeu télévisé Génies en herbe. Cette compétition amicale s'adresse aux jeunes en 4e, 5e et 6e année du primaire. Elle a pour objectif d'encourager les jeunes à élargir leurs connaissances générales. Les questions posées portent sur des sujets aussi variés que la géographie, les sports, la littérature jeunesse, les sciences, etc. Sur la photo, dans l'ordre habituel: Maxime Belisle, Justin Côté, le capitaine, Mathis Plamondon, Sarah-Maude Paquin et Shana Angelica Beaulieu. À l'arrière, le Lieutenant-Gouverneur de la zone 4, Sylvain Vachon, et sa conjointe, Manon Racicot.

**Dre Snezana Stanojlovic**  
 Omnipraticienne

Traitement des rides du visage  
 Botox, Radiesse, Teosyal, Sculptra, Juvéderm, Esthélics  
 Traitement des varices  
 Echosclérose  
 Lipolyse et traitement des bourrelets disgracieux  
 Traitement à la lumière pulsée (taches - couperose)  
 Épilation au laser pour tous types de peau  
 Lissage cutané avec la technique Endy-Med

273, ch. Knowlton, Knowlton • 450 243-0005  
 1206, boul. St-Luc, St-Jean-sur-Richelieu • 450 741-1155  
[www.docteurstan.com](http://www.docteurstan.com)

Publireportage

**Table**  
 Concertation  
**TRAVAIL**  
 Haute-Yamaska

**DÉJOUER SES OBSTACLES :  
 S'ENGAGER DANS L'ACTION**

Tout au long de notre vie, nous nous questionnerons sur notre place sur le marché du travail. Qu'est-ce que je veux faire comme métier? Est-ce que j'aime toujours mon emploi? Suis-je prêt à prendre ma retraite? Malgré nos questionnements, nous faisons souvent du sur-place. Cette indécision provient la plupart du temps de nos peurs, d'une mauvaise connaissance ou estime de soi et de la pression sociale.

Malheureusement, il est impossible de connaître les conséquences de nos actes d'avance et nous ne pourrions être certains à 100 % de nos décisions. En nous basant sur des faits, nous pourrions être en mesure d'être plus réalistes dans nos actions et mieux nous adapter à la réalité. Cette façon de faire diminuera le stress vécu face à ces changements et nous permettra de reprendre du pouvoir dans notre vie.

S'engager dans l'action signifie donc de ne pas chercher à être comme les autres, de découvrir notre vraie personnalité et consulter un conseiller d'orientation est un bon moyen d'y parvenir.

**Julie Martin**  
 Conseillère d'orientation  
 Carrefour Jeunesse Emploi des Cantons de l'Est  
 450 776-7700

## › DÉVOUÉ DEPUIS 30 ANS

L'Équipe d'accompagnement Au Diapason tient à souligner les 30 années de bénévolat de Michel Robinson. Le Diapason le remercie chaleureusement pour son dévouement exceptionnel envers l'organisme, les personnes atteintes de cancer, les gens en fin de vie et leur famille. Sur la photo, de gauche à droite: Stéphanie Laforest, directrice des bénévoles, Angèle Huot, membre du conseil d'administration de L'Équipe d'accompagnement, Michel Robinson, bénévole, Denis Lasnier, membre du conseil d'administration de L'Équipe d'accompagnement et Lucie Wiseman, directrice générale de la Maison Au Diapason.



OUVERTURE  
 LE DIMANCHE 1<sup>er</sup> MAI 2016

**Ouvert en saison tous les samedis et dimanches de 9 h à 17 h.**

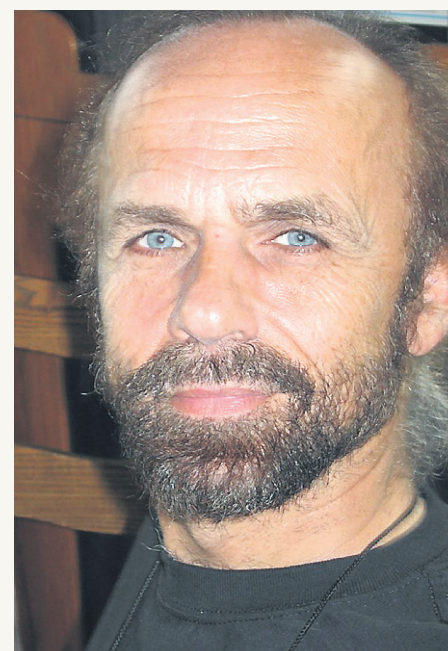
*Que ce soit pour vendre ou acheter, tous seront ravis!*

- Tours de train gratuits
- Stationnement facile et gratuit!
- Plus de 300 marchands
- Restaurant
- Guichet automatique

**INFO: 450 534-0440**  
 16, rue Lafontaine, Bromont

## › SE RELIER AU CŒUR DU MONDE: ON PARLE DE JEÛNE

Il sera question de jeûne lors de la dernière soirée-conférence *Se relier au cœur du monde* du 3 mai prochain à l'école secondaire P.-G.-Ostiguy de Saint-Césaire, dès 19h. Après avoir été guéri par le jeûne il y a 30 ans, Yves Langlois avait promis de réaliser un jour un film sur ce phénomène. Lorsqu'il a appris, il y a quelque temps, qu'il avait un autre problème de santé, il a décidé, une fois de plus, de jeûner 40 jours et de filmer son processus. Dans sa conférence, M. Langlois, cinéaste et psychosociologue, racontera en images comment le corps a la capacité de s'autoguérir par différentes techniques, dont le jeûne. Pour des billets: à la bibliothèque municipale située au 1881, rue St-Paul, téléphoner au 450-469-3187, poste 4573, et demander Line Gervais ou téléphoner directement à Léon-Maurice Lavoie au 450-469-0728. Pour information: [www.serelieraucœurdu monde.com](http://www.serelieraucœurdu monde.com)



**EXPOSITION ANNUELLE**  
 Rétrospective des 25 ans

présente  
**«Images en Fête»**  
 Art et santé mentale

**Vernissage le 4 mai, de 17 h à 20 h**  
 au Centre culturel France-Arbour  
 279, rue Principale, salle 207  
 du 4 au 26 mai 2016

**INFO : 450 777-7611, POSTE 34**

**Heures d'ouverture :**  
 Mercredi au dimanche :  
 de 13 h à 16 h

**Bienvenue à tous!  
 Entrée gratuite!**

ORGANISME APPUYÉ PAR

## BRÈVE

### Vente de livres usagés

GRANBY — La Boutique Les Livres de l'eSPoir, située au 24, rue Saint-Joseph (450-776-2612), annonce une vente de livres usagés au profit des gens atteints de sclérose en plaques. Tout mai, les livres de psychologie et les faits vécus à prix régulier seront offerts à 50 %, soit 2,50 \$ et moins. Même chose pour les livres en anglais. La Boutique est ouverte tous les jours de 9 h à 17 h et de 10 h à 15 h le samedi. La Boutique cherche des bénévoles en semaine, mais surtout le samedi.

## › SALON DES ARTISANS DE LA FONDATION DU CÉGEP DE GRANBY



Ce jeudi 28 avril, sur l'heure du dîner, se tiendra le premier Salon des artisans du Cégep de Granby dont une partie des profits ira à la Fondation du Cégep de Granby. Miel artisanal, bijoux, articles de cuir, pièces de verre gravé, porte-clefs, articles en tissus, identifications de coupes, nœuds papillon en bois, etc. Tous ces produits seront mis en vente à l'Atrium du Cégep, de 11h 30 à 13h 30. Cette initiative est celle d'une employée de soutien, Sara Soares. Un avis de recherche a été lancé auprès de tous les employés et étudiants de l'établissement d'enseignement, et même auprès de gens à l'externe. La réponse a été positive. Une nouvelle qui a été reçue comme un immense cadeau de la part de la Fondation et des étudiants qui en bénéficient. «Cela concrétise le lien d'appartenance que les employés peuvent avoir à l'égard de leur Fondation», a souligné Serge Boulet, directeur de la Fondation. Les dons recueillis serviront plus particulièrement au Fonds de dépannage qui vient en aide aux étudiants vivant des difficultés personnelles et financières. Sur la photo, quelques-uns des artisans qui participent au Salon: Jean-Sébastien Laberge, appariteur en éducation physique, Lucie Deslandes, adjointe administrative à la direction générale, Sara Soares, agente de soutien administratif au service de l'organisation scolaire, Joëlle Racine-Ménard, agente de soutien administratif à la formation aux adultes et Erika Fuentes Diaz, étudiante à la formation aux adultes en francisation.

## › L'INTERNET ET LA VIE PRIVÉE AVEC MARIE-HÉLÈNE GIANNATOS



Le Web s'immisce dans notre vie et nous y divulguons de plus en plus d'informations. Que faut-il savoir sur la collecte de données sur Internet? Comment y protéger nos renseignements personnels? Quelles astuces permettent d'éviter les courriels frauduleux, le vol de données, les logiciels malveillants et autres dangers? Marie-Hélène Giannatos offrira une conférence qui saura mieux vous équiper face à ces enjeux ce mercredi 27 avril, à 19h, à la bibliothèque Paul-O.-Trépanier de Granby. C'est 5\$ pour les détenteurs de la carte-loisirs et 10\$ pour les non-détenteurs. La carte doit être valide. La bibliothèque est située au 11, rue Dufferin.

VOTRE professionnelle à VOTRE écoute

TEST D'AUDITION POUR ENFANTS ET ADULTES

- Nouveautés en prothèses auditives
- Information sur les acouphènes
- Protection contre le bruit

20 ans d'expérience

579 787-0709

712 Principale, Granby

(à côté du ECONO LODGE)

Nadia Pozzoli  
Audioprothésiste

3875205

## Centre de santé dentaire Robert Cabana



Robert Cabana d.d.  
Denturologiste

Consultez une équipe de plus de **39 ans d'expérience**

ayant au-delà de 14 000

prothèses réalisées



Dr Éric Chatelain  
Dentiste généraliste

114 St-Charles Sud, Granby • 450 372-6511  
www.robertcabana.com • robertcabana@bellnet.ca

5022275

## Saviez-vous que...

Par : Mario Chaput, naturopathe de la Clinique Avril

L'acide pantothénique (vitamine B5) est un facteur nutritionnel qui permet de régulariser la production de sébum lors d'acné.

La préparation Hormonex de Phyto-santé est utile à ce niveau.

Parlez-en à votre naturopathe...

Cernez vos besoins par le bilan naturopathique avec Mario Chaput, n.d. a.  
Coût : **80 \$**, taxes incluses

**450 994-4794**

11, rue Évangéline (angle Cabana), Granby

- Reçus émis pour assurances.
- Analyse toxémique personnalisée (sang, urine...)
- Les tests et conseils naturopathiques proposés ne remplacent pas la nécessité d'une consultation médicale en première intention.

3853793

LE SEUL ÉPICIER à vous l'offrir:  
**BOEUF VIEILLI 58 JOURS**

LE CHOIX DES PASSIONNÉS DE VIANDE

Une équipe IGA Extra  
**St-Pierre et Fils**  
Theftford Mines Granby  
Une famille

585, rue Saint-Hubert, Granby 450 777-0898 • Face au zoo

5035329

## ACTIVITÉS COMMUNAUTAIRES

### Accompagnement d'un proche en fin de vie

■ **GRANBY** — Vous êtes confronté à la perspective de la mort prochaine d'un être cher? La Maison soutien aux Aidants offre une formation sur quatre rencontres de trois heures débutant en mai. Session de jour et de soir. Veuillez contacter Virginie au 450-375-9115, poste 213.

### Faire face aux réticences

■ **WATERLOO** — Pourquoi certaines personnes ont des réticences à accepter de l'aide ou à en demander? La Maison soutien aux Aidants se penchera sur cette thématique le 17 mai, à 13h15, au Centre d'action bénévole situé au 107, rue Lewis Ouest. Veuillez contacter Virginie au 450-375-9115, poste 213, pour vous inscrire.

### Activité au Centre Femmes des Cantons

■ **COWANSVILLE** — Le Centre Femmes des Cantons invite les femmes le mercredi 4 mai, de 9h30 à 12h, à l'activité Je suis, je pense donc j'agis! où les femmes sont invitées à réfléchir, à s'affirmer et à poser des actions dans le respect d'elles-mêmes, de leur rythme et de leurs droits. Gratuit. Information: 450-263-1028.

### Fermières

■ **ROXTON POND** — Rencontrez le mercredi 11 mai. On souligne la fête des Mères. La réunion aura lieu au restaurant Normandin situé au 433, Principale. L'accueil sera à 17h et le souper à 17h30. Information: Rita Dubuc au 450-378-6881 ou Diane Archambault au 450-372-0578.

### Club FADOQ

■ **WATERLOO** — Voici les activités pour la semaine du 1<sup>er</sup> mai à la salle communautaire St-Bernardin. Cartes le mardi 3 mai à 13h30. Bingo le mercredi 4 mai à 19h30

### Groupe de soutien à la fibromyalgie

■ **GRANBY** — Café-rencontre le mercredi 4 mai au local 208, du Centre communautaire Saint-Benoît à 13h30. Pour information: Danielle 450-372-3401.

### Conférence pour les amoureux des oiseaux

■ **WATERLOO** — Conférence sur les jardins d'oiseaux animée par Gilles Paradis alias monsieur Compost le vendredi 13 mai, de 13h30 à 16h. Il sera là pour vous enseigner comment préparer un jardin accueillant et nutritif pour les oiseaux. À la fin de la conférence

vous repartirez avec des idées pour transformer votre cour en merveilleux havre pour les oiseaux qui, en retour, vous offriront un concert mélodieux. Coût: 10\$ par personne. Nous acceptons les inscriptions jusqu'au 10 mai. Inscriptions: Chantal Rioux au 450-539-2395.

### Association de Granby pour la déficience intellectuelle

■ **GRANBY** — Activités au calendrier pour tous les membres. Sortie entre amis au restaurant St-Hubert, situé au 940, rue Principale, le vendredi 6 mai, de 18h à 20h. Prendre note que vous devez confirmer votre présence le plus tôt possible. Cinéma Élysée (160 Simonds Nord) le mardi 10 mai, à 18h30. Prévoir la fin du film vers 21h30. Vous devez confirmer votre présence le plus tôt possible. Pour information et réservation: 450-372-0694 ou à info@agdi.ca

### Comptoir vestimentaire du CABG

■ **GRANBY** — Pour une cinquième année, le Centre d'action bénévole de Granby (CABG) tiendra un comptoir vestimentaire estival pour les familles et les personnes à faible revenu. Il sera possible d'obtenir des vêtements, des chaussures, des accessoires ainsi que de la

litterie. Les items seront remis gratuitement, mais les quantités sont limitées. Ce vestiaire aura lieu les 3, 4 et 5 mai de 8h30 à 11h30 et de 13h à 15h, au 362, rue Notre-Dame. La porte pour le vestiaire est située à l'arrière du Centre et les gens sont invités à apporter leurs sacs. Pour plus d'information: 450-372-5033.

### Société d'horticulture Tournesol

■ **WATERLOO** — Le mercredi 4 mai à 19h, à l'hôtel de ville de Waterloo, une conférence sera donnée par Normand Fleury, horticulteur. Le sujet de sa conférence sera Jardinez les parfums. Embaumez vos jardins avec une grande variété de plantes parfumées: annuelles et vivaces, ligneuses, bulbeuses et les plantes d'intérieur. Un document sur ces plantes vous sera remis en plus de nombreux prix de présence. Information: Marcelle Normandin au 450-539-2740 ou shtwloo@icloud.com

### Âge d'or

■ **ROXTON POND** — Soirée de danse le vendredi 6 mai à 19h45 au Centre communautaire situé au 905, rue St-Jean. Un goûter sera servi. Animation musicale.

### Conférence gratuite sur le suicide chez les enfants

■ **GRANBY** — Marie-Josée Viens, intervenante et formatrice au Centre de prévention suicide de la Haute-Yamaska, offrira une conférence sur le suicide chez les enfants le mardi 3 mai, à 19h. Elle propose de mieux comprendre l'ampleur du problème, d'être informée à propos de la conception de la mort chez l'enfant et d'être outillée à agir lorsqu'un enfant exprime des intentions suicidaires. La conférence est offerte à La Maison des Familles située au 162 rue St-Charles Sud. Halte-garderie gratuite disponible. Inscriptions au 450-776-2232 ou à info@mfrg.org

### Thé à l'anglaise

■ **GRANBY** — Le prochain thé à l'anglaise aura lieu le vendredi 20 mai, à l'église St-Georges située au 130, rue Principale.

### Club FADOQ

■ **COWANSVILLE** — Assemblée générale annuelle, précédée d'un souper spaghetti le 5 mai à 17h30 au 154, rue Principale. Réservation d'ici le 30 avril au 450-263-7470 ou à fadoqcowansville@videotron.ca. Gratuit pour membres et 5\$ pour les non-membres.

# Prochain groupe: début mai

**Avenue**  
professionnelle

Découvre de nouveaux métiers, il y en a un fait pour toi!

Programme de 9 semaines

Apprends à te connaître pour choisir un métier qui te convient

Viens essayer l'ébénisterie, la boucherie, le soudage et l'usinage

Informe-toi sur les 249 autres métiers non traditionnels

Découvre les méthodes pour te trouver un emploi (CV, entrevue, etc.)

Fais un stage dans un domaine qui t'intéresse

Vis une formation ou un emploi à la fin



Fais comme elles...

Réalise-toi dans un métier  
traditionnellement masculin.

450 378.2212, poste 236

Cette activité est réalisée grâce  
à la participation financière de :

Emploi  
Québec  
Montréal

Services gratuits  
et personnalisés



## Ce soir, on danse!

Vous croyez être un mauvais danseur à cause de votre manque de rythme? Eh bien, sachez que le rythme, ça se développe!

En fait, les danseurs professionnels disent qu'en quelques semaines de cours seulement, chacun peut arriver à suivre un rythme musical. Alors, pourquoi s'en priver! Assister à un cours de danse dans un style qui vous attire est aussi une agréable façon de vous mettre en forme, de rencontrer des gens et, bien sûr, de vous divertir. Les instructeurs ont à cœur de permettre à chacun de se surpasser et de vivre pleinement sa passion pour la danse. Énergiques, ces professionnels sauront vous entraîner vers le plaisir de maîtriser les danses que vous souhaitez apprendre.

Globe-trotteur dans l'âme? Merengue, salsa, romantique rumba ou autres danses populaires gagneront votre faveur. Apprenez le tango pour séduire votre



partenaire ou le triple swing afin de vous déhancher sur vos chansons préférées. Autre cours aux nombreux bienfaits: les danses en ligne, qui ont la cote depuis plusieurs années. Elles sont fort pratiques, puisque l'on peut danser en solo tout en étant en groupe, sur des airs country, disco, rock. Bref, autant d'occasions de faire des rencontres amicales sous le signe de la bonne humeur et de l'exercice.

Et pourquoi ne pas prendre des cours de ballet, de jazz, de danse contemporaine, de hip hop ou de *breakdance*? Voilà autant de façons de se familiariser avec cet art qui conjugue beauté et santé!

Vous prévoyez convoler en justes noces? Alors, réglez au quart de tour votre première danse en vue de la réception de votre mariage! Avec l'expertise de danseurs professionnels, en quelques heures, vous saurez offrir en cadeau à vos invités une danse d'ouverture inoubliable!

## Madessimo Madness : un congrès de danse de haut niveau

Du 29 avril au 1<sup>er</sup> mai, la 6<sup>e</sup> édition du congrès de danse *Madessimo Madness* battra son plein au Castel de Granby, réunissant des centaines d'amoureux de danses latines sous un même toit.

«Les cours intensifs sont donnés par des artistes du Québec et internationaux et permettent aux élèves d'apprendre, de découvrir ou d'améliorer plusieurs styles, avec plus de 45 ateliers différents durant le week-end, explique l'instigatrice du congrès, Nancy Madison de l'école de danse *Madessimo*. Très populaire et convivial, *Madessimo Madness* donne l'occasion aux participants de danser avec des champions du monde, de discuter avec eux. Bref, de vivre l'expérience en totalité.»

Une multitude de kiosques thématiques seront aussi

de la fête. «C'est un congrès rempli d'émotions, de passion, de surprises... et d'amour!»

Pour en savoir davantage ou vous procurer des billets : 142, rue Boivin, 450 775-0389 ou [www.madessimomadness.com](http://www.madessimomadness.com).



*École de Danse latine*  
**Nous sommes LA référence**  
 Salsa . Bachata  
 Chacha . Kizomba . Merengue  
 Lady's et men's styling  
 Cours de groupes ou privés  
 Débutants, intermédiaires, avancés  
*Apprenez tout en vous amusant!*  
 142, rue Boivin . Granby . 450 775.0389 . 450 375.6007

*Congrès* **Madessimo Madness** 2016 **6<sup>e</sup> édition**  
 29, 30 avril et 1<sup>er</sup> mai  
 À l'hôtel Castel . 901, rue Principale, Granby  
 Plus de 250 artistes du monde entier  
 45 cours différents durant le week-end  
 60 spectacles  
 Joignez-vous à nous pour un week-end inoubliable  
 Billets et détails disponibles sur [madessimomadness.com](http://madessimomadness.com)  
*Madessimo*  
 école de danses latines

SPÉCIAL

## DANSE



## Bienvenue à l'Agora de la danse de Bromont !

## Tendanse en pleine expansion!

Nouvellement aménagée dans des locaux lumineux, au 50 de Gaspé, bloc A, à Bromont, face à l'école de la Chantignole, l'Agora de la danse offre, aux bouts de chou à compter de deux ans ainsi qu'aux adultes, les mêmes cours et les mêmes activités qu'à l'école de Granby. C'est d'ailleurs la même équipe jeune et dynamique qui enseigne aux deux endroits!

### Cours et camps d'été

Aussi bien à Granby qu'à Bromont, les cours d'été de l'école, qui débutent le 31 mai, sont la solution toute choisie pour s'initier au ballet, au hip hop, au *street jazz* ou au *breakdance*. De plus, les camps d'été en danse, qui débuteront le 27 juin, plairont aux 5 à 12 ans désireux de se familiariser aux différents styles de danse.

### Félicitations aux gagnants

Comme à chaque année, les élèves de l'école se sont démarqués en 2016 à l'occasion de plusieurs

compétitions telles que le *Candance* de Montréal et le *Kickitup* d'Ottawa, où ils ont remporté des trophées Platinium.

### Services corporatifs

Vous planifiez un mariage, un gala, une activité estivale? L'équipe de l'Agora de la danse saura agrémenter votre événement avec ses services corporatifs. N'hésitez pas à faire appel à ses talents!

Pour information et inscription, composez le 450 777-0710 ou consultez le [www.agoradeladanse.com](http://www.agoradeladanse.com)



Une des équipes gagnantes

La dernière année en fut une de changements majeurs pour le studio de danse Tendanse. Déménagée depuis l'été dernier au 360 Cowie, à Granby, dans des locaux plus vastes et adaptés à ses besoins, l'école a renouvelé son image.

Sa dynamique équipe, en constante formation, a plongé tête première dans cette aventure. Elle se compose de 15 professeurs, qui y enseignent le hip hop, le lyrique, la danse créative, le *dancehall*, le *breakdance* et le *House* à près de 750 élèves.

De plus, Tendanse est également responsable d'enseigner la concentration et l'option danse à l'École secondaire du Verbe-Divin.

### Camps d'été touche-à-tout

Votre enfant aime danser ou démontre de l'intérêt pour s'initier à cet art?

Pourquoi ne pas l'inscrire au camp d'été récréatif de Tendanse qui se déroule du 27 juin au 26 août? D'autant plus que les tarifs sont très accessibles.

S'adressant aux jeunes de 5 à 12 ans, ce camp d'enseignement est parfait pour les familiariser avec différents styles de danse. En effet, avec ses semaines diversifiées, le camp est stimulant et très amusant pour vos enfants!

### Un somptueux spectacle!

Comme à chaque année, les élèves du studio de danse Tendanse présenteront le fruit de leurs efforts. Cette année, leur fabuleux spectacle s'intitule *Luxury* et aura lieu les 3 et 4 juin prochain au Palace. Enseignants et élèves vous y attendent en grand nombre!

Pour en savoir plus, consultez le [www.ecoletendanse.com](http://www.ecoletendanse.com) ou suivez l'école sur facebook.

## COURS D'ÉTÉ POUR TOUS, DE 3 ANS À ADULTE

### COURS OFFERTS LE SOIR :

- BALLET
- HIP HOP
- STREET JAZZ
- LYRIC

Inscription avant le 16 mai



## CAMPS D'ÉTÉ DE JOUR POUR LES ENFANTS DE 5 À 12 ANS

- BALLET
- HIP HOP
- STREET JAZZ

Inscriptions jusqu'à la mi-juin



Nancy Coutu



Kim Gervais

Copropriétaires

FORFAIT POUR TOUTES LES SEMAINES

SPÉCIAL POUR LE SERVICE DE GARDE

L'Agora  
de la Danse

**GRANBY**  
398, RUE PRINCIPALE, SUITE 2

**BROMONT**  
50, CHEMIN DE GASPÉ

[WWW.AGORADELADANSE.COM](http://WWW.AGORADELADANSE.COM)  
450 777-0710



SPÉCIAL

# DANSE

## L'École de danse Maryse Blanchard présente un spectacle haut en couleur et en fantaisie!

Le 12 juin prochain, l'École de danse Maryse Blanchard vous convie à son spectacle qui se déroulera au Palace de Granby. Intitulé «Reflet d'un pays des merveilles», ce spectacle, où se côtoient fantaisie, fantastique et réflexion sociale, se veut une libre adaptation du conte *Alice au pays des merveilles*. Il sera l'occasion, pour une centaine d'élèves de l'école de danse ainsi que pour les élèves de l'Option Plus Danse de l'École secondaire de la Haute-Ville, de faire la démonstration de leur talent artistique.

Comme le souligne Mme Maryse Blanchard, un tel spectacle nécessite beaucoup de travail de la part des élèves, mais aussi des bénévoles et des enseignantes. «On oublie souvent que, derrière un spectacle, il y a des centaines

d'heures d'efforts de toute une équipe, qui se consacre à la recherche musicale, à la confection des costumes et des décors, à l'éclairage et à la mise en place de la chorégraphie.»

L'enseignante, qui travaille en collaboration avec sa partenaire, Catherine Hamelin, ajoute qu'il est important pour elles que l'école se démarque en matière de sécurité, de qualité, de professionnalisme. «Notre approche est axée sur le développement global de l'élève tant au niveau de l'apprentissage des techniques de danse qu'au niveau de ses aptitudes sociales et de la santé globale», ajoute Maryse.

L'École de danse Maryse Blanchard offre à sa clientèle de tout âge des cours de ballet, de jazz, de danse contemporaine et de mise en forme pour adultes. Les élèves s'y initient ou perfectionnent leur art dans une ambiance familiale, où les valeurs de coopération, d'écoute, de créativité et de persévérance sont encouragées. Pour plus d'information: 450 372-6021, [www.dansemaryseblanchard.com](http://www.dansemaryseblanchard.com).



Maryse Blanchard et Catherine Hamelin

L'École de danse Maryse Blanchard présente

# Reflet d'un pays des merveilles

Mettant en vedette  
Les élèves de l'École et  
l'Option Plus Danse de l'École secondaire de la Haute-Ville

ÉCOLE DE DANSE  
MARYSE BLANCHARD

au Théâtre Palace de Granby  
135, rue Principale à Granby

## Dimanche 12 juin 2016

à 14 h 30

Billets en vente au comptoir du Palace  
ou sur [ovation.qc.ca](http://ovation.qc.ca)  
coût : 22 \$ adulte / 17 \$ enfant 3-12 ans

# TENDANSE

**115\$** PAR SEMAINE  
(TAXES INCLUSES)

## CAMPS D'ÉTÉ EN DANSE

CAMP DE DANSE TOUCHE À TOUT  
- OUVERT À TOUS -

POUR LES JEUNES DE 5 À 12 ANS  
ACTIVITÉS DE 9H À 16H

ANIMATION, ATELIERS, CRÉATIONS, SORTIES, JEUX, SPECTACLE, ETC.

POSSIBILITÉ DE SERVICE DE GARDE - OUVERTURE 7H30 / FERMETURE 17H30  
(FRAIS SUPPLÉMENTAIRE DE 20\$)

PROGRAMMATION ET INSCRIPTION EN LIGNE DÈS MAINTENANT:

[WWW.ECOLETENDANSE.COM](http://WWW.ECOLETENDANSE.COM)

360 RUE COWIE (USINE 231), LOCAL 210, GRANBY, QC, J2G 3V8 - 450.372.7744

## ► AMIS, PLAISIR ET SATISFACTION POUR LES CADETS DE GRANBY



Six cadets de la marine ont représenté fièrement la région de Granby lors de la huitième compétition provinciale de matelotage à Québec les 9 et 10 avril derniers. Cette compétition a regroupé plus de 200 cadets de la marine des quatre coins de la province. Celle-ci est axée sur les connaissances marines et sur les appareils de levage de charge. Elle comporte un jeu-questionnaire, un exercice de lancer de cordage, une épreuve de communication navale, ainsi que la construction d'appareils pour soulever et déplacer des charges de façon sécuritaire et

dans un délai limité. Le Programme d'instruction des cadets de la marine enseigne le matelotage aux jeunes de 12 à 18 ans. Que ce soit pour amarrer un bateau au quai ou soulever une charge, on y enseigne aux jeunes une foule de nœuds et de connaissances nécessaires pour effectuer ces tâches. Chaque année, les cadets de la marine du Québec redoublent d'efforts dans l'espoir d'être sélectionnés pour participer à cette compétition qui met en pratique l'instruction reçue au sein des cadets.

Offres en vigueur du lundi 25 avril au dimanche 1<sup>er</sup> mai 2016. Quantité limitée sur certains articles. Valable sur les produits en inventaire seulement. Ces offres ne peuvent être jumelées à aucune autre promotion. Détails en magasin. \*\*Dans un rayon de 200 km. Détails en magasin.

\*Termes et conditions de la vente pour le programme de financement - Paiements mensuels égaux, sans intérêt - achat minimum requis de 799\$ avant taxes pour les matelas sauf items sélectionnés. Sous réserve de l'approbation de la Fédération des caisses Desjardins du Québec (« la Fédération »), tous les taux d'intérêt annuels indiqués sont sujets à changement. L'offre « Paiement reporté, aucun paiement ni intérêt exigé... » permet de rembourser, par l'intermédiaire d'une « carte de crédit émise par la Fédération (« la carte »), un achat à paiement reporté qui est sans intérêts pendant la période déterminée lors de l'achat. Si cet achat est non payé en entier à échéance, un taux d'intérêt annuel d'au plus 21,9% s'y applique et celui-ci est converti au mode de remboursement d'un achat par versements égaux et consécutifs exigible en 12 mensualités égales si le solde converti est inférieur à 1 000\$, en 24 mensualités égales si le solde converti est égal ou supérieur à 1 000\$ et inférieur à 3 000\$, et en 36 mensualités égales si le solde converti est égal ou supérieur à 3 000\$.

Taux d'intérêt annuel de la carte d'au plus 19,9%. Le délai de grâce de la carte est de 21 jours sans intérêts, à partir de la mise à la poste du relevé mensuel ou de sa mise en disponibilité en format électronique, pour acquitter le solde total du relevé sans être obligé de payer des frais de crédit, sauf sur les avances d'argent et les chèques. Paiement minimum de la carte constitué de 5% du total du solde indiqué sur le relevé de la période précédente, des frais de crédit applicables aux achats et mensualités impayés à l'échéance de cette période, des achats courants, avances d'argent et chèques de la période visée par le relevé et des frais de crédit sur les avances d'argent et les chèques; auquel s'ajoutent: la ou les mensualités de la période visée par le relevé, le montant des achats à paiement reporté exigible à la date du relevé, tout montant en souffrance et toute autre somme prévue par le contrat de la carte. Il n'y a aucun frais d'adhésion/renouvellement qui s'appliquent selon la carte demandée ou utilisée pour procéder à l'achat. Détails en magasin.

EXEMPLES DE TAUX D'INTÉRÊT ANNUEL	COÛT POUR UN CYCLE DE FACTURATION DE 30 JOURS	COÛT ANNUEL
ACHAT MOYEN QUOTIDIEN	100\$	100\$
Achat courant	1,64\$	19,90\$
Achat par versements égaux	1,64\$	19,90\$
Achat à paiement reporté	1,80\$	21,90\$

# LES MÉGASOLDES DU PRINTEMPS!

C'est le temps de faire de GROSSES économies!

DANS TOUS NOS DÉPARTEMENTS

**90 jours d'essai!**

Literie aussi disponible

**16,64\$ /36 mois**

**MÉGA SOLDE 599\$**  
L'ensemble 2 places

**GRAND CHOIX DE LITERIE EN MAGASIN!**

**DRAPS, OREILLERS, DOUILLETES, HOUSES DE LIT, ETC.**

**Matelas et sommier COPPINWOOD**

- Plateau régulier/Ressorts enséchés/Soutien de contour/Sommier rigide de 9 po
- Sommier rigide de 5 po aussi disponible
- Livraison gratuite

- 1 place ..... 15,25\$/mois ou 549 \$
- Grand lit ..... 19,42\$/mois ou 699 \$
- Très grand lit 30,53\$/mois ou 1099 \$

Payez en

# 36

versements sans intérêt\*

jusqu'en avril 2019 sur les matelas

**Plan BM<sup>+</sup>**

Service de livraison flexible et gratuit\*\*

► Plage horaire de 4 heures

**HEURES D'OUVERTURE: LUNDI AU MERCREDI 10h à 18h • JEUDI ET VENDREDI 10h à 21h • SAMEDI 9h à 17h • DIMANCHE 10h à 17h**

**GRANBY** 450 372-5656 • 50, RUE SIMONDS NORD, GRANBY J2J 2L1

Desjardins partenaire officiel de Brault & Martineau

# Petites annonces

Du lundi au vendredi de 8h30 à 16h30\*

**450 375-8888**  
**classees@lavoixdelest.ca**

\*Avant 16h pour parution le lendemain.  
 Le vendredi avant 16h pour parution dans *Le Plus*.

laVoixdeEst

**VISA MasterCard Interac**

**PRENEZ NOTE QUE:**  
 Nos annonceurs sont priés de vérifier la première parution de leurs annonces. Notre journal se rend responsable d'une seule insertion erronée.  
 Toute erreur ou annulation dans les éditions du MARDI au SAMEDI doit être soulignée AVANT 16h pour être corrigée ou annulée le lendemain.  
 Toute erreur ou annulation dans Le Plus ou pour le SPECIAL TRIO MEDIA doit être soulignée avant le VENDREDI, 16h pour être corrigée ou annulée.

386139V

**2287**  
 Logements d'immeubles vendus depuis 2000

**Yves Forand**  
 Courtier immobilier

Cell.: 450 375-1621  
 Bur.: 450 378-4120

RE/MAX Professionnel inc. Agence immobilière

Pour des **RÉSULTATS**  
**BERNARD est là!**

Sutton  
 L'immobilier nous habite  
 Agence immobilière

• SUCCESSION • COMMERCIAL • VENTE ET ACHAT  
 • RÉSIDENTIEL • IMMEUBLE À REVENU

**BERNARD ROUSSELLE**  
 Courtier immobilier

cell. : 450 521-7211  
 bernardrouselle.ca

**RÉJEAN CHOQUET**  
 COURTIER IMMOBILIER • COURTIER HYPOTHÉCAIRE

LIBRES-SERVICES  
 IMMOBILIERS INC. AGENCE IMMOBILIERE

JE VOUS OFFRE LES  
**2 SERVICES**

RCiia  
 QUALITÉ COMPÉTENCE INTÉGRITÉ

CELL.: 450 521-6803 • REJEANCHOQUET.COM

**151 APPARTEMENTS À LOUER EN RÉGION**

ADAMSVILLE, BROMONT, BEAU GRAND 4 1/2, bas de duplex, avec s-sol, bcp de rangement, walk-in, bien situé, grand terrain, accès à la cour, secteur tranquille. Info: 514-653-7623

**152 APPARTEMENTS À LOUER À GRANBY**

1 1/2 MEUBLÉ, CHAUFFÉ, ÉCLAIRÉ, service buanderie, câble de TV, Internet, libre imm. 185 Alexandra. 450 372-6887

✓ 2 1/2 meublé, chauffé, éclairé, 400\$  
 ✓ 3 1/2 semi-meublé, 485\$, libre juillet  
 ✓ 3 1/2 430\$/mois. Libre août  
 ★ Pour 40 ans et +. ★ Réf. 450 375-9867

**Ma mission est de trouver votre acheteur!**

**Nouveau**

Résidence victorienne construite sur une terre de 125 acres entre Bromont et Cowansville. Superbe vue des montagnes et prairies. No Centris® 10529459. Prix demandé **795 000 \$ + taxes**

**Todd Massé** 20 ans d'expérience  
 Courtier immobilier

Évaluation gratuite - Publicité gratuite

RE/MAX  
 Remax Professionnel inc. Agence immobilière

Cell.: 450 260-5277 | Bur. : 450 378-4120  
 todd.masse@remax-quebec.com

Plus qu'un conseiller...  
 ... un ami

**Yves Paquette**  
 Courtier immobilier

CELL.: 450 775-9940  
 BUR.: 450 378-4120

2%\*  
 \*Sous certaines conditions

RE/MAX Professionnel inc. Agence immobilière

Estimation gratuite  
 Un seul appel suffit  
 yvespaquette.com

2 1/2, très gr. 3 1/2 meublés, chauffés, balcon, repeints, buand., stat., sect. hôpital, propres, paisibles. Et grand 3 1/2 près parc ind. 450 375-7735

3 1/2 au 533 Robinson Sud, demi sous-sol, semi-meublé, électricité et chauffage inclus. 515\$/mois, libre 1er juillet. Références. 450 777-1774

GRAND 3 1/2 DE LUXE, meublé, lav.-séch., poêle, frigo, mob. de cuisine et salon, A/C, porte-patio + balcon, entrée et stat. avec caméra de surveillance, aspirateur central, place de rangement au sous-sol, 565\$/mois, libre 1er mai. Place tranquille, au-dessus d'un commerce. Pas de chien. 450-378-2117

Libre imm., petit 3 1/2 rénové, demi s-sol, bien éclairé, asp. central, intercom, s. lavage, grand locker, 500\$/ms, meublé/chauffé/ éclairé. Poss. location à court terme. 450 770-0887

Près du Cégep, gr. 1 1/2, 2 1/2 et 3 1/2 (c.c. fermée), bien éclairé, asp. central, intercom, s. lavage, remise, stat. À partir de 240\$. 450 375-6495

**153 LOGIS À LOUER EN RÉGION**

3 1/2, 4 1/2 situés centre-ville de COWANSVILLE. Ascenseur, intercom, garage, pour semi-retraités ou retraités, pas d'animaux, bonnes références. Info: 450-775-5505

4 1/2, dans le vieux village, balcon, accès cours arrière, cabanon, déneigement, 1 stat., libre 1er juin, chauffé, éclairé, 775\$ ☎ 450-266-1031

5 1/2 situé au 1435 rue St-Paul à FARNHAM, libre imm., dans un triplex, 650\$/mois. 450-372-5188 ou 450-558-5188

A ST-CÉSaire, beau grand 5 1/2 sur 2 étages, dans quadruplex, avec pl. bois franc et céramique, 785\$/mois, libre 1er juillet. 819-452-0343

ANGE-GARDIEN : 4 1/2, 5 1/2, const. récente, grand balcon, 2 stat., endroit tranquille. Réf. demandées. Libres 1er juil. 450 888-1109

À Bromont, 4 1/2 moderne et rénové, 2 p-patio, vue sur la montagne, à partir de 575\$. Info : 450 522-1624

**153 LOGIS À LOUER EN RÉGION**

À Bromont, immeuble de luxe, ascenseur, 4 1/2 syle condo, A/C, walk-in, s. lavage, 2 stat., remise ext., à partir de 875\$. ☎ : 450 522-1624

À COWANSVILLE, beau grand 4 1/2 de luxe, libre 1er juillet, près de tous les services. Const. neuve, piscine et stat. intérieur. 1er MOIS GRATUIT. Info : 450 538-1875

À FARNHAM, centre-ville, 4 1/2- 5 1/2 neufs, poss. garage chauffé, pl. béton, insonorisation supérieure. À partir de 700\$. ☎ 514-968-9213

À ST-CÉSaire: 5 1/2 jumelé récent, au 1843 Denicourt, 895\$, céramique, flottant, 3 c.c., 2 s.bain, échang. d'air, A/C, asp. central, remise, pas d'animaux, libre 1er juillet. 450 469-4750

BROMONT (Adamsville), 187 ch. Adamsville, à 5 mi. du parc ind. Bromont, grand 4 1/2, 2e étage, pas d'animaux, 1er juillet, 600\$. 450 955-0511

**BROMONT**

3 1/2 et 4 1/2 à partir de 495\$, balcons avant/arrière, frais peint, plancher bois et céramique, secteur paisible et verdoyant. Chauffage / électricité locataire, thermostat électronique, insta. lave-vaisselle et laveuse-sécheuse. Piscine ext. À 5 min. de Ski Bromont et glissades d'eau, vue sur la montagne. Près du Métro, SAQ, Brunet, parc et piste cyclable. Jacques : 579-488-9079 ou 514 713-3663

**BROMONT**

Grand 4 1/2 à proximité de la montagne, terrain de golf et centres commerciaux. Incluant balcon, espace de rangement, asp. central, stat., à partir de 570\$/ms. 450-521-7632

CONSTRUCTION 2010, 5 1/2 haut de duplex, secteur tranquille, remise ext., libre 1er juin. 795\$ par mois. Info : 450-991-4426

COWANSVILLE, 1er juillet, grand 4 1/2 style condo, 3e. Aire ouverte, 2 portes-patios et galeries, foyer, bain tourbillon avec douche séparée, gr. locker, balayeuse centrale et lave-vaisselle. idéal pour retraité ou semi-retraité, 700\$ Réf. et enquête de crédit. 450 260-5189

**153 LOGIS À LOUER EN RÉGION**

COWANSVILLE, grand 4 1/2 constr. neuve, beau secteur tranquille, A/C, échangeur d'air, bal. centrale, cabanon, entrée privée, insonorisation supérieure. Prêt mai 2016. 450 293-4102.

COWANSVILLE, grand 4 1/2, bas de triplex, style condo, entrée et stat. privés. Réf. et enquête de crédit, libre 1er mai, 625\$/ms. 450 776-2093

Farnham, très beaux condos  
 6 1/2 (foyer, 3 c.c., pl. céramique) à 720\$;  
 4 1/2 (foyer, 2 c.c., pl. céramique) à 600\$;  
 Quartier résidentiel tranquille.  
 1062 et 1064, des Orchiidées. 514 265-2420

ROXTON-POND, beau grand 3 1/2, libre, 500\$/ms, non-fumeurs, pas d'animaux.  
 Info : 450 375-0622

SUTTON, 4 1/2 meublé, libre immédiatement, 600\$ / mois.  
 Info : Alain Laviolette : 514 258-4665

**VALCOURT**  
 2 1/2 et 3 1/2, à partir de 225\$/mois, artère principale. Info : 450 577-2230

**154 LOGIS À LOUER À GRANBY**

**#1 Impeccable! Grands 4 1/2 + 3 1/2**  
 Style condo. Comptoir lunch. Tranquillité et sécurité. Planchers neufs en flottant. Idéal pour retraités et personnes seules. Localisation de choix à proximité de tout. 275 Simonds S. & 51 Pinard. 450-956-1018

**1-Nouvelle const. Gestion Marc Breton**  
 Magnifiques condos haut de gamme, 4 1/2-5 1/2 à aire ouverte, style contemporain, sect. paisible du quartier du Plateau des Terres Miner 995\$/mois, libres 1er mai. 450 777-8908

**1 MOIS GRATUIT**  
 avec renouvellement de bail  
 3 1/2, 4 1/2 et 5 1/2, balcon et remise, libres imm. 163-167 boul. Fortin. Pas d'animaux. Réf. et enquête de crédit. 450 346-8555

**102 PROPRIÉTÉS À REVENUS**

Campagne, duplex tout rénové, près autoroute 10. Pour éval. mun. 185,000\$, s'autofinance. Info : 514 603-5847

**105 MAISONS MODULAIRES**

À BRIGHAM, à vendre ou à louer avec option d'achat. Maison récente de 56 x 16 pi. Info : 450 378-8248

**107 CONDOS À VENDRE**

VISITE LIBRE, LE DIMANCHE DE 13H À 15H, AU 381-102, RUE CABANA GRANBY, CONDO NEUF, GARAGE/ASCENSEUR, 450-521-4332

**109 CHALET À VENDRE**

MAGNIFIQUE CHALET 4 SAISONS, pouvant servir de résidence principale ou secondaire, située au Domaine des Érables, Lac Brome, accès au lac pour la pêche et bateau de plaisance, éval. mun. 93,500\$. 450-243-0505

**113 TERRAINS À VENDRE**

À 5 mi. de Cowansville et 15 mi. de Granby, terrain pour maison modulaire. Aussi maison modulaire neuve. Info : 450 378-8248

Estrie, grands terrains en montagne dans Domaine privé. Étangs, sentiers, paysages magnifiques 17 500\$ et plus, financement disponible par le vendeur 819-888-2314 www.domainedesappalaches.ca

GRANBY, terrains 32,500 pi.ca. environ, pas de service, rues Richmond et Rouyn, arrière Auto Hyundai; à partir de 2.25\$/pi.ca. 450-375-5433

GRANBY 450 777-2611  
 WATERLOO 450 539-4011

## 154 LOGIS À LOUER À GRANBY

101 GODUE, 1er JUIL., 4½ DANS UN 4 LOGIS, const. 2009, A/C, flottant, céramique, rangement int/ext., 2 stats. Info: 450 405-7622

**10 CÉDAR**, 2½, 3½ et 4½;  
**243 DENISON O**, 4½ et 5½;  
**244 DENISON O**, 3½, 4½, eau ch. chauffé;  
**251 DENISON O**, 4½;  
**476 DENISON**, 5½;  
**39 MOUNTAIN**, 3½ meublé, chauffé, éclairé.  
 TOUS LES LOGIS: PAS DANIMAUX.  
 Enquête de crédit  
 Visite sur rendez-vous: 450-372-6150

**1180 SIMONDS SUD, 262 CYR**, 5½  
 1er et 2e étage, 635\$. 1er juillet. Pas de chien.  
 Enquête de crédit. Info : 450 361-0350

**135 BARR - VUE LAC BOIVIN** 4½ tranquille, pl. flottant, balayeuse, remise, 1er juin ou juil. 450-991-2660, 450-372-5242

**155 BARR, SECTEUR LAC BOIVIN**  
 3½ à 460\$; 4½ à 610\$; 5½ à 700\$. Tous eau chaude incluse, libre 1er juillet. 450 378-9225

171, rue Toulouse, 4½, haut de duplex, avec chaise ascenseur, cour privée et remise. près de tous les services, non-fumeur, pas d'animaux. libre 1er juillet., 730\$ 450-777-6666

188 PRINCIPALE, grand 3½; et 4½ centre-ville, inst. lav.-séch., rénovés, pl. flottant. Pas de chien. Livres imm., de 395\$ à 440 \$.  
 Enquête de crédit. 450 779-8017

1er juillet, 4 ½, 308 Bouchard, 1er balcon, pl. de bois et céra., locker int., câble Télémax Plus inclus, petit animal accepté si pers. retraitée, immeuble et secteur tranquilles.  
 Enquête obligatoire. 622\$/mois, 450 522-7890.

1er juillet, grand 3½ au 320 Bouchard, pl. bois et cér., locker int., câble Télémax Plus inclus, petit animal accepté si pers. retraitée, demi sous-sol, trois grandes fenêtres, enquête oblig., 520\$/mois. Et un autre 3½ au 319 Bouchard à 500\$/mois. 450-522-7890

1er juin, 4½, 2e balcon, 320 rue Bouchard, pl. bois et cér., locker int., petit animal acceptés si pers. retraité, dans un 7 logis secteur tranquille, près des Galeries.  
 Enquête oblig., 605\$/mois, 450 522-7890.

1er mai, 2½ au 319 Bouchard, électricité incluse, semi-meublé, pl. flottant et cér., demi sous-sol, deux grandes fenêtres, petit animal accepté si personne retraitée.  
 Enquête oblig., 500\$/mois. Info.: 450-522-7890

**238 ST-HUBERT, BEAUX 4½**, 560\$, 3e étage, libre juillet, sect. hôpital, remise int. près services, pas d'animaux. Références. 450 777-5599

**289 DENISON EST, 4½** face au lac, vue panoramique, 3e étage, ascenseur, 1er juil. ou avant; **5½ LIBRE IMM.**, grandes piédes, bcp de rangement. Références. 450-777-5599

2½ ET 3½ RÉNOVÉS, près de tous les services, Immeuble tranquille. Livres immédiatement. Info: 450-623-0497

2½ SEMI-MEUBLÉ, grand, grandes fenêtres, très propre, libre 1er juil. 350\$/mois. 601 Cabana. 450-375-6278

**2 x 4½** boul. Fortin, livres imm., 6 logements, remise sur balcon, 2 stat., 525\$ et 540\$ /ms. **Aussi 4½**, rue Cyr à 560\$ / mois, libre imm. Enquête crédit, pas d'animaux. 514 622-5306

**2 X PETITS 4½** à 500\$ et 515\$/mois, dans 4 logis tranquille. 74 et 76 Foch. 450-359-0418 ou 514-867-0489

318 DE STRASBOURG, grand 5½, 1er mai, A/C, éch. d'air, remise ext., 2 stat. Idéal 50 ans et +, pas d'animaux, n-fumeurs. 450-361-8789

3½, 4½, 5½, dans plusieurs immeubles. Près des écoles et pistes cyclables. Disponible maintenant et juillet. Pas d'animaux. 450-522-1214.

**3½ à 440\$**  
 libre immédiatement  
 Boul. Fortin., 514 262-6124

**3½ libre imm. / 4½ juillet**  
 Planchers bois flottant, frais peint, rangement ext., poss. semi-meublé, service de buanderie dans imm., eau chaude incluse. Pas d'animaux. Enquête de crédit. AU 1140 SIMONDS SUD. 450 372-2944, 450 525-2944, 450 770-2063

3½, libre imm., 4½, juin, juillet.  
 Conciergerie / Tranquille / Sécuritaire.  
 Références. 450 578-0963 **placemasse.ca**

**3½, semi-meublé ou meublé, juillet, 500\$ 5½, 2e étage, planchers béton, juillet, 650\$ 4½, 575\$, r.d.c., 3e ét., ascenseur, imm. juil. 4½, demi s-sol, balcon, moderne, 640\$ 4½, 2e palier en haut, 2 balcons, juil., 635\$ 4½, r.d.c., 610\$ et 640\$, très grands, juillet 2 x 4½, 2e et 3e ét., ascenseur, 680\$ et 605\$ Info : 450 558-3141**

## 154 LOGIS À LOUER À GRANBY

440 Paul-Comtois. **GRAND 5½, BAS DUPLEX** S-sol, garage, près du Rona et des Galeries. Sect. tranquille. Pas de chien. Enquête crédit. 450 372-2944, 450 525-2944

4½, 482 Fournier, r.d.c., céramique + flottant, porte-patio, remise, stat. déneigé, pas d'animaux, enquête de prélocation, 1er juillet. 525\$/ms. ☎ 450 501-8434, 450-501-2795

47 Elgin, jumelé neuf 5½ sur 3 étages, 2 c.c., 2 s.b., remises int.+ext., n-fumeurs, pas d'animaux, idéal 50 ans+, 900\$/ms. 450-777-7726

4½ à 555\$, 3 étage; 5½ à 635\$, 2e et 3e étage, rue Pinard, juillet, Facile à chauffer. N-fum. Pas de chien, fibre optique. 450 775-0507

4½ à 565\$/mois, 207-A rue St-Viateur, au 2e étage, rénové, remise ext. Coin très tranquille. Pas d'animaux. Non-fumeurs. Libre 1er juin. 450-830-0358 ou 450-375-7000

4½, au 2e, rénové, rue Leroux, libre 1er mai, 4½, demi sous-sol, rue Bouchard, 1er juillet. Endroit tranquille. ☎ 450 521-0852

4½, Centre-ville, coin Pie 1X et Boivin, A/C centrale, foyer au gaz, bien éclairé, 735\$/mois, libre 1er mai. Références. Info : 450 777-9999

4½, Grand à 795\$, 3½, à 650\$ spacieux, secteur Lac Boivin  
 Rénové, accès piscine, concierge.  
 Immeuble tranquille, béton. Libre imm., pas de chien, enquête de crédit  
 Jean-Claude, 450 915-0566  
 www.appartementsgranby.com

4½ HAUTE QUALITÉ, rue Caron, livres juillet, 2 stat., pl. flottant, concierge sur place. Près parc incl., dépanneur et station service. Enquête de crédit. 630\$ à 670\$. 450-521-4701

**4½ idéal gens retraités**, style condo, 1er étage, intercom, rangement int., walk-in, îlot comptoir-lunch, 1 stat., Mai/juillet. 450 375-6495

**4½, juillet 326 MASSÉ**  
 Frais peint, pl. flottants, asp. cent., rangement. Poss. semi-meublé. Personnes tranquilles seulement. Pas de chien. Enquête de crédit. 450 372-2944, 450 525-2944, 450 375-0031

4½ libre imm., frais peint, rénové, près des Galeries, au 1er étage. 450-578-3791

4½ pour gens retraités, 2e, 3e ét., **près Galeries**, ensoleillé, pl. bois flot., balançoire, remises int/ext, stat. déneigé, 530\$. 450 375-6495

4½ pour les 50 ans et +, eau ch. fournie, situé Place de Touraine, endroit tranquille. Pas d'animaux. Pour visiter, 450-375-3441

**4½, près de tous les services.**  
 sect. tennis St-Luc, 345 Langlois, libre 1er juil. 560\$, très tranquille, références exigées.  
 ☎ 450-531-3311 / 450-375-3311

4½ **RABAIS**. Grand, 1er juillet, près Galeries et aréna, tranquille. Pl. flottant, frais peint, dans un 6 logis. Pas chien. 510\$. 450 372-7227

4½, rangement int., près Galeries et Hôpital. Libre 1er juillet ou avant. Frais rénové, 2 balcons, 2 stat., cabanon ext. 450 956-1279

4½ rénovés, imm. et 1er juillet, face piste cyclable, 515\$/ms. Idéal couple/personne seule. 360 Dorchester 450 375-4725, 450 521-6638

4½, RUE VIGER, QUADRUPLEX, LIBRE 580\$ / mois. Pas d'animaux. 450 375-3232

4½ style condo, **CONST. NEUVE**, libre 1er juillet, très ensoleillé, tranquille, sécuritaire, remise ext. À partir de 790\$ .450 775-3527

520\$, BEAU 4½, très propre, au 117 Centre, dans quadruplex, au 2e étage, près Cégep et services. Libre 1er juillet. Références et enquête crédit obligatoires. 450 360-4823.

567-573 Trépanier. 2 GRANDS 4½ avec sous-sol. 1 libre imm. et 1 juillet, 3 pl. stat. chacun, remise 5x10. PAS DANIMAUX. 450 522-4412

5½, au 2e libre mai, 3e étage, libre imm./juillet **PRÈS DES GALERIES ET RONA**  
 Rénovés. Paroisse St-Luc, bcp d'espace vert. Grande fenestration, intercom, tranquille, concierge sur place, pas de chien.  
 Enquête de prélocation.  
 450-378-0366, 450 521-4565, 450 521-8052

5½ dans siplex récent, s. bains avec douche séparée, pl. béton insonorisé, garage sous-terrain, 269 de Provence, 795/ms, 1er, 2e et 3e étages disponibles, 1er juillet. 450 770-0887

5½ DANS UN BAS, 235 rue Cowie. Pas d'animaux, local au s-sol et remise. 625\$/mois. Libre 1er juillet. Réf. demandées. 450-546-2343

5½ haut de duplex, ensoleillé, 3 c.c., bois franc, corde à linge, 2 stat., accès cour. pers. tranquilles, libre 635\$ ☎ 450-775-5800

## 154 LOGIS À LOUER À GRANBY

5½ RÉNOVÉ, BAS DUPLEX, 2 c.c., 1 s. lavage, près des écoles Ste-Marie & St-Eugène, accès au terrain. 2 espaces stat., entreposage au sous-sol, libre imm. 695\$/ms. 450-361-2405

5½ sur 2 étages, haut de duplex, Centre-Ville près école et Maxi, poss. d'animaux sous condition, pour personne tranquille, libre 1er juillet, 675\$ / mois. Références. 450 777-2942

6½ SUR 2 ÉTAGES, 10 CAIRNS, secteur Mountain, maison ancestrale, non-fumeurs, pas d'animaux, véranda, grande cour, 2 stat., 995\$, libre 1er juillet ou avant. 450-525-1709

AAA à voir, gr. 4½ et 3½, (siplex), 1er, 2e étage, pl. béton, chauff. mini., remise int+ext., 2 stats., prise auto, près parc. ind. 450-375-7735

Au 174 rue Bourgeois, 4½, chauffé, eau chaude fournie, locker int., libre 1er juillet, 600\$, 450-522-0506 ou 450-522-3061.

### ★ AVEC ASCENSEUR ★

**3½ : 520\$, 4½ : 575\$, 5½ : 640\$**

Libres imm. et 1er juillet, grands logements avec comptoir-lunch, rangement intérieur, tout rénovés, grand balcon, bien insonorisés, bien éclairés, planchers flottants.

### FAUT VOIR! 450 378-3193

**BAIES DE LA RIVE**  
 3½, 4½, 45 ans et +, ascenseur, piscine, spa, rangement vélos, près piste cyclable.  
**Lise 450-775-3999 Francine 450 991-2126**

**BEAU 4½ (6 logis)**, 1er plancher, propre, fenestration récente, sécuritaire, tranquille, 575\$/ms, 2 stat., remises int. et ext. Idéal pour personne à mobilité réduite. Réf. exigées.  
 1er juillet. 450 278-8550 ou 450 798-2120

BEAU 5½, 4plex, vaste, propre, tranquille, idéal retraités, pl. flottant + céram., douche + bain séparé, 800\$/mois, 1er juillet. 450-372-3525.

Beau grand logement 4½, secteur lac Boivin, près piste cyclable, services, aut. 10. Endroit paisible et sécuritaire, 450 522-1624

### COOPÉRATIVE D'HABITATION LA VOLIÈRE DE GRANBY

Personnes responsables recherchées. Un milieu de vie où les membres assument eux-mêmes l'entretien et la gestion de leurs immeubles. À louer **grand 5½, 3e étage, non-chauffé, rue Cyr, 539\$ (prix membre)**, disponible 1er juin ou 1er juillet. **Tél. : 450 777-3266**

★ **FAUBOURG CHAMPÊTRE** ★  
 Logements pour retraités actifs  
 Site enchanteur et ambiance chaleureuse  
**Disponibles maintenant 3½ et 4½**  
 Modèles variés, climatisés, meublés au besoin

Ascenseurs, aucun tapis, grande porte-patio, stationnements int./ext., piscine intérieure à l'eau salée, salon de coiffure et massothérapie, bibliothèque, billard, salles d'activités, potager, terrains de pétanque, etc. Face à la piste cyclable et près des services  
 Non-fumeurs, pas d'animaux  
 Crédit d'impôt pour 70 ans et +  
 310, rue Denison Ouest à Granby  
**Rendez-vous seulement 450-375-9703**

**GESTION A. GODBOUT**  
 vous offre des logements dans secteurs de choix, Lac Boivin et Galeries de Granby. Appartements très bien entretenus, sécuritaires avec concierge sur place. 2½ à 5½. Enquête de crédit. Pas de chien  
 Visite virtuelle et plans des logements au **www.appartementsgranby.com**  
 450 915-0566

**GESTION IMMOBILIÈRE IMMO-PRO**  
 plusieurs logis disponibles de 1½ à 4½. Références demandées. Nancy 450-361-1211

**GRAND 3½**, pl. flottant, demi s-sol lumineux, corde à linge, 435\$/ms eau ch. incl. Vérif. crédit, pas de chien, libre imm. 450 577-6787

**GRAND 4½**, 720\$/mois, 1,200 pi.ca., libre 1er juin, rez-de-chaussée, grand walk-in, stat. Références demandées. Info : 450 531-4114

GRAND 4½ haut duplex, 1200 pi.ca., s. à manger séparée, sect. Galeries, 449, Ménard, 830\$/ms, libre juin ou juillet. 450-378-3460

Grand 4½ neuf, style contemporain, rue des Montérégiennes, s. lavage, asp.cent., remise, près écoles et services, 1er juillet ou avant. À partir de 800\$. 450 770-1236;450 522-3113

✓ **GRAND 4½ SECTEUR ÉCOLE EUREKA**, rue Trépanier, tranquille, superficie 1200pi2, grand rangement au s-sol, A/C, balcon 12x7, à partir de 800\$, libre juillet. Chien interdit.

✓ **GRAND 4½ RUE QUÉVILLON**, emplacement de choix, A/C, rangement int. et ext., balcon 12x14, à partir de 970\$/mois, libre juin/juillet. Promo pour demi-s-sol de 1 mois gratuit. Chien interdit. Info : 450.830.0246

## 154 LOGIS À LOUER À GRANBY

GRAND 5½ haut de duplex, secteur recherché, gens tranquilles, retraités ou semi-retraités, non-fumeurs, pas de chien, libre 1er juil. 650\$/mois. Info: 450-378-4493

GRAND 6½, bas de duplex, rue St-Patrick, tout rénové, avec s-sol et locker pour rangement, 735\$/mois, libre 1er juillet. 450 775-5995

### Grand 6½ sur 2 étages

Secteur Montplaisant, 1er juillet ou avant 935\$, A/C, 2 s. de bains, 2 stat. 450 777-7064

Grand haut de duplex 5½ secteur paisible, près de tout, pl. céramique et flottant, gr. pces, déneigement inclus. 790\$/m. 1er juil. 450 770-1521

GRANDS 4½, très propres, livres imm. et jusqu'au 1er juillet, 545\$ à 570\$/ms, 151 Le-roux, 759 Bussières., 2/3e étage. 450 776-2648

**HAUT DE DUPLEX 5½**, au 189 Dufferin, libre 1er juillet, 795\$/mois chauffé. AUSSI **BAS DE DUPLEX 5½**, + sous-sol pleine grandeur, ½ fini, 352 Laurier, secteur résidentiel, libre 1er juillet, 895\$/mois. 450-776-0562

Idéal pour retraités, grand 4½, 2e étage, rue de Strasbourg, A/C, balayeuse centrale, 2 stat., pas d'animaux, 765\$/mois. 450-375-1243

Imm. Grand **4½** avec garage chauffé, sect. H-ville, 344 DOZOIS, foyer, toit cath., puits de lumière, ensoleillé, 3e ét., 810\$. **3½**, grande s. bains, tranquille, propre, 355 Dozois, 570\$. **1er juillet, LOFT**, (1 c.c.), 314 Dozois, b. franc, très design, 645\$. **4½**, gr. pièces, 3e ét., foyer, toit cath., bain tourb. + douche, 760\$. **5½**, (2c.c. + bureau), 1er ét., 760\$. **5½**, (3c.c.), r.d.c., bain tourb. + douche, 275 Dozois, 805\$.  
 Info : 450 770-1263, 450 777-0244

**NOUVEAU**  
 8½ sur 2 étages, 4 c.c. 2 s.d.b. complètes, accès terrain, chauffé, éclairé, eau ch. incluse, 1er juillet, 1200\$/ms. 450 578-3924

Très grand 4½ excellent état, haut de duplex, pl. bois franc ds c.c.+salon, non-fumeurs, chat accepté, entrée lav.-séch+lav-vaiss. Près centre-ville, 2 stat., 630\$, libre 1er juil. 450-405-8340

## 157 MAISONS À LOUER EN RÉGION

**ANGE-GARDIEN: MAISON DE VILLE** 7½, bain thérapeutique, 3 étages, s-sol avec entrée indépendante. 450-469-2374 ou 450-521-6961

À SHEFFORD, maison mobile 4½, beau grand terrain privé, vue sur la montagne, 600\$/mois, libre 1er juillet. 450-501-0851

Maison mobile à St-Joachim de Shefford, 2 c.c., chauffage au bois et électrique. Endroit calme dans la nature. Idéal pour personnes retraitées. 550\$/ms, libre imm. 450 539-2248

Marieville, maison de ville 6-1/2 avec 3 c.c. dont une au sous sol, aucun animal, idéal semi-retraité ou retraité. 900\$/mois, non chauffé, non éclairé. Stationnement motorisé. Libre imm. 514-821-8983

SHEFFORD, maison neuve, grand 4½ pour personne tranquille. Libre 1er Juillet., située au 316, 3e Avenue, à 900\$/mois. 450-501-0851

**WATERLOO** à louer, lumineuse maison de ville, bel espace de vie intérieur/extérieur. Agréable environnement aux arômes de campagne. Libre juillet. À voir! 514 570-4128

## 158 MAISONS À LOUER À GRANBY

Jumelé situé au 563 Du Rubanier, 7½ 2 c.c. + 1 c.c., fini sur 3 étages. Impeccable! 950\$/mois, libre 1er juillet. Beau secteur. 450 522-2176 ou 450-522-9044

## 160 CHAMBRES À LOUER

À Granby, belle grande chambre avec salle de bain privée, fraîchement rénovée; ET Également plus petite à meilleur marché. Réservez tôt ! 514-444-6146.

CHAMBRE PRIVÉE POUR HOMME, avec repas, câble, Internet, stat., etc. À partir de 80\$ / semaine. 450-577-2230.

Près des Galeries, avec beaucoup d'inclus, 105\$ par semaine. Références demandées. Info : 450 375-4192.

**PRÈS DES SERVICES**, endroit calme, chaleureux, stat., cuisine complète, lav.-séch., câble, Internet et produits de base inclus. Libre imm., 107\$/sem. Calme assuré. Non-fumeurs. Réf. demandées. Denis 450 777-3666

## 162 CONDOMINIUMS À LOUER

**LOFTS DU COUVENT**  
 4 condos 3½, Centre-ville, finition haut-de-gamme, libres le 1er juillet ou avant, A/C.  
 À partir de 795\$ / mois. Info : 450 775-9914

## 163 CHALET À LOUER

Lac Mégantic, Piopolis, bord de l'eau, plage privée, logis du bas 4½ tout inclus, à louer au jour ou à la sem. Site exceptionnel, paix, tranquillité, pédalo, kayak, chaloupe. 819-583-3681

## 164 BUREAUX À LOUER

2 BUREAUX À LOUER 400\$/mois pour les 2, chauffés, éclairés, rue dufferin à Granby. 450 777-7565, cell 450 360-9550

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

## 165 COMMERCES À LOUER

**MAGASINS ET BUREAUX À LOUER.**  
 Situés au centre-ville, rue Principale, Granby. 1,000 pi. ca. à 2,000 pi. ca. Info: 514-571-9239

## 166 LOCAUX À LOUER

393 BOIVIN, LOCAL 1,200 pi. ca. chauffé, grande vitrine à l'avant, taxes municipales incluses. Poss. d'installation d'une enseigne lumineuse. 875\$ / mois avec possibilité d'une + grande superficie avec bureau et garage (525\$ de plus / mois). ☎ **450 378-2117**

Bureaux pour professionnel de la santé avec ou sans service de secrétariat, espace disponible, peut être aménagé de 651 à 2,289 pi.ca., au rez-de-chaussée, à l'angle des rues St-Charles /St-Jacques. 450-372-6511

Bureaux très biens situés. Espace de bureau disponible, peut être aménagé de 651 à 2,289 pi.ca., au rez-de-chaussée, et à l'étage de 1014pi.ca., à l'angle des rues St-Charles /St-Jacques. 450-372-6511

Centre-ville de Granby. À louer et à vendre. 190 Principale, 3,800 pi.ca., ameublement inclus pour la vente au détail ou pour restauration, poss. de terrasse. Serge : 450 779-8017

**LOCAL COMMERCIAL INDUSTRIEL**  
 rue St-Charles, idéal pour PME 1000 à 10,000 pi.ca., à partir de 3\$/pi.ca. 450-375-7175

## 167 ENTREPOTS GARAGES À LOUER

6, St-Antoine Sud, Granby. GARAGE 10 x 20 Pour entreposage, 80\$ / mois, libre 1er mai. Info : 450 522-5934 ou 450 372-3064

Mini-entrepôt 10' X 20' à 85 \$ / mois. Transport **GRATUIT** à l'entrée. 450-266-4444 www.entreposagebr

**205 SERVICES FINANCIERS**

A bout de souffle? Vous êtes harcelés par vos créanciers? Trop de dettes? Nous avons 34 centres pour vous servir. Faites-nous confiance. MNP Ltée Syndic de faillite accrédité par le gouvernement 514-839-8004

**256 VENTES DE GARAGE À GRANBY**

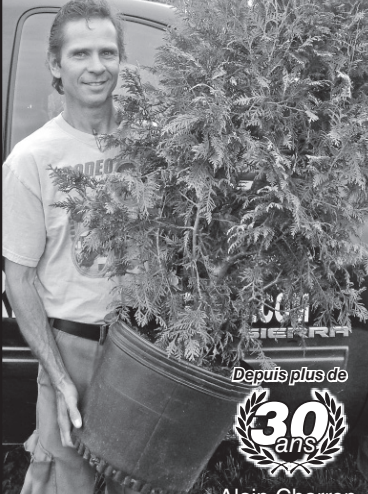
MÉGA VENTE DE GARAGE + de 30 familles, le samedi 30 AVRIL, 8h à 14h ECOLE EURÉKA. Hot-dog, pop corn et plus encore. Maquillage. Location de tables: 25\$ ou pour tout don. ☎ 450-372-9079

**257 DEMANDE À ACHETER**

**ACHÈTERAIS ANTIQUITÉS**  
Meubles, vaisselle, armoires en pin, tableaux, sculptures, Juke Box, machines à Coke, etc. Achat & vente. Antiquités Gaston Chamberland 450-295-1190 ou 450-295-1490

**301 DIVERS ARTICLES**

**Cèdres 1 à 16 pi à partir de 2,95\$**  
Production - Vente - Livraison



Depuis plus de **30 ans**  
Alain Charron  
**450 531-5554**  
www.cedresalaincharron.com

Causeuse cuir et tissu renversible, très propre. Coffre de pêche tout équipé, plusieurs articles de pêche, etc. Très bons prix. 450-777-7027

**CÈDRES POUR HAIE**  
SPÉCIAL. Toutes grandeurs disponibles. Possibilité de plantation. Service de tonte de gazon et différents travaux 450 375-0622

Poêle, frigo, laveuse et sècheuse, set de cuisine avec petit bahut, berceuse en bois. Info : 450-375-8721

**PRODUCTEUR DE CÈDRES**  
Cèdres cultivés très fournis, directement du producteur, de 3 à 7 pieds, excellente qualité, possibilité de livraison et plantation. Nicolas Bienvenue 450-531-1268

**RAMASSONS PRESQUE TOUT.** Vêtements, app. ménagers en marche ou non, vieille ferraille. Allons chercher gratuitement, Granby et environs. 7 jrs/sem. **450-877-0508** Granby

**RECYCLAGE MÉTAUX DENIS**  
Attention! Je vous débarrasse de vos électroménagers, réservoir à eau chaude, piscine, fils électriques, autos, batteries et tout genre de métaux que vous ne voulez plus. 7 jours / 7. Vente de MEUBLES et d'électroménagers. Denis: 450-991-2060, cell: 450-777-8564

**RÉFRIGÉRATEURS, poêles, laveuses, sècheuses, congélateurs.** Avec bonne garantie. Aussi meubles usagés et antiques. Entreprise J. Pontbriand, 450-372-2450

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

**SIROP D'ÉRABLE - RÉCOLTE 2016**  
Directement du producteur  
Clair ou médium au choix. 35\$/gallon.  
Situé 1er rang ouest, St-Joachim-de-Shefford  
**450-539-3542**

**301 DIVERS ARTICLES**

**SIROP D'ÉRABLE RÉCOLTE 2016**  
35\$ le gallon aussi  
Beurre, Cornets et Tire.  
Érabièrre A. Mar-Ly.  
450-372-7565 ou 450-548-2304

**TOIT:** Votre toit en bardeaux d'asphalte est à refaire? Appelez les meilleurs! Travail honnête/conscientieux, fait en famille. R.B.Q. 8293-1155-04 + assurance. **COUVREURS DE PÈRE EN FILS INC.** 450-539-3919 ou 450-779-2852

**307 PNEUS**

**POSE ET BALANCEMENT DE PNEUS D'ÉTÉ.** Bon choix de seconds de 13" à 18" Info : 450 776-6798 Merci de votre attention !

**308 ÉQUIPEMENT DE FERME**



**Tracteur Ferguson 1955,** 4 cyl., au gaz, entièrement refait à neuf, chaîne à glace, 3 points, tout fonctionne. Prix : 2995\$ avec licence. St-Valérien : 450 330-2894, cell : 450 330-2434

**316 MATÉRIAUX DE CONSTRUCTION**

**LIQUIDATION D'ARMOIRES**  
En stock + de 200 modules réusinés. Payer & emporter. 450-266-4444

**317 HORTICULTURE**

**EN VRAC OU SAC**

**TERRE & COMPOST granby**

- PAILLIS de cèdre
- TERREAU **savaria**
- PIERRE concassée
- TOURBE (gazon cultivé) **Manderley**

Livré ou chargé sur place  
45 Gatineau, Granby  
**450 770-0188 • 450 372-6809**

Paillis, terre, compost, pierres décoratives, dalles, etc. **LIVRAISON GRATUITE.** Granby: 450 770-0777 Bromont: 450 534-3235 www.eco-logic.ca

**★ TERRE NOIRE ★**  
**TERRE À PARTERRE ET/OU À JARDIN DE TRÈS BONNE QUALITÉ**  
Livrée en petite et grande quantité.  
Inf.: Lacoste Paysagiste Inc., 450-378-3444

**351 MESSAGES PERSONNELS**

**★ A1 ROMANCE ENR ★**  
Service d'accompagnement  
Reçoit & se déplace. 7/7 -24/24.  
**450-405-4902**

**Abonnez-vous... 450 375-4555**



**401 SCIENCES OCCULTES**

1 premier pas vers le Bonheur! Médium Québec réunit pour vous les meilleurs voyant(e)s du Québec, dont Louise Haley la célèbre Mme Minou, Alain Bénazra... Écoutez-les au 1-800-332-1036 et choisissez votre conseiller(e) personnel(le). Depuis votre cellulaire faites le #(carré)4051 Pour les voir et mieux les connaître: www.MediumQuebec.com

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)

**Dominique**  
Grande voyante française à Granby  
Don de voyance - Tarot de Marseille  
Rendez-vous, 450-204-5326

**403 SERVICES OFFERTS**

**ABATTAGE, TAILLE D'ARBRES TAILLE DE HAIES DE CÈDRES PAVÉS UNIS, PEINTURE ETC SERVICES DE NACELLE**  
**450 777-7565 OU CELL. 450 360-9550**

À CONSERVER! Menuisier, 32 ans d'exp. Ferait rénovations : sous-sol, salle de bains, garages, patios, fenêtres, moulures, etc... RBQ 8307-5937-54 ---- Roger, 450 378-6359

**ARBRES "LE PETIT ÉCUREUIL"** Service déboisement, abattage, élagage d'arbres. Es-souchage, arrachage ou taille de haie de cèdre, Ass.-resp. 450-558-3737, 450-230-7672

**ECONO RÉNO** - Tout pour vos travaux de rénovation, de la fondation au toit. Travail de qualité sans se ruiner. RBQ : 5636-8913. Serge au **450-521-1475**

**Entrepreneur en rénovation** pour vos travaux int. & ext.: cuisine, portes d'armoire, s. de bains, s-sol. Lic. RBQ. Denis Côté 450-775-3087

**INSTALLATION PLANCHER FLOTTANT, PRÉLART OU TUILE.**  
Jean-Pierre au 450 378-9719 /450 260-5803

Les Services d'Entretien E.B. enr. Coupe de haies, abattage d'arbres et déboisement, pose de tourbe, tonte de gazon, entretien paysager. Estimation gratuite. Éric, 450-775-5353 ou 450-994-2571

Peinture avec Service Complet ! Construction neuve ou Auto-Construction - Préparation - Réparation - Etc... Bienvenue à tous !!! 450-375-1446 - Philippe -

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

**SERVICE DE TONTE DE GAZON & DIFFÉRENTS TRAVAUX.** 450 375-0622

**★ SPÉCIALISTE EN SABLAGE ★**  
• Sablage et réparation de plancher en tout genre. • Vernis sans odeur. Estimation gratuite. Travail garanti.  
**René, 450 531-1392**

**TAILLAGE GRANBY**  
Spécialités : Plantation et taille de haies cèdre.  
★ Service d'abattage ★ élagage ★ essouchage ★ déchiquetage de branches. Soumission gratuite. Assurance complète. Notre site web : www.taillagegranby.com  
Olivier Allard, **450-775-0257 ou 450-372-4837**

**TOITURE**  
BARDEAUX D'ASPHALTE  
MEMBRANE ÉLASTOMÈRE  
RÉPARATION  
**Ouvrage garanti**  
**Meilleurs prix en ville**  
**Toitures M.J. 450-330-0558**  
R.B.Q. 5628-5968-01

**TONTE DE GAZON, MINI EXCAVATION**  
terrassement, drainage, trottoir béton, travaux de tous genres. Jonathan, 450-522-1040

**Tonte de gazon**  
Taille de haies, émondage, élagage, abattage d'arbres. Estimation gratuite. Exploitation D.F. Daniel 450-375-3518 / 450-521-2425

**403 SERVICES OFFERTS**

**TRANSPORT ET DÉMÉNAGEMENT**  
Prix spéciaux pour petits déménagements. LOCAL OU LONGUE DISTANCE  
À l'heure ou à forfait. Ass.-responsabilité.  
**450 777-7565, cell 450 360-9550**

**404 COURS**

**COURS D'ESPAGNOL**  
Privés et de groupe (max. 6 pers.) Inscriptions dès maintenant. Session débutant le 9 mai 2016. Info: École d'Espagnol Adaluz enr. **450-777-3834 --- www.espagmoladaluza.ca**

**406 SERVICES D'IMPÔT**

**Comptabilité IMPÔT**

T.E.D. transmission électronique  
Remboursement environ 2 semaines

**31 ANS D'EXPÉRIENCE**

- Particulier
- À votre compte
- Comptabilité (PME)

**Comptabilité/Impôt Françoise Cadorette**

158, rue Cartier, Granby **450 777-3844** Sur rendez-vous

**IMPOT PROULX**  
Particulier / Travailleur Autonome  
Revenu Locatif / Décès / Faillite  
Comptabilité / Tenue de livre  
TED / ImpôtNet  
450 266-4950 / impot.proulx@gmail.com

**408 SANTÉ**

**CANADA BENEFIT GROUP** - Vous ou quelqu'un que vous connaissez souffre d'un handicap? Obtenez jusqu'à 40,000\$ du gouvernement du Canada. Appelez sans frais au 1-888-511-2250 ou visitez-nous au www.canadabenefit.ca/fr/evaluation/

**411 AMITIÉS RENCONTRES**

CONTACTS directs et rencontres sur le service # 1 au Québec! Conversations discrètes, rencontres inattendues, les plus jolies filles vous attendent pour des aventures inoubliables. 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+)

**413 ÉVÈNEMENTS / ACTIVITÉS**

**SAMEDI LE 30 AVRIL à 19 h30**  
Souper rencontre, menu poitrine de poulet, coût 20\$, soirée seule dès 20h : 10\$, Musique avec René Desmarais  
Au Domaine familial,  
450 chemin Grande Ligne, St-Paul  
Info : ☎ 450 378-8844

**451 PERSONNEL DEMANDÉ**

**Camping Domaine Tournesol** recherche des **SAUVETEURS.** Heures garanties. Doit posséder sa licence de sauveteur national. Info : 450 263-9515

Centre de rénovation à St-Césaire recherche **COMMIS-VEVEUR(SE)** avec expérience aux matériaux de construction. Temps plein. Sur rendez-vous seulement : Contactez Yves : 450 469-3137

**451 PERSONNEL DEMANDÉ**

**CHAUFFEUR DE CAMION**  
classe 1, expérience: 2 ans minimum, et expérience sur pompeur. Maxime Marquis Enr., à St-Dominique. 450-278-8689

CHERCHE préposée avec expérience auprès des déficients intellectuels, une fin de semaine sur deux. Doit demeurer sur place pour le week-end. 450-775-7404 ou 450-558-2790

**COIFFEUSES DEMANDÉES**  
à temps plein et partiel  
Dynamiques, sociables et avec entregent. Cell.: 450 522-7886 ou 450 830-1974

**406 SERVICES D'IMPÔT**

**451 PERSONNEL DEMANDÉ**

**SERVICES DE PERFECTIONNEMENT 3000** À votre service depuis 16 ans

**85% TAUX de placement en emploi**

**CHERCHEURS D'EMPLOI**  
BESOIN D'ACTUALISATION ?

**BUREAUTIQUE COMPTABILITÉ SERVICE À LA CLIENTÈLE**

Cours offerts :  
■ Windows 8.1, 10, Office 2013, Acomba  
■ Simulation de travail de bureau  
■ Coaching recherche d'emploi

**35 heures/semaine**  
**Jusqu'à 15 semaines**  
Nouvelle session disponible tous les mois

**Pour info : info@sp3000.org**  
**450 372-0005**  
50 Dufferin, Granby

Programme financé par **Emploi Québec**

**COMMIS-CAISSIER(IÈRE)**  
pour ULTRAMAR à Waterloo, avec expérience (un atout). 2 postes temps plein/temps partiel. Disponible jour, soir et week-end . 450 776-4509

**EMPLOYÉ(E) DYNAMIQUE RECHERCHÉ(E)**  
Bon(ne) vendeur(se), beaucoup d'entregent, facilité à communiquer avec le public, connaissance des thés et tisanes. Info : 450-539-1402 ou courriel : kibou@kibouthe.com

**Entreprises J.Provost inc.**  
RECHERCHE **Journaliers** en aménagement paysager et tonte de pelouse.  
-Doit être en bonne forme physique.  
-Doit posséder un permis de conduire Classe 5. Envoyé votre cv par courriel à info@monpaysagement.com

**451** PERSONNEL DEMANDÉ

**GROUPE**  
**GUY ST-LOUIS**  
COWANSVILLE

TOYOTA MAZDA NISSAN  
HERSU

Nous embauchons

**RÉCEPTIONNISTE - SOIR**  
Poste ouvert aux étudiants  
Poste saisonnier  
1<sup>er</sup> mai au 24 juin du lundi au vendredi de 18 h à 21 h  
27 juin au 2 septembre : du lundi au jeudi de 18 h à 21 h

Dans le cadre de vos fonctions, vous serez chargé des communications téléphoniques des trois concessions

**Qualifications et habiletés**

- Bilingue (français et anglais)
- Capacité à utiliser un système téléphonique à plusieurs lignes
- Minimum d'un an d'expérience dans un poste similaire

**Courriel : ddesourdy@cowansville.toyota.ca**  
**Télécopieur : 450 263-9379**

**451** PERSONNEL DEMANDÉ

**LAC BROME, TERRAIN DE CAMPING** recherche **UNIVERSITAIRE** pour l'accueil L'anglais un atout, disponible de mai à début septembre 2016. Aussi **SAUVETEUR(E)** pour la piscine, à partir du 24 juin. Secteur Foster : 450 242-8888

**Préposé(e)s aux bénéficiaires** à temps plein ou partiel, de nuit dans une résidence pour déficience intellectuelle, soit à Farnham ou à Bedford. Et nous offrons la formation. ☎ 514 265-2420

**PRÉPOSÉ(E)S AUX BÉNÉFICIAIRES** Pour résidence de personnes âgées (9) semi-autonomes, travail de nuit et de jour, avec ou sans exp. 450 558-6912 ou 450 994-0654

**SERVEUR(SE) DEMANDÉ(E)** Poste à temps partiel: sam. et dim. 450-578-5756 ou auxdelicesdedomdya@hotmail.com

**451** PERSONNEL DEMANDÉ

**ACHETEZ VOTRE VÉHICULE** AUCUNE ENQUÊTE DE CRÉDIT PERMIS VALIDE LIVRAISON POSSIBLE LE MÊME JOUR RECHERCHE DE VÉHICULES, IMPORTATION U.S. TRANSCO 2000 LTÉE ☎ 450 446-2800

**ACHETEZ VOTRE VÉHICULE.** AUCUNE ENQUÊTE DE CRÉDIT. PERMIS VALIDE. LIVRAISON POSSIBLE LE MÊME JOUR. RECHERCHE DE VÉHICULE, IMPORTATION U.S. Transco 450-446-2800

**ACHETONS AUTOS** en bonne ou mauvaise condition. Payons meilleur prix. Info: 450-777-9055.

**ATTENTION! ATTENTION!** Besoin d'une auto. Problème de crédit? C'est fini. Aucun cas refusé. Financement sur place. Voiture, camion, van, 2002 à 2011 Robert Cloutier Autos 450-446-5250 ou 514-830-0098 1-888-446-5250 www.robertcloutierautos.com

**AUTOS, CAMIONS, 4X4,** financement maison Aucun cas refusé, 2009 à 2016 **FINANCEMENT BRISSON, 1-866-566-7081** www.financementbrisson.com

À voir auto, camion, 4x4. Financement maison aucun cas refusé. Voitures 2009 à 2014, léger dépôt, aucun endosseur. 1-866-566-7081 www.financementbrisson.com

**454** CAMELOTS DEMANDÉS

**501** **AUTOMOBILES**

**ACHETONS AUTOS** en bonne ou mauvaise condition. Payons meilleur prix. Info: 450-777-9055.

**ATTENTION! ATTENTION!** Besoin d'une auto. Problème de crédit? C'est fini. Aucun cas refusé. Financement sur place. Voiture, camion, van, 2002 à 2011 Robert Cloutier Autos 450-446-5250 ou 514-830-0098 1-888-446-5250 www.robertcloutierautos.com

**AUTOS, CAMIONS, 4X4,** financement maison Aucun cas refusé, 2009 à 2016 **FINANCEMENT BRISSON, 1-866-566-7081** www.financementbrisson.com

À voir auto, camion, 4x4. Financement maison aucun cas refusé. Voitures 2009 à 2014, léger dépôt, aucun endosseur. 1-866-566-7081 www.financementbrisson.com

LA FONDATION  
**AUDIAPASON**  
SOINS PALLIATIFS

**Don In Memoriam**  
Pour honorer la mémoire d'un être cher

450 534-2002 • www.audiapason.org  
50, rue du Diapason, Bromont

**FINITION DE BÉTON E.P.R. INC.** recherche **CIMENTIER** avec carte CCQ (Résidentiel-Commercial) ou sans carte (Agricole) Pour la finition de béton **Fax: 450-460-8879** **Courriel: epr.inc@hotmail.fr**

**INFIRMIER(E) AUXILIARE**

- Détenir un DEP en Santé. Assistance et soins infirmiers;
- Être membre actif de l'OIIAQ;
- Capacité de communication orale et écrite en Français et Anglais;
- Poste à temps plein de soir ainsi qu'un poste à temps plein de nuit;
- Salaire concurrentiel;
- Allocation d'uniforme.

Télécopiez CV au 450 243-6465 ou envoyez par courriel à : reception@maisonknowltonhouse.com Déposez votre CV en résidence au 401, ch. Knowlton, Knowlton, Qc J0E 1V0 Info : 450 242-1621

**TRANSPORT PIERRE MÉNARD** recherche **CHAUFFEUR CLASSE 1 USA**

Flat bed. Sans dossier judiciaire. 0.40c du mille + drup, pick up Envoyez CV par fax au 450 305-1037 Tél.: 450 531-7724 courriel: trpierrementard@hotmail.com

**502** **FOURGONNETTES**

GMC Savana allongé 2013, réfrigéré système ATC, 75,000km, V8, 6 litres, essence, mécanique A1, 32,000\$ 450-577-5835

**INFOGRAPHE**

Magasin de détail, 30h/semaine, connaissance et maîtrise de Photoshop obligatoire. Envoyer cv : photo@granbyphoto.com

**LA RÉCOLTE DES CANTONS** recherche du personnel pour accueillir nos clients, préparer des commandes, et opérer une caisse enregistreuse. (secteur Adamsville). Nous joindre au 450-263-2316

**VERTURE** est à la recherche de **préposés à l'épandage.** Doit posséder permis de conduire valide. Bonne forme physique. Bienvenue aux pré-retraités et retraités ! Salaire: 13 \$ / h + bonus. Inf. Fred au 450 803-0069

**leucan**

**compte sur moi**

Faites une différence pour les enfants

**leucan.qc.ca**  
1 800 361-9643

415441

Mini trait d'union www.traitedunion.ca **RETROUVEZ TOUTES LES ANNONCES DANS L'ÉDITION DU SAMEDI!**

**RÉPONDEZ AUX ANNONCES**  
**1-900-789-8032\***  
**#7979\*** BELL, ROGERS/FIDO TELUS, VIDEOTRON

**ANNONCEZ-VOUS GRATUITEMENT**  
**450-776-1555**  
ENREGISTREZ VOTRE ANNONCE DÉTAILLÉE OU ÉCOUTEZ LES AUTRES MEMBRES TOUT À FAIT GRATUITEMENT



**FEMME CHERCHE HOMME**

**DÉBORDANTE DE JOIE DE VIVRE!** Shefford, femme de 67 ans, 5'2", 140 lb, aime marche, cocooning, resto, danse et vélo, souhaite connaître bon vivant, n-fum, avec qui partager divers loisirs. **392783**

**COMME DE VRAIS AMOUREUX!** Sincère Granbyenne de 61 ans, fidèle, a grand cœur rempli d'amour à offrir, aime marche, resto, caries, films et soirées intimes à la maison, désire H 61-64 ans, pour but sérieux. **394473**

**SI COMME LISETTE, TU CROIS ENCORE EN L'AMOUR,** Ange-Gardien, 65 ans, 5'9", 160 lb, n-fum, aime marche, cinéma, spectacles, voyages, cherche à rencontrer H, propre, honnête, sérieux et aimant la vie. **713369**

**ÊTRE BIEN DANS SA TÊTE ET DANS SA PEAU,** Granbyenne de 53 ans, 5'2", 118 lb, n-fum, cherche à connaître H, aimant jaser, marcher et faire diverses activités, avec qui poursuivre but sérieux. **394216**

**LE TEMPS EST LONG SANS TOI...** Dame de 65 ans, 5'1", poids santé, n-fum, aime pétanque, danse en ligne, sociale et country, désire H 63-70 ans, mince, 57"-59", intègre, aimant mêmes choses, pour but sérieux. **393747**

**NOUS AURONS DU PLAISIR ENSEMBLE!** Granbyenne de 59 ans, 5', 120 lb, fum, autonome, indépendante, joviale, honnête, travaillante, aime rire, camping et bénévolat, désire H, neuf, aimant sortir et discuter. **394012**

**UNE VIE D'AMOUR ET DE COMPLICITÉ!** Belle dame de Cowansville, 57 ans, n-fum, désire H, n-fum, affectueux, attentionné, romantique, sachant jouer au Crible, pour être amis d'abord et peut-être amoureux. **358386**

**ANNIE ET SA BONNE HUMEUR LÉGENDAIRE,** 61 ans, 5'4", 120 lb, retraitée, sans enfant, simple, tranquille, aime vélo, danse, animaux, marche, resto, désire H, 5'8" et plus, 200 lb et moins, n-alcoolique et authentique. **393639**

**POUR EMBELLIR ET BONIFIER MA VIE!** Femme de 66 ans, 5'5", 128 lb, distinguée, réservée, creative, vit près de Brigham, a 2 enfants, 2 petits enfants, aime nature, arts, désire H 60aine, pour moments privilégiés. **357166**

**PAULETTE ATTEND À DE LA FRANCHISE,** Granbyenne de 69 ans, souhaite H dans 60aine, franc et honnête, pour but amical d'abord et on verra ensuite. **392472**

**CATHERINE AIMERAIT SE FAIRE GÂTER UN PEU!** Belle jeune femme de 35 ans, recherche H 40-65 ans, de belle app, avec qui partager diverses sorties. **391882**

**PRENONS LE TEMPS DE SE CONNAÎTRE!** Femme dans 50aine, 5'5", poids moyen, désire bel H 50-60 ans, de Granby et environs, libre, aimant rire, marche, vélo, pour apprendre à se connaître, devenir amis et plus. **393396**

**POUR VIVRE DE BEAUX MOMENTS ENSEMBLE,** dame de Granby, 60 ans, poids santé, autonome, aime balades en auto, marche, cocooning, dialogue, resto, désire H 60-65 ans, avec affinités, pour amitié et on verra ensuite. **393489**

**CAROLINE VEUT PARTAGER DE BONS MOMENTS,** Granby, 53 ans, 5', a petites rondeurs, aime théâtre, plein air, spectacles et sorties diverses, désire H, n-fum, passionné de la vie, ayant humour et intérêt variés. **393276**

**UNE AMITIÉ QUI DURERA LONGTEMPS!** Femme de Granby, 70 ans, recherche compagnon, de belle app, d'allure jeune et en forme, avec qui faire sorties occasionnelles et ainsi développer amitié durable. **393108**

**ICI LE GROS BON SENS!** Granbyenne de 69 ans, 5'3", 130 lb, veuve, enjouée, sérieuse, bilingue, aime rire, s'amuser, marche, golf, jeux de cartes et de société, cherche H, sérieux et voulant aller de l'avant. **381274**

**ELLE ESPÈRE VIVRE QUELQUE CHOSE DE SÉRIEUX,** Granbyenne de 58 ans, 5', 132 lb, blonde, yx verts, fum, sobre, désire connaître H 50-59 ans, de Granby, 5'6", 150 lb, fum, sobre, avec qui poursuivre but sérieux. **393114**

**PROFITONS DU TEMPS QUI NOUS RESTE!** Granbyenne de 71 ans, sportive, aime cuisiner et faire plein d'autres choses à deux, recherche compagnon, avec qui partager bons moments dans la vie de tous les jours. **393124**

**S'ACCOMPAGNER DANS LA MEILLEURE PARTIE DE NOS VIES!** Infirmière retraitée de 65 ans, féminine, aime sortir, désire bon vivant 60aine, n-fum, préférablement retraité, dynamique, tendre, affectueux, aimant nature. **393135**

**ALLONS DANSER!** Dame de Roxton Pond, 65 ans, poids santé, chev blancs, n-fum, en forme, fidèle, sincère, recherche H 63-70 ans, 5'6"-5'9", sobre, sans bedaine, ayant belle joie de vivre, pour but sérieux. **391484**

**UN AMOUR, UN AMI À QUI PARLER ET SE CONFIER!** Granbyenne de 61 ans, sincère, fidèle, romantique, aime marche, resto et dialogue, veut H 60-64 ans, semblable, avec qui poursuivre but sérieux seulement. **392904**

**TRÈS BELLE BLONDE CULTIVÉE,** Nicole, 61 ans, 5'5", 125 lb, chev aux épaules, fum, sensible, sociable, sans enfant, a bon caractère, aime rire, désire beau Granbyen, 5'10"-6', sans enfant et ayant humour. **393041**

**DOUCE RETRAITÉE CHERCHE BON VIVANT!** Granby, fin 60aine, 5', 124 lb, n-fum, en forme, sincère, aime musique, marche, dialogue, cuisine, bon vin, désire H 66-72 ans, 5'7"-5'10", poids santé, pour belle complicité. **392777**

**BELLE PETITE DAME APPRÉCIANT LA VIE À LA CAMPAGNE,** 69 ans, 5'11", 120 lb, calme, joyeuse, aime nature, cocooning et diverses sorties, désire bel H 60 ans et plus, n-fum, ayant cheminé et aimant mêmes choses. **392855**

**UNE MAMAN À CONTACTER!** 35 ans, a enfant, veut H 30-40 ans, mature, ayant passé réglé, avec qui aller au ciné, prendre des marches et faire plein d'autres activités. **393013**

**LA PRÉSENCE D'UN HOMME À SES CÔTÉS LUI MANQUE,** Granbyenne de 59 ans, active, ouverte à nouvelles aventures et projets, gagne à être connue, a humour, aime sports, aimerait bien rencontrer H du même âge, ayant intérêts communs. **305354**

**PETITE DAME DÉBORDANTE DE JOIE DE VIVRE!** 65 ans, poids santé, chev blancs, n-fum, autonome, sincère, fidèle, aime danse sociale, marche, pétanque, désire H 65-70 ans, distingué, ayant valeurs, pour but sérieux. **390690**

**BELLE COUTURIÈRE À LA RETRAITE,** 60aine avancée, 5'5", blonde, yx bruns, sociable, aime golf, cartes, cherche H, de St-Jean ou St-Yacinthe, ayant belle personnalité et bon cœur, pour jaser, voyager et s'aimer. **391269**

**JEUNE RETRAITÉE ADEPTE DE NATURE,** Estrie, 60aine, n-fum, fidèle, sincère, aime rire, danser, marcher, resto, balades en auto et cocooning, cherche bon compagnon Estrien, possédant certaines affinités. **392355**

**COMME DE VRAIS AMOUREUX...** Sincère Granbyenne de 61 ans, fidèle et joviale, aime marche, resto et soirées collé-collé à la maison, cherche à connaître H 61-64 ans, avec qui briser solitude et peut-être plus. **392138**

**GASTRONOMIE ET DISCUSSIONS!** Belle femme de 48 ans, 5'4", grasselette, recherche H, de Granby, n-fum, propre et agréable, avec qui briser solitude en partageant bons soupers et intéressantes discussions. **374650**

**LE CALME, UNE VALEUR DE DIGNITÉ,** femme de St-Césaire, 49 ans, 5'4", 130 lb, chev noirs, yx bleus, fum, a fils (14 ans), chev gris courts, active, naturelle, bénévoles à ses heures, désire H 65-73 ans, tendre, pour amitié sincère. **391685**

**HOMME CHERCHE FEMME**

**PASSION À L'HORIZON...** Sensuel Granbyen de 54 ans, 5'11", 175 lb, chev grisonnants, yx bleus, recherche F, n-obèse mais ayant belles rondeurs et très forte poitrine, sachant se mettre en valeur. **296668**

**MICHEL VOUS PROMET AFFECTION ET DOUCEUR,** 56 ans, 5'10" 1/2, 210 lb, chev foncés, yx pers, n-fum, demeure entre Granby et Cowansville, recherche dame d'environ même âge, semblable, avec qui profiter de la vie. **382424**

**BEL HOMME PRENANT SOIN DE LUI,** 50 ans, très en forme, curieuse, veut dame 30-65 ans, avec qui avoir belle discussion qui pourrait mener plus loin. **394539**

**AMATEUR DE PÉTANQUE ET DE MARCHÉS AUX PUCES,** Granby, 75 ans, 5'11", n-fum, sobre, d'app jeune, en forme, aime resto, voyages, marche, désire F 69-76 ans, 5' et plus, 110-145 lb, n-fum, sobre et autonome. **394543**

**CE BEAU JEUNE HOMME POURRAIT T'INTÉRESSER!** 44 ans, 195-200 lb, chev rasés, yx bruns, n-fum, sans enfant, s'entraîne, a lunettes et voiture, aime animaux, désire Granbyenne 25-45 ans, à la peau noire ou blanche. **394589**

**JOLIE PETITE FEMME RECHERCHÉE!** Professionnel de 49 ans, 5'8", 140 lb, chev bruns, yx pers, a fille (13 ans) à temps partiel, veut F 60 ans et moins, aimant campagne et camionnage, pour sorties et amitié. **707498**

**SYLVAIN CHERCHE L'AMITIÉ AVANT TOUT,** 52 ans, 5'8", 160 lb, chev blond-chaîtain, yx pers, app jeune, sportif, très autonome, a bon emploi, appari, aime bouger, veut F, avec qui jaser et être ami seulement. **394331**

**GRAND COSTAUD TRÈS AIMABLE ET OUVERT,** dans 50aine, 6'2", respectueux, doux, cherche à connaître Jolie F, mince, possédant certaines affinités, avec qui partager beaux et bons moments. **394357**

**ALAIN EST UN HOMME DE PROJETS,** Granby, 58 ans, autonome, a emploi, aime marche, vélo, nature, activités culturelles, équitation, cherche perle rare, franche, autonome, croyant en l'amour, pour relation sérieuse. **394166**

**UN PTTIT BOUT DE FEMME ENJOUÉE POUR SÉRGE!** Granby, 63 ans, 5'9", 200 lb, chev poivre et sel, yx pers, n-fum, franc, taquin, simple, aime vélo, désire douce F 55-65 ans, taille et poids prop, aimant dialoguer. **394051**

**ALAIN N'AS PAS PEUR DES RESPONSABILITÉS,** 59 ans, 5'7", 140 lb, aime la vie, veut F, affectueuse, compréhensive, respectueuse et plus, avec qui faire belle rencontre. **394085**

**AS-TU ENVIE DE CONNAÎTRE UN BON GARS?** Beau Granbyen romantique, 48 ans, 5'8", petite bedaine, chev et yx bruns, chanteur, a belles valeurs, joie de vivre et humour, aime golf, marche, vélo, cherche amie. **394090**

**HOMME D'ALLURE JEUNE AVEC QUI AVANCER DANS LA VIE,** 72 ans, 5'10", 175 lb, aime marche, voyages, resto, théâtre et golf, souhaite découvrir F 65-72 ans, de poids santé, avec qui poursuivre but sérieux. **394231**

**ALAIN, UN GARS ENJOUÉ QUI AIME LA VIE!** Granby, 57 ans, 5'8", 190 lb, doux, généreux, aime nature, marche en sentiers, resto, ciné, désire F, respectueuse, sérieuse, aimant plein air, pour partager activités. **393365**

**PLEIN D'ACTIVITÉS PLAISANTES AUX CÔTÉS DE JOHNNY!** Roxton Pond, 73 ans, 5'5", n-fum, app jeune, en forme, divorcé, a 2 filles, aime resto, camping, pêche, voyages, cuisine, désire F 63-72 ans, n-fum et autonome. **393660**

**LAISSEZ VOS COORDONNÉES À MICHEL!** Granby, 61 ans, aime danser en ligne, souhaite rencontrer F, possédant certaines affinités. **393797**

**BEAU GRAND GARS SOUCIEUX DE L'ENVIRONNEMENT,** 46 ans, disponible, demeure à la campagne près de Bonsecours, aime sa vie, discuter de plein de choses, veut F, stimulante, axée sur solutions et non problèmes. **393653**

**M'ACCOMPAGNERAIS-TU POUR UNE DANSE?** Jeune homme de la Beauce, 26 ans, 220 lb, chev bruns, yx bleus, soudeur, adore animaux et danse country, souhaite connaître F, avec qui il pourrait aller danser. **3576498**

**DANS LA VIE, IL FAUT SAVOIR CE QU'ON VEUT!** Patrick, 46 ans, 5'8", 130 lb, chev noirs, yx verts, sait ce qu'il veut, a fille (8 ans), recherche F, aimant enfants, ciné, resto, pour but sérieux à long terme. **393339**

**BONJOUR JOLIES DEMOISELLES!** Martin, 38 ans, 5'10", 180 lb, chev noirs, veut jolie demoiselle, avec qui il pourrait jaser un peu ou peut-être faire belles rencontres. **393162**

**ABONDERAIS-TU DANS LE MÊME SÈNS QUE MICHEL?** 50 ans, 5'9", 195 lb, aime rire, avoir du fun, prendre bons soupers au resto ou à la maison, veut F, semblable. **392910**

**BEAU BLOND AUX YEUX BLEUS,** Granby, 55 ans, 6', fum, en forme, honnête, a passé bien résolu et aime la vie, souhaite F, paraissant quand-même bien. **392940**

**HOMME CHERCHE HOMME**

**SOYONS SANS LIMITES!** Très beau bisexuel de Granby, 59 ans, 5'7", 155 lb, très bien pourvu, cherche à contacter petit H, mince et aimant un peu de tout. **368668**

**IL NE NOUS RESTE QU'À SE TROUVER!** Beau Granbyen de 54 ans, 5'10", chev poivre et sel, en forme, a moustache et bouc, cherche H, pas gros, costaud, scolarisé, intello, sérieux, pour partager plaisirs de la vie. **394530**

**UN FANTASME PARTICULIER,** homme de 49 ans, 5'8", 120 lb, chev bruns, yx pers, recherche H ou couple 60 ans et moins, gai ou bi, alcoolique de préférence, pour fantasme, amitié, sorties et plus. **707497**

**GENTIL GRANBYEN À RENCONTRER!** 60 ans, 5'8", 155 lb, de belle app, doux, cherche ami, sincère, pour rencontres intimes, bon temps et activités diverses. **394311**

**UNE JOURNÉE AVEC LE BEAU KEVIN,** 42 ans, 5'7", 210 lb, très ouvert d'esprit, cherche à contacter autre H, bien pourvu, aimant se donner et bien s'occuper de son partenaire, pour rencontre d'un jour. **394080**

**TU POURRAS FAIRE CE QUE TU VEUX AVEC MOI...** Homme de 53 ans, 5'7", 190 lb, pourvu de belles courbes, souhaite qu'on s'occupe de son corps, veut rencontrer autre H, avec qui vivre nouvelle expérience. **393949**

**TRÈS AMICALEMENT, RENÉ!** Jeune homme de 27 ans, 150 lb, 5'6", en bonne forme, très ouvert, veut H, pour se rencontrer, jaser, se découvrir et avoir plaisir ensemble. **393920**

**FEMME CHERCHE FEMME**

**BELLE JEUNE FEMME AUX JOLIES COURBES,** 36 ans, demeure tout près de Cowansville, cherche à rencontrer F, intéressée à partager agréables moments. **392160**

**ENTEND MA VOIX ET IMAGINE-MOI...** Jeune femme de 40 ans, exhibitionniste et voyeuse, recherche F, pour être son jouet et peut-être faire films ensemble. **391066**

**COUPLES**

**ENTRE COUPLES D'AMIS!** Couple du début 60aine, de belle app, peut se déplacer ou recevoir, souhaite contacter autre couple HF 55 ans et plus, pour belles rencontres et peut-être plus à l'avenir. **394058**

**BESOIN DE CHALEUR HUMAINE...** Bi-curieux de 52 ans, 6', 220 lb, souhaite rencontrer couple HF, avec qui être bien, prendre soin l'un de l'autre, partager chaleur humaine et beaucoup de tendresse. **386539**

LA  
GRANDE  
TRAPPE



PAR **FRANÇOIS BERNARD**  
PROFESSIONNEL EN TITRE  
MEMBRE DE LA PGA CANADIENNE  
ET **KIMBERLY NADEAU**  
DIRECTRICE GÉNÉRALE



# CRITÈRES D'UNE BONNE POSITION FINALE



En ce début de saison, il est important, lors de vos premiers contacts, que votre élan se termine de la meilleure façon possible.

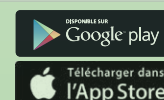
Voici les points à respecter :

- Corps face à la cible (et même légèrement à gauche pour le droitier)
- Épaule arrière face à l'objectif et plus basse
- Mains au-dessus de l'épaule avant
- Maintenir la connexion de la prise
- Maintenir l'angulation du tronc
- Bâton en arrière de soi
- Genoux connectés
- Pied arrière est sur la pointe du pied
- Jambe avant redressée avec le pied à plat au sol
- En équilibre, maintenir cette position pendant quelques secondes pour les paparazzis. 😊



**POUR EN SAVOIR ENCORE PLUS SUR CE SUJET :** NE MANQUEZ PAS DE VISIONNER, CE SAMEDI, NOTRE VIDÉO EXPLICATIVE SUR L'APPLICATION NUMÉRIQUE DE LA VOIX DE L'EST SUR VOTRE TABLETTE OU VOTRE TÉLÉPHONE.

POUR LA TÉLÉCHARGER  
**GRATUITEMENT,**  
VISITEZ L'APP STORE  
OU GOOGLE PLAY.



5015764

## Quel type de fer droit est fait pour vous?

Saviez-vous qu'il existe plusieurs types de fers droits convenant à différents types de golfeurs et d'élan?

Une simple rencontre de 20 minutes avec un spécialiste peut vous confirmer si votre fer droit est à votre mesure.  
Pour plus d'informations: 450 372-0167



DROIT



LÉGER ARC

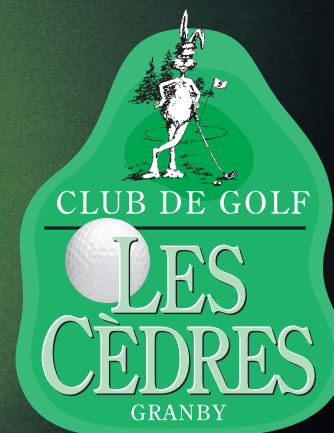


ARC PRONONCÉ



669, rue Coupland,  
Granby  
450 372-0167

[www.golflescedres.com](http://www.golflescedres.com)



Suivez nous sur



# SWIMMSPA

Le meilleur des mondes  
Un choix brillant



Tellement mieux qu'une piscine creusée!  
Moins cher. Aucun terrassement.  
Eau chaude à l'année. Sièges confortables



**Gozébos**

toit en acier galvanisé  
Charleston

**VERANDA JARDIN**

Avec rideaux textylène fixes  
Komodo

Gozébo 12 x 15

Toit polycarbonate  
PROMO 2599\$

Abri mural rétractable  
en aluminium BUDAPEST

**CABANONS**

**Cabanons Fontaine**

LE PLUS  
GRAND CHOIX  
D'ABRIS  
ET GAZÉBOS!

Gozébos pour roulottes

25%  
VERANDA JARDIN

Exclusif! Visscher

5% SUR MODÈLES MONTÉS\*  
7% SUR LES KITS\*  
OU 6 MOIS SANS INTÉRÊTS\*

\* Certaines conditions s'appliquent. Tous les détails en magasin. Photos à titre indicatif.

LES TRÉSORS DE L'ESTRIE  
MEUBLES DE JARDIN . SPAS . CABANONS



**SPAS**  
Pièces  
Réparation  
Service  
(Pièces pour abris)

