

**Dentiste généraliste**  
 SERVICES COMPLETS  
 Technologie numérique de pointe

« Sa douceur et son calme mettront en confiance petits et grands »

*Bienvenue aux nouveaux patients!*



122-400-5052-190820

450 461-1558, poste 1 • 54, rue Longueuil, Saint-Basile-le-Grand  
 Venez visiter notre site : [www.dentistesaintbasile.ca](http://www.dentistesaintbasile.ca)

**PENSION POUR CHIENS ET CHATS**

• Garderie de jour • Éducation canine • Toilettage sur place

Contactez-nous, notre équipe passionnée se fera un plaisir de vous informer.

*De vastes espaces pour le plus grand bonheur de votre animal!*



494, ch. Bella-Vista  
 Saint-Basile-le-Grand  
 450 653-5150  
[centrecaninlaka.com](http://centrecaninlaka.com)

122-400-882-120122

**LC DENTUROLOGIE LUC CLOUTIER**

*...bien plus qu'un sourire!*

**URGENCE • RÉPARATION**

- PROTHÈSE COMPLÈTE ET PARTIELLE

- IMPLANTOLOGIE

122-400-5037-100620

18, montée Robert, Saint-Basile-le-Grand

**450 461.2516**

Luc Cloutier d.d.  
[luccloutierdenturologiste.ca](http://luccloutierdenturologiste.ca)

**MENSUEL** FÉVRIER 2022 Vol. 28 #2 | 16 pages

**LE JOURNAL DE SAINT-BASILE**



**Écocentre**

**OUVERT 21 JOURS PAR ANNÉE**



(Photo : Gabriel Provost)

**Miss Italia**  
 LA MEILLEURE PIZZA DEPUIS 1961  
 (THE FAMOUS SINCE 1961)

*sublissime...*  
 Le propriétaire et ses employés vous disent merci pour votre fidélité!

**86% des gens préfère la pizza de Miss Italia**  
 Chez nous, le client fait partie de la famille

Permis d'alcool

La Meilleure Pizza sur la Rive-Sud suite à la réalisation d'un sondage populaire !!!

À EMPORTER OU LIVRAISON


SAINT-BASILE LE GRAND 365 A, boul. Sir-Wilfrid-Laurier 450.653.7373

SAINT-LAMBERT 1380, rue Victoria 450.672.8000

122-400-0799-080420

**COMPLEXE FUNÉRAIRE DEMERS**

Depuis plus de 100 ans  
 cimetière • mausolée  
 crématorium



651, boul. Laurier, McMasterville | 450 467-4780  
 Cimetière Le Jardin de la Vallée du Richelieu  
[www.salondemers.com](http://www.salondemers.com)

BELOEIL | MONT-SAINT-HILAIRE  
 McMASTERVILLE | SAINTE-JULIE  
 SAINT-AMABLE

122-000-033-170118

**Chico**  
 JUSQU'AU 13 MARS 2022

MOIS DE LA **SANTÉ DENTAIRE**



**15 % rabais**

**SAINT-BASILE LE-GRAND**

183 Boul Sir-Wilfrid-Laurier Suite #103

122-400-882-090222



**VOS COURTIERS IMMOBILIERS À SAINT-BASILE ET SAINT-BRUNO**



**Le Duo**  
**Parent Bergeron**  
—  
Informé et Protégé

**Yanic Parent**  
courtier immobilier résidentiel  
**438 497-3622**

**Mélanie Bergeron**  
courtier immobilier résidentiel et commercial  
**514 222-3622**



**RÉSIDENCES MAUDITES**

**CASA**  
Suivez-nous :  
Les jeudis à 20h30



En onde au  
**98,5 FM**  
Le dimanche  
à 11 h.

# Plus de 140 transactions immobilières en 2021

**Contactez-nous pour notre PROMOTION FÉVRIER-MARS**



Beloeil, 539, rue Bonair  
**PROMESSE ACCEPTÉE**



Beloeil, 495 boul. Sir-Wilfrid-Laurier/604  
**PROMESSE ACCEPTÉE**



Beloeil, 700, rue Riviera  
**PROMESSE ACCEPTÉE**



Longueuil/Saint-Hubert 5070 boul. Davis  
**VENDU**



Beloeil, 689 rue Gilbert-Désautels  
**VENDU**



Bromont, 156 rue des Pentes  
**VENDU**



Mercier, 12 rue Yolande  
**VENDU**



Saint-Basile-le-Grand, 121, rue du Limousin  
**VENDU**



Beloeil, 1000, rue Beaugrand  
**VENDU**



Chambly, 287-291, rue St-Joseph  
**799000\$**



Saint-Hyacinthe, 1605-1615, rue Nelson  
**339000\$**

**PARCE QUE L'IMMOBILIER EST UNE QUESTION DE CONFIANCE!**

**Nos bureaux sont situés à Saint-Basile-le-Grand (Face au Lac Montpellier)**

**514 222-3622**

Écocentre de Saint-Basile

# Accessible 21 jours cette année

**L'écocentre de Saint-Basile ouvre 21 jours cette année, accessibilité qu'une part de la population grandbasiloise estime comme insuffisante pour les besoins de la Ville.**

Un texte de Gabriel Provost

[gprovost@versants.com](mailto:gprovost@versants.com)

En comparaison, l'établissement de Saint-Bruno, qui est sous l'égide de l'agglomération de Longueuil, est ouvert presque tous les jours de l'année, même durant certaines journées fériées. Les Montarillois peuvent également se déplacer dans deux autres points de services pour ramener leurs matières résiduelles. À Sainte-Julie, les résidents ont pour leur part accès à l'écocentre de la MRC Marguerite d'Youville, qui se situe à Varennes, et a un point de service à Verchères hors de la saison hivernale.

Questionné à propos de la situation de l'écocentre de sa municipalité, le maire de Saint-Basile, Yves Lessard, répond que l'écocentre municipal est plus accessible maintenant qu'il l'a été par le passé. « Quand je suis arrivé pour mon premier mandat comme maire, les citoyens se rendaient aux terrains de producteurs agricoles sur le rang des Trente, près du site de compostage, pour y jeter leurs matières. Les producteurs disent que ça beaucoup changé depuis. »

## HEURES PROLONGÉES

Le magistrat indique également avoir procédé à un ajout d'heures d'ouverture l'an dernier pour l'écocentre municipal. « On a vu une augmentation de la fréquentation depuis. Nous sommes passés de 2400 visites en 2020 à plus de 2700 en 2021 », dit le maire, qui indique que la Ville souhaiterait éventuellement agrandir son écocentre. « Ce ne sera pas simple, par contre, puisqu'il faudra agrandir par l'espace qui sert présentement à la récupération de la neige. »

Au total, les coûts annuels d'opération de l'écocentre grandbasilois sont d'environ 147 000 \$. La Ville de Saint-Basile est d'ailleurs seule dans ce projet. Cela n'aurait pas été le cas si la Municipalité avait choisi



L'écocentre de Saint-Basile ouvre à 21 reprises, ce qui est davantage que par le passé, selon le maire Yves Lessard. (Photo : Gabriel Provost)

## 147 000 \$

**C'est le coût d'activité de l'écocentre de Saint-Basile**

de participer à la construction de l'écocentre régional de la MRC de la Vallée-du-Richelieu (MRCVR).

## PAS AVEC L'ÉCOCENTRE RÉGIONAL

En novembre dernier, la MRCVR, dont Saint-Basile-le-Grand fait partie, inaugurerait un écocentre régional, situé à Mont-Saint-Hilaire. Or, Saint-Basile ne fait pas partie des villes qui ont choisi de participer au projet.

M. Lessard indique que son administration était présente au début des pourparlers visant à la construction de l'endroit. À cette étape du processus, deux sites étaient privilégiés pour établir le projet : un terrain à Saint-Mathieu-de-Beloil et un autre à

Mont-Saint-Hilaire. C'est finalement ce dernier qui sera choisi par les municipalités de la MRCVR.

Pour participer officiellement au lancement du nouveau centre, la porte-parole de la MRCVR, Anh-Thu Tran, indique que « si la Ville de Saint-Basile-le-Grand avait participé au démarrage de 2022, le coût aurait été approximativement de 225 000 \$. L'ajout d'une ville additionnelle viendrait réduire la facture des villes et des municipalités instigatrices du projet ». M. Lessard mentionne que l'idée aurait été intéressante pour les Grandbasilois si l'écocentre avait été plus rapproché de son territoire. « Avec un site situé à plus de 10 kilomètres de notre ville,

on perd une bonne partie de notre clientèle. »

Le maire Lessard indique également s'être entretenu par le passé avec Saint-Bruno pour aborder la possibilité d'utiliser l'écocentre de cette ville voisine. « L'idée n'est pas exclue, mais nous n'avons jamais pour suivi les pourparlers avec eux. »

Questionnée à savoir si cette éventualité pourrait se produire, la Ville de Saint-Bruno indique que c'est Longueuil qui se doit d'accepter la demande pour que le partenariat prenne place.

Au moment de publier ces lignes, l'agglomération de Longueuil n'était pas en mesure de se prononcer à savoir si une telle idée serait possible en termes de partage de ses écocentres avec une administration municipale qui ne fait pas partie de son agglomération.

## Question aux lecteurs

Que pensez-vous des heures d'ouverture de l'écocentre de Saint-Basile?

[versants.com](http://versants.com)

**VENEZ ROULER SUR LA NEIGE AVEC NOS**

# KARTS D'HIVER!






**POUR RÉSERVER, CONTACTEZ-NOUS  
AU 450 584-3843**

**VISITEZ-NOUS SUR : SHKARTING.COM**

COVID-19

# Assouplissements à Saint-Basile



Les sites d'activités extérieures, notamment la surface glacée du lac Montpellier, sont accessibles. (Photo : archives)



## Les autobus jaunes

Lorsqu'on voit au loin le fameux autobus jaune, lors de notre première rentrée scolaire, on réalise que c'est enfin le moment qu'on attendait depuis si longtemps! On a tellement hâte de pouvoir vivre cette expérience, de voir la porte ouvrir devant nous et de pouvoir grimper les marches. On ne comprend pas trop pourquoi nos parents versent des larmes, car pour nous cette première expérience est magique. On est enfin des grands et on peut monter à bord de l'autobus scolaire.

Dans notre œil d'enfant, on est loin de se douter de toute l'ampleur du travail pour être une bonne conductrice ou un bon conducteur d'autobus scolaire.

Mais maintenant adulte, on comprend que ce sont eux qui ont la mission, chaque matin de la semaine, d'accompagner nos enfants vers les lieux d'apprentissage ou vers des activités culturelles ou sportives. Ils sont un maillon essentiel à la mission éducative de nos enfants.

Je tiens à saluer le travail exceptionnel effectué par les conductrices et conducteurs d'autobus scolaires, qui doivent, jour après jour, matin et soir, faire preuve d'une grande bienveillance, d'énormément de patience et d'un extraordinaire dévouement auprès de nos enfants.

Je vous salue et je vous remercie de votre soutien à la réussite scolaire de nos enfants!



**JEAN-FRANÇOIS ROBERGE**  
Député de Chambly

Suivez votre député en action!



122-400-0867-090222

À la suite du point de presse de Québec tenu le 25 janvier, lors duquel ont été annoncés certains assouplissements, la Ville de Saint-Basile-le-Grand annonce des changements.

Des assouplissements sont entrés en vigueur lundi, qui se répercutent sur l'offre de services municipale.

### LOISIRS ET ACTIVITÉS SPORTIVES

Depuis lundi, les activités intérieures de sports ou de loisirs, y compris les cours, sont permises pour les personnes de moins de 18 ans. Les activités sont limitées à 25 personnes et aucun match, compétition ou tournoi ne sont permis.

Considérant ces nouvelles mesures, l'aréna Jean-Rougeau, le Centre civique Bernard-Gagnon (CCBG) et le Centre communautaire Lise-B.-Boisvert (CCLBB) sont ouverts exclusivement pour la tenue de ces activités. En dehors de celles-ci, les édifices demeureront fermés au public et aucune activité libre n'y sera offerte.

Ainsi, certains organismes débiteront leur programmation dans les prochaines semaines. Ceux-ci communiqueront avec les participants afin de les informer des modalités sanitaires et logistiques des activités et des cours offerts.

Concernant la programmation municipale de loisirs hivernaux, le début des activités est repoussé à une date ultérieure. Le Service des loisirs, de la culture et de la vie communautaire analyse actuellement la situation et une communication sera transmise aux citoyens par les voies de communication habituelles pour les informer du

début des activités de loisirs, lorsque celles-ci seront possibles et sécuritaires.

### RÉOUVERTURE DE LA BIBLIOTHÈQUE

Le mardi 8 février, la bibliothèque Roland-LeBlanc sera ouverte aux citoyens selon son horaire habituel, avec une capacité d'accueil maximale de 15 personnes :

- Du mardi au jeudi : 13 h à 20 h 30
- Vendredi : 13 h à 18 h
- Samedi : 10 h 30 à 17 h
- Dimanche : 13 h à 17 h

En conséquence, le prêt sans contact ne sera plus offert. La présentation du passeport vaccinal ne sera pas demandée pour pouvoir accéder au bâtiment et aux rayons, mais les mesures sanitaires en vigueur, comme le port du couvre-visage et l'utilisation de désinfectant pour les mains, devront être respectées par tous les visiteurs. Lorsque les activités intérieures (conférences, ateliers...) pourront reprendre, la présentation du passeport vaccinal sera exigée pour les participants adultes.

### SITES D'ACTIVITÉS EXTÉRIEURES

Les sites d'activités extérieures tels que les surfaces glacées et les pentes à glisser demeurent accessibles aux Grandbasilois. Pour connaître l'horaire et l'état des sites, visitez le [villesblg.ca/conditions-sites-hivernaux](http://villesblg.ca/conditions-sites-hivernaux). La Ville demande la collaboration de ses citoyens afin de respecter les consignes sanitaires en vigueur en tout temps, dont la distanciation physique de 1 mètre et le port du masque lorsque celle-ci n'est pas possible.

La mairie et l'édifice Léon-Taillon sont aussi fermés au public jusqu'à nouvel ordre. (FR)

Saint-Basile-le-Grand

# Aide financière pour les maisons lézardées

La Ville de Saint-Basile-le-Grand a acheminé une nouvelle demande d'adhésion au programme Rénovation Québec – Volet VI maisons lézardées pour les années 2022 et 2023.

Un texte de Frank Jr Rodi  
frodi@versants.com

Saint-Basile-le-Grand, comme d'autres villes de la région, est aux prises avec plusieurs cas de fissures de fondations des habitations sur son territoire.

Pour soutenir les propriétaires de résidences aux prises avec des lézardes dans leurs fondations, la Municipalité de Saint-Basile-le-Grand a envoyé une demande d'adhésion au programme Rénovation Québec pour 2022 et 2023. L'aide financière serait offerte par la Ville en collaboration avec la Société d'habitation du Québec.



Saint-Basile-le-Grand est aux prises avec plusieurs cas de fissures de fondations. (Photo : archives)

« On a noté qu'il y a eu beaucoup d'intérêt pour ce programme-là [Rénovation Québec – Volet VI maisons lézardées], donc, on a décidé de renouveler pour 2022 et 2023. On doit le faire rapidement selon les condi-

tions du programme », de mentionner le conseiller municipal responsable des dossiers de l'aménagement, de l'urbanisme, des travaux publics et immeubles, Martin Leprohon.

Lors d'un été 2021 « particulièrement sec », Saint-Basile-le-Grand a reçu 14 demandes des citoyens pour ce programme. Les coûts des travaux ont oscillé entre 20 000 et 200 000 \$.

Le programme Rénovation Québec – Volet VI maisons lézardées a pour objet de favoriser la mise en place par la Ville de mesures pour stimuler la revitalisation de la vocation résidentielle en déclin dans un ou des secteurs restreints de son territoire.

Les propriétaires de maisons dont les fondations présentent des lézardes en raison des conditions du sol pourront profiter d'une aide financière pouvant aller jusqu'à 30 000 \$ afin de procéder aux réparations nécessaires. Cette aide est offerte conjointement par la Ville de Saint-Basile-le-Grand et la Société d'habitation du Québec.

La Ville et la Société d'habitation du Québec se sont engagées à contribuer financièrement à ce programme en parts égales, pour un total de 200 000 \$.

## Question aux lecteurs

Avez-vous adhéré à ce programme en 2021?

**versants.com**



# NOUVEAU À BELOEIL

*L'endroit idéal pour trouver votre coup de coeur!*

**Accessoires mode, Bijoux**

**emarose.com • 794, rue Laurier, Vieux-Beleuil 450 464-2945**

**Cadeaux, Déco et bien plus!**

**643, rue Shefford, Bromont 450 919.1357**

Saint-Basile-le-Grand

# Place aux plaisirs d'hiver

Les activités faisant la promotion des plaisirs d'hiver s'amorçaient samedi au parc de la Seigneurie, à Saint-Basile-le-Grand.

Un texte de Frank Jr Rodi  
frodi@versants.com

La Ville invite ses citoyens, en solo ou en famille, à participer à des aventures polaires dans un décor glacial drapé d'une ambiance chaleureuse. Trois fins de semaine festives organisées dans trois parcs différents, pour une variété d'activités gratuites!

Samedi dernier, les familles ont pris part à un concours de bonshommes de neige, un parcours de minigolf a amusé les enfants et le kiosque de tire sur neige a attiré petits et grands à se sucrer le bec.

## 12 et 19

**Ce sont les dates, en février, où les plaisirs d'hiver seront encore célébrés à Saint-Basile.**

Les plaisirs d'hiver se poursuivront au cours des deux prochaines fins de semaine, le samedi 12 février au parc de Montpellier, et le samedi 19 février au parc du Ruisseau.

Les activités se tiendront respectivement de 17 h à 21 h et de 13 h à 17 h.

Le 12 février, essayez la pétanque sur neige ou apportez vos patins pour une session de glisse aux flambeaux. Une zone détente sera également aménagée afin de se réchauffer autour d'un café, d'un chocolat chaud ou d'un bouillon de poulet, avec musique d'ambiance.

Le 19 février, les Grandbasilois sont invités à participer à des jeux actifs! La pente à glisser sera ouverte pour tous. Des vélos à pneus surdimensionnés (fat bikes) seront aussi mis à la disposition de tous, et ce, peu importe votre âge et votre grandeur. Un concours de lancer du sapin ou la grande bataille de boules de neige raviront les plus compétitifs. Un coin détente proposera café, chocolat chaud, popcorn.



La tire sur neige, une attraction et un plaisir sucré qui attire toujours beaucoup de personnes. (Photo : Frank Jr Rodi)



Le sentier glacé du parc de la Seigneurie a été une autre activité fort appréciée en fin de semaine. (Photo : Frank Jr Rodi)



Les enfants ont envahi le kiosque de la Maison des jeunes La Butte pour du chocolat chaud. (Photo : Frank Jr Rodi)

LE **MENSUEL**  
**JOURNAL**  
DE SAINT-BASILE

Une division des **Versants du Mont-Bruno inc.**  
1488, rue Montarville J3V 3T5  
450 441-5300 www.versants.com

**Éditeur**  
Philippe Clair  
pclair@versants.com

**Adjointe administrative**  
Michèle Caya  
mcaya@versants.com

**Directeur de l'information**  
Frédéric Khalkhal  
fkalkhal@versants.com

**Journalistes**  
Frank Jr Rodi  
frodi@versants.com  
Gabriel Provost  
gprovost@versants.com  
Chloé-Anne Touma  
redaction@versants.com  
(Initiative de journalisme local)  
Jean-Christophe Noël  
redaction@versants.com

**Coordonnatrice ventes et solutions médias**  
Carole Bouvier  
ventes@versants.com

**Ventes et solutions médias**  
Sylvie Croze  
scroze@versants.com  
Serge Cordeau  
scordeau@versants.com

**Directrice de production**  
Carole Bouvier  
ventes@versants.com

**Infographistes**  
Denis Kiopini  
Christine Burke

**Réviseur - Correcteur**  
Charles DuBois

**Imprimerie**  
Transcontinental

**Distribution**  
Publi-Sac

9 657 exemplaires

RÉSEAU  SÉLECT

Initiative de journalisme local | Financé par le gouvernement du Canada



CHRONIQUE  
JEUNESSE

# La santé mentale des jeunes en 2022

Malgré que l'on soit tous et toutes assez « blasé(es) » des consignes sanitaires, peu importe nos allégeances et nos convictions, si un fait nous impose de rester solidaires, c'est bien la préoccupation de la santé mentale des jeunes.

Martin Renaud

Directeur général  
Maison des jeunes La Butte

Le sujet a été beaucoup abordé depuis les deux dernières années. Des études sortent depuis des mois. On en parle lors de tribunes à la radio depuis des semaines et les échanges d'opinions sont quotidiennement multiples sur les réseaux sociaux. Le confinement, une des armes de destruction massive de la propagation du virus, engendre, telle une des fatalités qui est propres aux armes de guerre, des dommages collatéraux importants.

Manifestement, les jeunes sont sévèrement touchés par les conséquences du confinement. Je n'ai absolument aucune intention de catégoriser les degrés de souffrance inhérente aux différentes tranches d'âge; mon groupe de référence est celui avec lequel je travaille, les ados.

Grâce aux différentes rencontres de concertations auxquelles je participe, je pense être en mesure de confirmer que tous les intervenant(es) œuvrant auprès des jeunes sur le territoire de la Vallée-du-Richelieu ont des observations qui convergent : il faut être immédiatement proactifs dans la recherche de solutions et être immédiatement vigilants à déceler les jeunes les plus vulnérables qui présentent des signaux inquiétants quant à leur santé mentale.

Peut-être avez-vous vous-même observé certains signes chez votre jeune qui vous



Le directeur général de la Maison des jeunes La Butte, Martin Renaud. (Photo : archives)

inquiètent : désintérêt pour les études, sautes d'humeur ou épisodes de violence plus fréquents, indices de début de consommation de substances ou consommation plus fréquente, trouble du sommeil, changements dans les habitudes alimentaires, isolement même quand des occasions de socialisation sont possibles, surutilisation de l'écran ou utilisation inappropriée d'Internet, et j'en passe.

Parmi les nombreuses heures passées par nos intervenant(es) sur les plateformes informatiques, telle Discord, afin de tenter de maintenir un lien avec les jeunes, nous avons observé une augmentation significative de ces signes dans les derniers mois.

Plusieurs interventions ont été réalisées afin de soutenir certains jeunes ainsi que leurs parents. Je dis bien certains jeunes, car il est important de ne pas généraliser; plusieurs jeunes et leur famille s'en sortent encore très bien. Nous n'avons pas tous la même capacité de résilience, peu importe notre genre, notre statut social, notre situation financière ou nos croyances.

Ainsi, nos observations, nous les transformons en actions. Nous ne planifions pas nos actions que pour divertir et combler le vide occupationnel des ados; nous sommes constamment en réflexion et nous cherchons des solutions pour accompagner adéquatement les familles qui partagent avec nous leur situation et qui nous expriment leurs besoins.

Les services spécialisés offerts par le système de santé, public ou privé, ont souvent un chemin qui requiert de la patience, beaucoup de patience. Il ne faut pas hésiter à chercher des solutions de remplacement, à court terme, qui peuvent vous soutenir le temps d'avoir accès à un(e) professionnel(le) de la santé. La Vallée-du-Richelieu regorge d'organismes communautaires qui peuvent vous écouter, vous informer et vous accompagner vers des ressources adaptées à vos besoins ou à votre situation.

À ce sujet, sur le site Internet de la Maison des jeunes La Butte, [www.labutte.org](http://www.labutte.org), l'onglet *Boîte à outils* offre plusieurs liens vers des ressources, tant pour les jeunes que pour les parents.

Finalement, le site Internet [infosvp.ca](http://infosvp.ca) pourrait également vous aider à trouver des informations pertinentes, selon vos besoins. Je vous recommande notamment les capsules Parent+, qui vous proposent des conseils parfois bien utiles!

PUBLICITÉ

## JAMAIS TROP VIEUX POUR GUÉRIR!



Une chronique de  
*Isabelle Bilodeau*  
Technologue en physiothérapie

Beaucoup de gens aînés pensent qu'il est « normal » d'avoir mal en vieillissant! Les personnes de plus de 65 ans sont de plus en plus actives et ont aussi des blessures comme les gens dans la vingtaine et la quarantaine. Rester actif veut aussi dire que l'on s'expose à des blessures courantes!

Le vieillissement normal amène des douleurs, mais aussi, il y a l'accumulation des petits « bobos » pas complètement réglés au fil des années. Concernant votre dos, en vieillissant, les disques entre les vertèbres se gorgent moins d'eau durant la nuit, ce qui amène un tassement au niveau des vertèbres. Vous le constaterez en allant chez le médecin en l'entendant vous dire que vous avez rapetissé. L'usure des vertèbres (arthrose) peut aussi contribuer au rapetissement...

Votre colonne vertébrale est en perpétuel réajustement tout au long de votre vie. Ajoutons à cela la musculature qui est tendue, vous commencez à voir le tableau de vos douleurs, sans compter la posture qui change et accentue le problème.

En clinique, NOUS POUVONS VOUS AIDER pour diminuer les tensions musculaires et vous donner des exercices pour vous assouplir et contribuer à lubrifier les articulations de vos vertèbres. Une bonne souplesse et des articulations bien lubrifiées contribuent à améliorer la mobilité et les capacités à l'effort.

Nous avons un bon protocole de nettoyage et de mesures préventives par rapport à la Covid-19, N'ayez crainte, nous sommes hypervigilants pour la sécurité de tous.

Vieillir ne rime pas toujours avec souffrir!

*Consultez-nous!*

## Pour bouger sans douleur!



Clinique de Physiothérapie  
Nicole B. Desrochers inc.

210, rue Principale, Saint-Basile-le-Grand J3N 1L6  
450 653-1880

HEURES D'OUVERTURE :  
Lundi, mercredi et vendredi de 8h à 17h30  
Mardi et jeudi de 8h à 21h30

[www.physiodesrochers.ca](http://www.physiodesrochers.ca)



TÉL. : 450 653-6144

# Paroisse Saint-Basile-le-Grand

« Proposer l'Évangile au cœur des réalités humaines  
comme projet de libération et d'épanouissement »

## Réouverture DES LIEUX DE CULTE

### NOUVEL HORAIRE

**VENDREDI 11 février 8 h 30 à l'intérieur**  
(Passeport vaccinal obligatoire)

**SAMEDI 12 février 16 h à l'intérieur**  
(Passeport vaccinal obligatoire)

**DIMANCHE 13 février 11 h à l'extérieur**  
(Le passeport vaccinal n'est pas demandé  
pour les activités extérieures)

Pour information 450-653-6144 poste 221



## BRIC-À-BRAC RÉOUVERTURE-VENTE

Le comptoir communautaire le Bric-à-brac ré ouvrira selon l'horaire suivant :

**10 février 13 h à 19 h**

**17 février 13 h à 19 h**

**11 février fermé**

**18 février 13 h à 19 h**

Venez nous voir nous aurons de nombreux rabais!

Nous sommes en mesure de recevoir vos objets du lundi au mercredi de 9 h à 19 h.

Nous sommes toujours à la recherche de bénévoles pour le tri et pour la vente.

Pour information 450 653-6144, poste 223



## Quête Diocésaine SÉISME HAÏTI – 14 AOÛT 2021

D'après le dernier bilan des responsables de la protection civile, le séisme qui a dévasté le Grand Sud d'Haïti le 14 août dernier a causé la mort de plus de 2 300 personnes et en a blessé plus de 15 000 autres. Les évêques de cette région évaluent à plus de 75 % la destruction des églises, des écoles et des dispensaires de leurs diocèses. Au total, c'est plus de 53 000 maisons qui ont été détruites. Grâce aux dons des communautés paroissiales et des diocésains et diocésaines de Saint-Jean-Longueuil, une somme de 50 000 \$ a été récoltée afin de venir en aide à la population du Grand Sud d'Haïti dans le besoin. La somme a été acheminée à la Société des prêtres de Saint-Jacques qui partage au quotidien les joies et les souffrances, les luttes et les engagements du peuple haïtien. Je vous redis toute notre reconnaissance et notre gratitude pour le soutien et le réconfort apportés. Mèsi anpil!

**Père Jean Roudy Denois, psj, Vicaire général**

Cette publicité est gracieusement offerte  
par *Le Journal de Saint-Basile*.

LE **JOURNAL**  
DE SAINT-BASILE

Web: [www.up2stb.org](http://www.up2stb.org) • Twitter: @unitestb2  
Facebook: Unité pastorale Saint-Basile/Saint-Bruno

Saint-Basile-le-Grand, ses racines agricoles

# Le livre partagé



Richard Pelletier est accueilli par les neuf élus formant le conseil des élèves de l'école Jacques-Rochelleau. Les enseignants (Photo : Pierre Cyr)

**Le livre d'histoire *Saint-Basile-le-Grand, ses racines agricoles*, de la Société d'histoire de Saint-Basile-le-Grand, a été distribué dans les écoles primaires.**

Un texte de Frank Jr Rodi  
frod@versants.com

Le président de la Société d'histoire de Saint-Basile-le-Grand, Richard Pelletier, se dit ravi par ce partage. « Si quelques jeunes prennent le goût de l'histoire, le goût de mieux connaître leur milieu, ce sera une réussite », mentionne Richard Pelletier, que le *Journal* a contacté.

L'automne dernier, la Société d'histoire de Saint-Basile lançait un nouvel ouvrage, *Saint-Basile-le-Grand, ses racines agricoles*, publié aux éditions Histoire Québec. Ce livre, qui compte 294 pages et plus de 700 photos et illustrations, raconte l'histoire de 45 lieux et encore davantage de familles et de personnages issus de Saint-Basile-le-Grand.

Cette publication, en plus de bénéficier d'un appui financier de la Ville, a été réalisée grâce à un partenariat avec la Caisse Desjardins du Mont-Saint-Bruno. Cette dernière y a reconnu une opportunité de mise en valeur de la richesse du milieu. L'un des objectifs poursuivis par la Caisse dans le cadre du partenariat était de joindre les jeunes, de leur fournir un outil leur permettant de mieux comprendre leur milieu, de mieux comprendre comment celui-ci s'est développé.

« Je me rappelle que ce sont des enseignants du secondaire qui m'ont donné le

goût de l'histoire, relate M. Pelletier. J'ai fait une carrière en technologie, mais j'ai toujours conservé cette curiosité de rechercher l'origine des choses pour mieux les comprendre. Ça me vient de mon secondaire. Alors, comme auteur [du livre *Saint-Basile-le-Grand, ses racines agricoles*], j'espère contribuer à semer ce petit brin de curiosité. »

### DISTRIBUTION DANS LES ÉCOLES

Des exemplaires du bouquin ont été offerts gratuitement aux écoles du territoire grandbasilois, ainsi qu'aux écoles limitrophes et de niveau secondaire de Saint-Bruno. C'est avec enthousiasme que celles-ci ont accepté l'offre, mettant des exemplaires à la disposition du personnel enseignant et des élèves à la bibliothèque.

Des enseignantes de l'école Jacques-Rochelleau ont, dans le passé, réalisé des projets à partir du premier livre, *Saint-Basile-le-Grand, son cœur de village*. « L'arrivée de ce nouveau livre permettra d'explorer de nouvelles possibilités de projets », confie la directrice de l'école Jacques-Rochelleau, Diane Hubert.

Pour Richard Pelletier, la distribution dans les établissements scolaires a été une occasion de contacts et d'échanges. De partage. « Il serait intéressant que des élèves contribuent à faire connaître le livre à leurs parents. L'intérêt de la Société d'histoire ne se limite pas au livre comme tel. Dans quelques cas, on a convenu de poursuivre et d'explorer la possibilité de faire des projets ensemble. Le livre est un élément de contenu et aussi un prétexte pour se rencontrer. Ça, c'est prometteur pour la Société d'histoire », note M. Pelletier, qui salue le soutien de la Caisse Desjardins dans la démarche.

# dans les écoles



Manantes Roxanne Poirier et Valérie Geoffrion, ainsi que la directrice Diane Hubert, participent à la rencontre.

Puis d'ajouter : « Une future présidente de la Société d'histoire est peut-être dans une de ces classes! »

**« Une future présidente de la Société d'histoire est peut-être dans une de ces classes! »  
- Richard Pelletier**

Quand on lui demande si les écoliers d'âge primaire font partie du bon lectorat pour un tel livre d'histoire, le bénévole rappelle que le guide peut servir de ressource aux professeurs. « Sauf pour quelques exceptions, je ne crois pas que les jeunes du primaire se lancent dans la lecture de notre livre. Mais leurs enseignants, oui. Une enseignante de l'école primaire Jacques-Rochelleau a développé un parcours de découverte dans le cœur villageois de Saint-Basile à partir du premier livre. »

Les écoles d'autrefois, les métiers anciens, le rôle des chevaux, les grandes familles...

pourraient être des thèmes vus en classe avec les enfants.

Par contre, les étudiants du secondaire pourront plonger d'eux-mêmes dans l'ouvrage, croit M. Pelletier. « Est-ce que ce livre sera une lecture de passion pour de jeunes ados? Sans doute pas. Soyons réalistes! Mais on pourra y trouver des thèmes de recherche. »

La directrice générale de la Caisse Desjardins du Mont-Saint-Bruno, Sophie Morin, ajoute que « cette distribution dans les écoles témoigne de l'engagement de la Caisse envers l'enseignement et envers nos organismes du milieu. Le lien que nous voulions créer entre l'organisme et les jeunes est important par son côté instructif, mais l'est tout autant pour susciter l'intérêt, connaître les implications et préparer la relève ».

Le livre est en vente au comptoir de la bibliothèque Roland-LeBlanc (40, rue Savaria) et sur le site des Éditions Histoire Québec. Grâce aux soutiens financiers reçus, la Société d'histoire est en mesure d'offrir un ouvrage d'une telle qualité à un prix modeste, soit 30 \$. On peut également s'informer à la Société d'histoire de Saint-Basile-le-Grand à [info@shsblg.org](mailto:info@shsblg.org), sur le site [www.shsblg.org/livres](http://www.shsblg.org/livres) ou au 450 653-7051.

## Question aux lecteurs

À quel âge initiez-vous vos enfants à l'histoire?

[versants.com](http://versants.com)

## Vous avez des symptômes de la COVID-19 ?



**Isolez-vous**



**et faites**

**un test rapide  
à la maison.**

**Pour en savoir plus**

**Québec.ca/isolement**

**On continue  
de se protéger.**

Votre gouvernement

Québec

Club de lecture

# Incursion en science-fiction

La bibliothèque Roland-LeBlanc propose divers clubs de lecture à ses abonnés, pour jeunes et moins jeunes, dont ce petit dernier, *À la page*. Bienvenue dans le club!

Pour la nouvelle session du club de lecture *À la page*, la bibliothèque a choisi la thématique de la science-fiction.

Mordue de livres, Nathalie Ferraris convie les abonnés à se joindre au club de lecture *À la page*. Les participants feront une petite incursion dans le monde de la science-fiction, un genre littéraire qui a connu un regain de popularité récemment depuis la sortie du film *Dune*, de Denis Villeneuve.

## QUATRE LECTURES

Quatre œuvres majeures de ce genre littéraire ont été sélectionnées pour le club de lecture :

- *Le meilleur des mondes*, Aldous Huxley, 1932
- *Fahrenheit 451*, Ray Bradbury, 1953
- *La servante écarlate*, Margaret Atwood, 1985
- *La part de l'autre*, Éric-Emmanuel Schmitt, 2001

De passionnantes discussions sont au rendez-vous lors de ces quatre rencontres



mensuelles. Les huit participants, dont la présence est requise chaque soirée, se réuniront les mercredis 23 février, 23 mars, 27 avril et 25 mai, de 19 h à 20 h 30.

En raison des mesures sanitaires en vigueur, les rencontres se tiendront par visioconférence jusqu'à ce que les activités intérieures soient permises et puissent être tenues à la bibliothèque Roland-LeBlanc.

Le nombre de places étant limité, l'inscription est obligatoire et se fait dès maintenant par téléphone au 450 461-8000, poste 8500.

# 4

**C'est le nombre de romans à lire qui sont proposés dans le club de lecture *À la page*.**

## PROGRAMMATION D'HIVER DE LA BIBLIOTHÈQUE

L'équipe de la bibliothèque Roland-LeBlanc a préparé une grande variété d'activités pour le plaisir des tout-petits, des jeunes et

des adultes cet hiver. Consultez la programmation complète au [villesblg.ca/activites-biblio](http://villesblg.ca/activites-biblio) ou abonnez-vous à l'infolettre *Le Grand Babillard* pour ne rien manquer. (FR)

# REMBOURRAGE

COMMERCIAL  
RÉSIDENTIEL

# INTER-PROVINCIAL

Plus de 40 000 échantillons de tissus et cuirs  
meubles antiques | banquettes  
commercial/résidentiel...

SALLE D'EXPOSITION  
ESTIMATION GRATUITE

450 441-5372

Le plus grand atelier de rembourrage de la Montérégie!  
[www.rembourrage.ca](http://www.rembourrage.ca) • [info@rembourrage.ca](mailto:info@rembourrage.ca) • 1500, rue Roberval, Saint-Bruno

## MESURES SANITAIRES EN VIGUEUR COVID-19

DES PROFESSIONNELLES passionnées par leur art!



### SERVICES DENTUROLOGIE

- Prothèses dentaires complètes et partielles
- Prothèses dentaires sur implants
- Réparation
- Service d'urgence soir et fin de semaine
- Rendez-vous le jour et le soir



- Approche en douceur
- L'esthétisme et le confort au cœur de nos pratiques
- Attentives aux besoins de nos patients

### SERVICES DE CHIRURGIE DENTAIRE

- Dents de sagesse
- Extractions
- Greffe de gencive
- Implants
- All-on-4
- Facettes

## COMMENT LA SANTÉ BUCCALE PEUT-ELLE NOUS AIDER À PRÉVENIR L'ALZHEIMER

Dr Roxane Katiya DMD, AEGD

La démence et l'Alzheimer font partie des enjeux de santé ayant des impacts socio-économiques mondiaux énormes à notre époque. Ces maladies n'affectent pas seulement les patients concernés, mais leurs familles et leurs proches aidants, les services sociaux et médicaux et auraient des coûts annuels de 818\$USD milliards globalement. Plusieurs études reconnues ont démontré une corrélation entre des troubles cognitifs et une santé dentaire pauvre. Voici en résumé les principales raisons de cette relation de cause à effet.

1. La parodontite ou la maladie de gencive (habituellement complètement indolore) est caractérisée par une inflammation locale et une invasion bactérienne de la bouche qui constituent une des causes principales de perte de dents chez l'adulte. Avoir une majorité de ces bactéries pathogène dans sa flore buccale pourrait contribuer à leur passage au niveau d'autres organes dans le corps tels que le cerveau, le cœur, les poumons et dans la circulation sanguine.
2. L'inflammation locale chronique en bouche pourrait précipiter la protéine B-amyloïde (supportée par une inflammation subaiguë au niveau du système nerveux central CNS). Les scientifiques s'entendent pour dire que l'accumulation de cette protéine créerait des plaques au niveau du cerveau et serait, parmi d'autres facteurs, à l'origine de la maladie d'Alzheimer.
3. Les dents forment une partie importante de l'appareil masticatoire, et avoir une dentition complète permettrait une bonne capacité de mastication en contribuant à un flux sanguin cérébral plus oxygéné, et opérerait avec un rôle protecteur pour prévenir les troubles cognitifs. Des dents manquantes diminueraient les effets bénéfiques de la mastication.
4. La perte de dents entraîne aussi une baisse de la qualité des nutriments et vitamines qui sont mastiqués et absorbés et qui est très importante pour la santé du système nerveux central. Il est reconnu que la malnutrition serait liée à la démence.

### CONSEILS DES HABITUDES DE VIE POUR DIMINUER LE RISQUE

- 1) Réduire au maximum la quantité de sucre ingérée
- 2) 8 h de sommeil serait l'idéal et faire de l'exercice 3-4 fois par semaine
- 3) Alimentation méditerranéenne ou keto
- 4) Maintenir le bon indice de masse corporelle
- 5) Avoir une santé gingivale optimale et visiter le dentiste 2x par année
- 6) Remplacer les dents manquantes pour une meilleure mastication, un meilleur flux et oxygénation du cerveau
- 7) Traiter l'apnée du sommeil
- 8) Réduire et mieux gérer le stress
- 9) Méditer
- 10) Socialiser
- 11) Être à l'extérieur pour recevoir suffisamment de vitamine D
- 12) Consommer des polyphénols (baies, thé, café)
- 13) Apprendre une 2<sup>e</sup> langue ou un nouveau passe-temps
- 14) Contrôler sa tension artérielle
- 15) Consommer des oméga 3
- 16) Stimuler son cerveau avec des jeux de mémoires, mots croisés, etc.
- 17) Ne pas fumer
- 18) Ne pas consommer de drogue et limiter sa consommation d'alcool
- 20) Pratiquer le jeûne intermittent.

Certaines pratiques peuvent ne pas s'appliquer à vous, pour un article plus complet ou références scientifiques, veuillez consulter [drroxanekatiya.com](http://drroxanekatiya.com)

[drroxanekatiya.com](http://drroxanekatiya.com)

123, ch. De La Rabastalière O., Saint-Bruno-de-Montarville

450 482-4848

CHRONIQUE  
À VOS SIGNETS...

# FÉVRIER, LE MOIS DE L'HISTOIRE DES NOIRS

TOUT LE MOIS DE FÉVRIER EST CONSACRÉ À L'HISTOIRE DU PEUPLE NOIR. SUR CE SUJET, VOICI DES ROMANS HISTORIQUES, DES BIOGRAPHIES ROMANCÉES OU NON, DES FICTIONS AINSI QU'UN ESSAI QUE LA BIBLIOTHÈQUE ROLAND-LEBLANC VOUS SUGGÈRE.



**Petit traité sur le racisme / Dany Laferrière de l'Académie française**

« Le racisme, c'est si simple, au fond. C'est une affaire de Blanc et de Noir où le Blanc concentre entre ses mains tous les pouvoirs. Pourquoi alors est-ce si difficile de le reconnaître? Pourquoi alors ne sommes-nous pas arrivés à enrayer ce poison qui ronge toutes les sphères de la vie en Amérique du Nord, de la course à la Maison-Blanche jusqu'aux campus universitaires et aux simples réunions entre collègues et amis? » Une centaine de petits textes qui retracent l'histoire de l'esclavage et du racisme aux États-Unis, tout comme celle de la vie culturelle noire étasunienne, où se mêlent jazz, chanson, littérature, photo, arts plastiques. Aussi offert en livre numérique.

**Gilles Leroy**  
Nina Simone, roman



**Nina Simone / Gilles Leroy**

Une biographie romancée qui raconte comment une petite fille noire, née dans une famille pauvre de Caroline du Nord, en 1933, est devenue l'immense Nina Simone, la diva à la voix unique et au toucher de piano inoubliable. C'est l'émouvant portrait d'une artiste adulée dans le monde entier, mais pourtant si seule dans la vie, que nous livre ici l'auteur.

## FINALEMENT AUX PROMENADES UNE OFFRE DE CHAUSSURES SPÉCIALISÉES

Un magasin  
de chaussures  
offrant  
des produits  
de qualité  
supérieure.

Chaussures  
adaptées  
aux orthèses

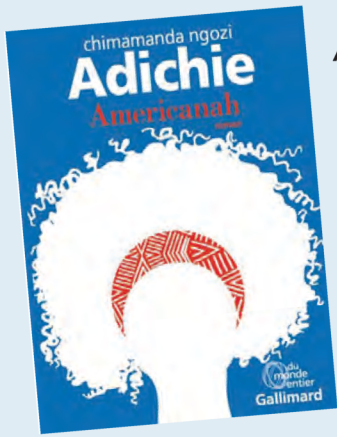


Pour offrir  
à vos pieds  
un confort  
*d'exception*

CONFORT   
*d'exception*

2<sup>e</sup> niveau  
Promenades St-Bruno  
450 441-2000

CF  
Promenades  
St-Bruno



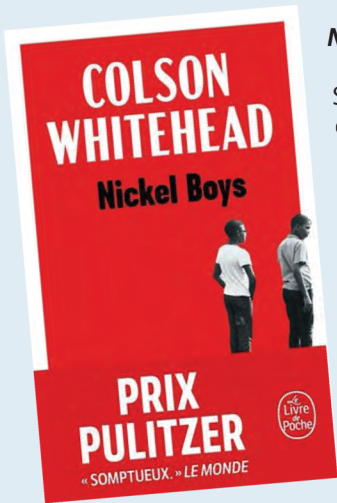
**Americanah / Chimamanda Ngozi Adichie**

Ifemelu quitte le Nigeria pour aller faire ses études à Philadelphie. Jeune et inexpérimentée, elle laisse derrière elle son grand amour. Mais comment rester soi lorsqu'on change de continent, lorsque la couleur de votre peau prend soudain tant d'importance? De défaites en réussites, elle trace son chemin pour finir par revenir sur ses pas, jusque chez elle, au Nigeria. À la fois délicatement drôle et grave, ce roman est une magnifique histoire d'amour. Aussi offert en livre numérique.



**Beloved / Toni Morrison**

Une femme noire tue son enfant pour qu'il échappe à l'esclavage. Cette histoire propose une plongée dans le monde des esclaves de 1870, récemment libérés, mais marqués dans leur chair et soudain précipités dans l'émancipation et à la recherche de leur place sur terre. Ce roman au style d'une grande beauté lyrique, a reçu, en 1988, le prix Pulitzer et a figuré pendant des mois en tête des listes de *best-sellers* en Grande-Bretagne et aux États-Unis.



**Nickel Boys / Colson Whitehead**

S'inspirant de faits réels, ce roman raconte l'histoire d'un orphelin noir dans l'Amérique des années 1960. Alors qu'il rêve d'entrer à l'université, il se retrouve dans une maison de correction qui inflige des traitements inhumains à ses pensionnaires. Ce livre a été nommé dans la liste des meilleurs livres de la décennie par *Time* magazine et a permis à son auteur de remporter pour la deuxième fois, en 2020, le prix Pulitzer de la fiction après *Underground Railroad*, qui traitait également de la condition des Afro-Américains. Les deux titres sont aussi disponibles en livres numériques.



**Nos vérités : mon rêve américain / Kamala Harris**

Fille d'immigrants engagés pour les droits civiques, la vice-présidente des États-Unis, Kamala Harris, a grandi en Californie, dans une communauté profondément éprise de justice sociale. Dans ce livre, paru dans plus de 25 pays, elle raconte sa famille, son éducation, son parcours, ses engagements, son mariage et son besoin de vérités. Elle parle aussi ouvertement de tous ces thèmes qui divisent son pays : le racisme, l'antisémitisme, le sexisme et l'homophobie toujours présents et des inégalités économiques qui ôtent dignité à des millions de travailleurs. Elle s'insurge contre le coût de la santé, contre les brutalités policières et judiciaires... Le désir puissant qu'elle clame : refaire de son pays une grande nation unie, une famille.

Une collaboration de Sylvette Toutant, bibliothèque Roland-LeBlanc




# Pour VENDRE votre PROPRIÉTÉ

## 450 653-2650




**UNE ENTREPRISE FAMILIALE**

*Des gens de Saint-Basile  
depuis 46 ans!*



**Immeubles  
Action**  
Agence immobilière • 2001

**info@action2001.ca  
www.action2001.ca**

**295, rue Principale, Saint-Basile**

**STÉPHANE BOUDREAU**  
COURTIER

**CAROLINE BOUDREAU**  
COURTIER AGRÉÉ

**LOUISE CHARLEBOIS**  
DIRECTRICE D'AGENCE

**GILLES LEBLANC**  
COURTIER

Test de pyrite et  
certificat de localisation

**À NOS FRAIS!**

Jusqu'à la signature  
de l'acte notarié.



**Notre bureau**  
**Ouvert 7 jours semaine**

1224005087-111120

Montériski au US Super Tour

# Médaille d'or pour Alexandre Bourque

Trois skieurs du club de ski de fond Montériski se sont distingués lors du US Super Tour. Le Grandbasilois Alexandre Bourque, entre autres, a décroché une médaille d'or.

Trois skieurs du club Montériski ont réalisé une performance des plus remarquables à Lake Placid, dans l'État de New York, samedi dernier.

Alexandre Bourque, de Saint-Basile-le-Grand, et Xavier Lefebvre, de Longueuil, se sont emparés des deux premières places lors de la finale du sprint classique chez les moins de 20 ans.

Quant à lui, le Varennois Étienne Hébert a terminé au pied du podium avec une quatrième position chez les skieurs seniors. Cette épreuve se déroulait dans le cadre du US Super Tour, une compétition NorAm, soit le plus haut niveau en ski de fond en Amérique du Nord.

Le médaillé d'or, le Grandbasilois Alexandre Bourque, aurait souhaité un meilleur résultat en qualification en matinée. « J'ai toutefois su me reprendre en après-midi. Le quart de finale et la demi-finale ont super bien été et j'ai pu accéder à la finale sans brûler toutes mes cartouches », commente le jeune homme après avoir reçu sa médaille.

Il poursuit : « J'avais de super bons skis et l'énergie était là! J'ai attaqué dans la dernière montée avant le stade et j'ai pu garder mon avance jusqu'à la fin. »

Alexandre Bourque a su faire preuve d'une belle constance au cours des quatre phases de l'épreuve. Il a maintenu un rythme moyen de 3 minutes et 21 secondes pour remporter la médaille d'or.

**« J'avais de super bons skis et l'énergie était là! »  
- Alexandre Bourque**

Xavier Lefebvre s'est réjoui de la médaille d'or de son coéquipier chez Montériski. « Alex a très bien skié et il mérite cette première place », souligne-t-il. Commentant sa propre performance, il s'est dit déçu de sa qualification. « C'était vraiment une mauvaise course et le moral était bas. J'ai tout de même décidé de faire les vagues éliminatoires et de me contenter d'avoir du "fun". »



Alexandre Bourque, de Saint-Basile-le-Grand, a remporté une médaille d'or au US Super Tour. (Photo : Timothy Austen)



Le skieur Alexandre Bourque. (Photo : Timothy Austen)

J'ai fini par très bien faire. Je me sentais de mieux en mieux après chaque vague. Je suis content de cette deuxième place », de déclarer Xavier Lefebvre.

Pour la directrice technique du club Montériski, Sylvie Girard, « il s'agit là de résultats exceptionnels devant des rivaux de fort calibre ».

Dimanche, lors de l'épreuve du 10 km style libre que se disputaient 144 fondeurs dans les catégories U20 à sénior, Étienne Hébert et Xavier Lefebvre ont fait bonne figure, s'adjugeant respectivement les 8<sup>e</sup> et 33<sup>e</sup> échelons.

Sylvie Girard, l'entraîneuse-chef de Montériski, a qualifié ces résultats d'excellents. « Il faut se rappeler qu'il s'agit d'une course NorAm, donc avec les meilleurs skieurs. Ils couraient dans un "open" et ce sont de très bons résultats », insiste-t-elle.

Dans cette épreuve, Xavier Lefebvre a réalisé le 10<sup>e</sup> meilleur temps des U20, sa catégorie d'âge. Il s'est aussi classé au troisième rang des fondeurs du Québec qui participaient à l'épreuve.

Même s'il s'est dit déçu de sa performance dans cette épreuve de distance, Xavier, qui a intégré l'équipe B de Nordiq Canada pour cette tournée, « compte mettre à profit les quatre prochains jours pour se reposer et revenir en force à Craftbury, au Vermont, deuxième étape de cette tournée ».

Enfin, pour Sylvie Girard, les résultats du dernier week-end augurent bien pour le reste de la saison. « Je suis très fière de mes athlètes! Ils se donnent et ils mettent tout ce qu'ils peuvent pour atteindre leurs objectifs. » (FR)

# Zone ENFANTS



## MOT CACHÉ

THÈME : L'ÉLECTRICITÉ / 7 LETTRES

- |   |   |  |   |  |   |                                      |
|---|---|--|---|--|---|--------------------------------------|
| <b>A</b><br>ALIMENTATION<br>ALTERNATEUR<br>AMPÈRE | <b>C</b><br>CÂBLE<br>CENTRALE<br>CHARGEUR | <b>C</b><br>CONTACT<br>CONVERTISSEUR<br>COURANT<br><b>D</b><br>DISJONCTEUR<br>DYNAMO<br><b>E</b><br>ÉCLAIRAGE<br>ÉLECTRODE | <b>É</b><br>ÉLÉMENT<br>ÉNERGIE<br><b>F</b><br>FARAD<br>FIL<br>FLUORESCENT<br>FLUX<br>FORCE<br>FOUDRE<br>FRÉQUENCE<br>FUSIBLE<br><b>G</b><br>GÉNÉRATRICE | <b>I</b><br>INDUCTION<br>INTERRUPTEUR<br><b>L</b><br>LAMPE<br>LIGNE<br><b>M</b><br>MINUTERIE<br><b>O</b><br>OHM<br><b>P</b><br>PANNE<br>PILE<br>POTEAU | <b>P</b><br>PRISE<br>PUISSANCE<br>PYLÔNE<br><b>R</b><br>RÉSEAU<br><b>S</b><br>SOURCE<br>SURCHARGE<br><b>T</b><br>TENSION<br>TRANSFORMATEUR<br>TURBINE | <b>V</b><br>VOLT<br><b>W</b><br>WATT |
|---|---|--|---|--|---|--------------------------------------|

R	U	E	S	S	I	T	R	E	V	N	O	C	T	R	M	E	A	E	O
N	A	D	I	S	J	O	N	C	T	E	U	R	U	I	C	R	L	L	M
O	L	E	E	I	R	E	T	T	A	B	A	E	N	R	E	P	I	E	A
I	T	C	F	P	O	T	E	A	U	N	T	U	U	S	T	U	F	C	N
T	E	N	U	E	F	E	M	A	S	P	T	O	E	F	N	I	S	T	Y
A	R	E	S	N	L	S	C	F	M	E	S	A	E	O	E	S	U	R	D
M	N	U	I	R	U	I	O	O	R	P	U	P	L	R	M	S	R	O	F
M	A	Q	B	O	X	R	C	I	U	L	E	E	I	C	E	A	C	D	A
O	T	E	L	B	M	P	E	N	T	R	I	R	P	E	L	N	H	E	R
S	E	R	E	A	E	C	T	G	O	T	A	G	E	M	E	C	A	O	A
N	U	F	T	N	I	E	C	N	E	I	A	N	N	F	A	E	R	T	D
O	R	E	I	R	I	E	N	E	E	N	T	W	T	E	O	L	G	L	C
C	U	B	C	G	N	T	C	O	C	M	E	A	E	P	N	U	E	O	H
R	O	U	R	T	C	U	T	H	I	L	E	R	T	N	A	O	D	V	O
B	I	E	R	A	O	H	M	E	A	X	A	H	A	N	I	N	L	R	C
T	N	A	T	E	L	B	A	C	N	R	E	I	C	T	E	B	N	Y	E
E	L	N	B	A	R	R	A	G	E	S	G	N	R	N	R	M	R	E	P
E	O	N	O	I	T	C	U	D	N	I	E	N	A	A	I	I	U	L	
C	F	L	U	O	R	E	S	C	E	N	T	O	U	O	G	R	C	L	T
E	R	U	E	T	P	U	R	R	E	T	N	I	N	R	C	E	B	E	A

SOLUTION DE CE MOT CACHÉ : AMPÔULE

## SUDOKU

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



RÉPONSE DU SUDOKU

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

# lumicité 2

sur la montagne

lumiciteM2.ca



## NOUVEAU PROJET À SAINT-BASILE-LE-GRAND

Les pré-ventes sont en cours!

### PRENEZ RENDEZ-VOUS avec nous dès aujourd'hui.



MESSIER **M** MARTE  
COURTIERS IMMOBILIERS

LES SPÉCIALISTES SUR LE TERRAIN.



365 Boulevard Sir-Wilfrid-Laurier #202, Beloeil, QC J3G 4T2  
Daniel Messier 514 967-2395 | Johnny Marte 514 346-5688



[www.facebook.com/messiermarteimmobilier](http://www.facebook.com/messiermarteimmobilier)