

Accès

LE

Journal des
Pays-d'en-Haut



LES INDIANA JONES DU SKI DE FOND

SUR LES TRACES DE JACK RABBIT

PAGES 16, 17 ET 18

SAINTE-ADÈLE

**ROBERT MILOT
RECONNU COUPABLE**

PAGE 7

PALMARÈS DES COMMISSIONS SCOLAIRES

LA CSL EN TROISIÈME POSITION

PAGE 12

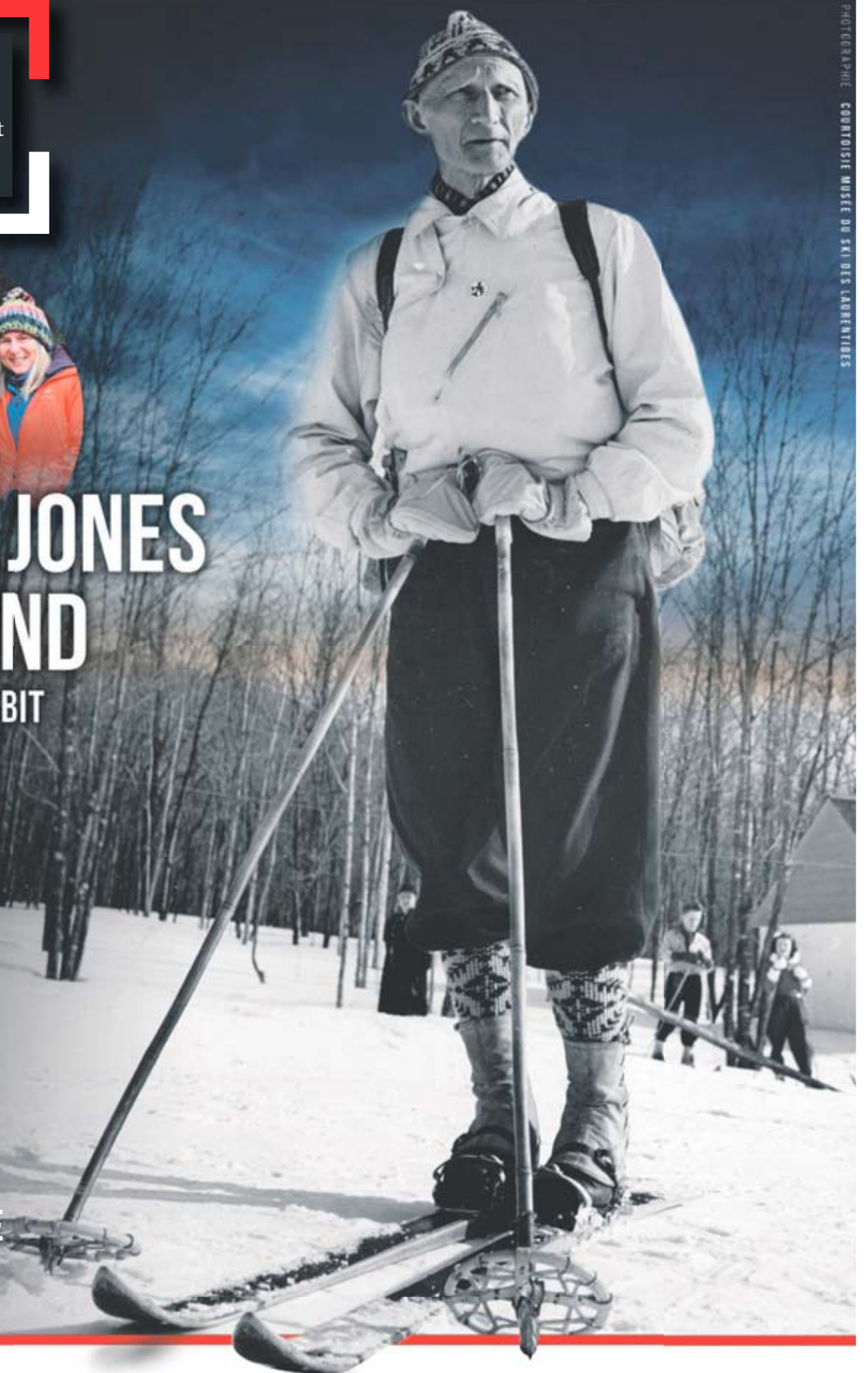
CAHIER SKI

PAGES 13 À 24

PATINAGE ARTISTIQUE

**JUSTINE CHARTRAND-GRÉGOIRE
DOMINE**

PAGE 30



PHOTOGRAPHIE: COMTOISIE MUSÉE DU SKI DES LAURENTIDES

VD
VAPEDEPOT
www.vapedepot.ca

PLUS DE
45
BOUTIQUES
au QUÉBEC!

BOUTIQUES D'ARTICLES POUR VAPOTEURS
450 744-0303 • 224 B, chemin du Lac Millette, SAINT-SAUVEUR



CLINIQUE
PODIATRIQUE
DES MONTS

Dre Émilie Gagnier,
podiatre

Dre Myriam Ladouceur,
podiatre

Dre Melly-Anne Bouchard,
podiatre

Nouvelle adresse

17 boul. de La Salette, suite 201
Saint-Jérôme QC J5L 2H8

137, rue Principale,
Saint-Sauveur, Qc J0R 1R6

podiatriedesmonts.com

450-504-5900

450-744-3244

1-800-000-1

TU N'AS PAS FROID AUX YEUX

Tu t'investis...
Tu joues dehors
Tu manges au resto
Tu magasines
Tu profites du paysage
Tu es... FIER!!

TU ES COMMERÇANT DE LA VALLÉE ?
PREND PLAISIR À L'AVENTURE....

VIENS T'ÉCLATER!

DJ, animateur et tirages

Mercredi 15 janvier, dès 17 h

**Nous fêtons l'année 2020
avec le lancement de
la programmation hivernale!**

Restaurant La GARE

90, avenue de la Gare, Saint-Sauveur

RSVP Isabelle 450 227-2564
isabelle@valleesaintsauveur.com

Ville de
Saint-Sauveur



DONNEZ UNE DEUXIÈME VIE À VOS SAPINS!

SAINTE-ADÈLE – Apportez votre sapin de Noël à l'écocentre entre le 4 et le 11 janvier (ouvert du lundi au samedi de 8 h à 16 h) et donnez-lui une deuxième vie. Tous les sapins déposés à l'écocentre seront déchiquetés par la compagnie Arbressence. Ce faisant, celle-ci réalisera une double valorisation de votre arbre : l'extraction d'huile essentielle du feuillage et la production de paillis et/ou d'amendement pour les sols. Le compostage c'est bien, la double valorisation, c'est mieux!



Ô CHOEUR DU NORD

C'est devant plus de 400 personnes que l'ensemble vocal « Ô Choeur du Nord » de Val-David, sous la direction de Louis Babin, a présenté ses 3 concerts de Noël. En 2020, la chorale célébrera ses 45 ans d'existence. Inscrivez ces dates à votre agenda : les 6 et 7 juin à la salle communautaire de Val-David et le 14 juin à l'église de St-Adolphe d'Howard. Pour ceux qui veulent se joindre à la chorale, les auditions auront lieu le 13 janvier prochain, vous devez vous inscrire via le courriel ochoeurduNord2017@gmail.com ou laisser un message au 819-322-6568.



PARTEZ EN VACANCES AVEC SUNWING

CONCOURS – Michel Bouilly de Saint-Jérôme est le grand gagnant de notre concours « Partez en vacances avec Sunwing », qui s'est déroulé du 11 septembre au 4 novembre. Ce dernier remporte un crédit voyage de 3000 \$! Le billet gagnant avait été déposé à la Pharmacie Brunet Plus de St-Jérôme. Sur la photo : Claude Labelle, DG journal Le Nord. Edith pelletier, conseillère en solutions média journal Le Nord, Audrey St-Germain, pharmacienne propriétaire Brunet Plus à St-Jérôme, Michel Brouilly gagnant et Isabelle Raymond, pharmacienne propriétaire Brunet Plus à St-Jérôme



PROGRAMME ACCÈS-LOISIRS PAYS-D'EN-HAUT

SAINTE-ADÈLE – Sainte-Adèle, Saint-Sauveur, Morin-Heights, Sainte-Anne-des-Lacs, Piedmont et Sainte-Marguerite-du-Lac-Masson poursuivent leur association afin d'offrir, en collaboration avec la Maison de la Famille des Pays-d'en-Haut, ce programme qui permet aux personnes de 0 à 99 ans vivant une situation de faible revenu la possibilité de participer à des activités de loisir gratuitement. Les inscriptions pour les activités d'hiver se dérouleront le mercredi 8 janvier de 17 h à 20 h à la Maison de la Famille. Si vous êtes un organisme intéressé à offrir des places de loisir gratuitement, veuillez communiquer avec Vincent Bélanger : vbélanger@ville.sainte-adele.qc.ca



JUSQU'À **70%** DE RABAIS

Collection
Laflamme

**LUNDI AU VENDREDI 9H À 17H30
SAMEDI 9H À 17H /
DIMANCHE FERMÉ**

VENTE FINALE – AUCUN ÉCHANGE - AUCUN REMBOURSEMENT

VENTE DE JANVIER

MANTEAUX & ACCESSOIRES FEMMES ET HOMMES



- AGNEAU RETOURNÉ ~~1995 \$~~ **599 \$**
- AGNEAU RETOURNÉ ~~1295 \$~~ **349 \$**
- AGNEAU RETOURNÉ ~~995 \$~~ **199 \$**
- MANTEAUX DUVET **SPÉCIAL** **245 \$**
- JAQUETTE LAINE **SPÉCIAL** **199 \$**
- MANTEAUX HOMME ~~1095 \$~~ **399 \$**
AVEC DOUBLURE D'AGNEAU

50% DE RABAIS
SUR TOUS LES MANTEAUX DE FOURRURE NEUFS

229, RUE ST-GEORGES, ST-JÉRÔME 450 436-2772
STATIONNEMENT GRATUIT DISPONIBLE CÔTÉ NORD DE L'ÉDIFICE



Photo: John Landano

POUR DÉJOUER L'ENNUI :

PIERRE LAPOINTE TROQUE LE PIANO POUR DES GUITARES

Dyane Bouthillette — Dans son album *Pour déjouer l'ennui*, sorti au mois d'octobre dernier, Pierre Lapointe a remplacé le piano par des guitares, tout en demeurant fidèle à la voix de son style et sa couleur artistique. « Je suis resté dans quelque chose de relativement proche de mon univers », dit-il.

Nous parlant également de sa tournée qui débutera en 2020, le chanteur annonce un spectacle différent de celui de *La science du cœur*. « La façon de présenter les chansons était très mathématique. Dans « Pour déjouer l'ennui » c'est le contraire. C'est tout en douceur et avec plus de spontanéité », nous dévoile le chanteur.

Au-delà de ses talents artistiques, Pierre a le don de nous téléporter au cœur de sa dimension intérieure, nous faisant ainsi découvrir la beauté de la signature mélancolique de son genre musical.

PIERRE, QUELLE EST LA COULEUR DE « POUR DÉJOUER L'ENNUI » ?

L'album est composé de chansons que je qualifie de berceuses pour de petits enfants devenus grands. J'avais envie de faire quelque chose de beau et de rassurant, d'apaisant. J'ai travaillé sur ce disque en essayant de ne pas mettre de piano. C'est la première fois que je fais ça dans ma carrière. Il y a 2 pièces où l'on entend du piano, mais sinon c'est surtout des guitares.

LES PIÈCES DE L'ALBUM SONT-ELLES AUSSI MÉLANCOLIQUES QUE SUR LES AUTRES ?

La mélancolie est et sera toujours là. Je dis souvent à la blague que je suis le chanteur dépressif (rires), que je suis le spécialiste des chansons tristes et ce n'est pas faux... Pas que je suis dépressif, mais que je suis le spécialiste des chansons tristes (rires).

EST-CE QUE PIERRE LAPOINTE EST UN MÉLANCOLIQUE ?

Oui. J'ai un regard très lucide sur la vie. Je lie les éléments et les situations très rapidement. Ce qui fait que je deviens souvent déprimé, découragé et extrêmement désillusionné. Mais de créer de la musique, de belles chansons,

de beaux spectacles, des vidéoclips, des amitiés autour du travail et dans ma vie, est une façon pour moi de contrer ces sentiments de mélancolie et de tristesse qui sont souvent dus à une grande lucidité par rapport à ce que je peux observer.

VOUS AVEZ AUSSI UN SENS DE L'HUMOUR REMARQUABLE QUI VOUS PERMET DE NE PAS VOUS ENFONCER ET QUE VOUS UTILISEZ EN SPECTACLE...

Exactement. C'est une façon de tourner à la dérision ce qui m'affecte. Ce n'est pas parce que je traite de sujets mélancoliques que je me dois d'être lourd et d'avoir une attitude insupportablement sérieuse. L'humour est toujours présent dans mes spectacles. Cela fait en sorte que le public s'ouvre. Quand j'arrive avec une chanson hyper triste, je vais toucher les gens encore plus parce qu'ils sont dans un état d'ouverture d'esprit, d'âme et de cœur.

VOUS COMMENCEREZ JUSTEMENT UNE NOUVELLE TOURNÉE EN 2020. PARLEZ-NOUS DE VOTRE SPECTACLE ?

Le spectacle sera à l'image du nouvel album, mais je vais aussi revisiter des chansons de mes albums *La science du cœur* et *Paris tristesse* qui est un regroupement de mes chansons les plus marquantes du début de ma carrière jusqu'au début des années 2010. J'aurai des musiciens avec qui je travaille depuis toujours et ça me fait extrêmement plaisir de penser que je serai en tournée avec eux. On vivra sur scène de belles émotions tristes, mais toutes douces. Il n'y aura pas de piano et ça, c'est une première de mon histoire.

POURQUOI SANS PIANO ?

Parce que je voulais essayer de faire différent. Je me suis demandé ce que cela donnerait si on enlevait le piano et on se concentrait sur des guitares. Finalement ça reste encore un son très classique, comme quand je suis au piano. Les guitares m'amènent à chanter plus doucement. C'est l'art de faire différent sans se travestir ou sans aller complètement à l'encontre de ce qu'on est à l'intérieur.

DANS VOTRE SPECTACLE « LA SCIENCE DU COEUR » VOUS AVIEZ UN SUPERBE DÉCOR. COMMENT SERA CELUI DE « POUR DÉJOUER L'ENNUI » ?

Il est trop tôt pour en parler, mais chose certaine, il sera chaleureux et chic. L'album est très simple et en même temps il y a une émotion complexe et magnifique qui s'en dégage. C'est ce que je vais transcrire sur scène. Le but est de créer des petits moments de grâce où les gens seront extrêmement émus par ce qu'ils entendront et verront.

Lors de sa tournée, Pierre Lapointe s'arrêtera dans les Laurentides. pierrelapointe.com

Réservez dès maintenant

Bureau de location MAINTENANT OUVERT

LES COURS Sainte-Adèle

VENEZ VISITER NOTRE UNITÉ MODÈLE SITUÉE AU CŒUR DES PROMENADES SAINTE-ADÈLE!

LesCoursSainteAdele.com
555 BOUL. SAINTE-ADÈLE, SAINTE-ADÈLE, QUÉBEC J8B 1A7
info@lescourssteadele.com

Qualité hôtelière | Services évolutifs | Résidence pour retraités actifs

450.820.1414

RÉSIDENCE EN COURS DE CERTIFICATION

ÉLIGIBLE AU CRÉDIT D'IMPÔT



MIMI LEGAULT
mimilego@cgocable.ca

Oui oui, la politesse, le respect, le savoir-vivre, l'étiquette. Des mots en voie d'extinction parce que de plus en plus de parents eux-mêmes privés de bienséance dans leur jeunesse, n'enseignent plus à leurs petits l'art des bonnes manières. Je dis ça mais j'ai vécu un moment d'impolitesse avec une personne âgée dans un supermarché. Elle se trouvait dans le département des fruits et légumes. Soudain, elle échappe les 4-5 oranges qu'elle tenait dans ses mains. Me voilà à me précipiter vers elle en la voyant peiner pour se pencher. La terre est basse, devait-elle se dire. Au moment où je lui remettais le tout, elle m'a regardée avec colère en me disant : « vous croyez vraiment que je suis trop vieille pour les ramasser » ? Aucun remerciement de sa part, bien sûr.

Tenez, combien de fois cela m'arrive de laisser la voie à une voiture. C'est devenu une denrée rare de recevoir un salut ou un signe de la main en guise de reconnaissance. C'est plutôt une multitude de bras ou de doigts d'honneur que l'on croise sur nos routes avec tous ces conducteurs qui nous foncent dessus comme des missiles. Coudon, mes idées de bienséance sentent-elles le moisi à ce point?

Catherine, coton ouaté, Dorion de Québec Solidaire me décoit au plus haut point. J'ai encore en tête sa vidéo dédiée au Premier Ministre François Legault. À grand coups de tutoiement, je vous relate mot pour mot la fin de sa missive : « *François Legault, arrête de dire que c'est la faute d'Ottawa. C'est toi qui as la possibilité de prendre*

Cette pensée pour elle de Jean D'Ormesson : c'est le langage qui crée l'humain.

Il faut beaucoup de courtoisie et de patience pour côtoyer ceux qui manquent de savoir-vivre. Parlant de tact, je vous donne en exemple des phrases à proscrire de votre vocabulaire et vous en propose d'autres gratuitement en remplacement. Au lieu de dire j'ai méga envie de péter, on pourrait dire tu tiens combien en apnée? Ou bien : ma parole t'es toujours aussi con pourrait être remplacé par : ce qui me fascine chez toi, c'est ta constance. C'est très impoli de dire que tu pues d'la gueule, on pourrait remplacer ça par : désires-tu un bonbon à la menthe? Des fois on aurait envie de dire : elles sont stupides tes blagues. Mieux vaut se retenir en lui demandant plutôt comment il fait pour toutes les retenir. Et pour la fin, au lieu de se moquer de Manon Massé de Québec Solidaire, en riant de sa moustache qu'elle semble porter fièrement, on lui dit gentiment : madame, vous avez l'air de plus en plus féline...

La politesse demeurera toujours une grâce de l'esprit, une sorte de douceur envers autrui, une intelligence de la vie. Elle est comme l'air dans les pneus, elle ne coûte rien mais rend la route infiniment plus agréable.

LA POLITESSE ÇA VOUS DIT QUELQUE CHOSE?

À l'école, lorsque je remettais des copies à mes élèves, j'exigeais ce petit mot de rien : merci. Un jour, l'un d'eux m'avoua que ça n'existait pas dans sa famille. Je l'avais alors encouragé à en parler avec ses parents. Dès le lendemain, l'enfant m'avait dit : mon père y dit de te mêler de tes affaires. Ah bon...

l'argent. Elle, c'est quoi l'esti de crise de niaisage de marde»? Ce qui m'irrite dans ce cas, c'est que cette jeune député à l'assemblée nationale n'est pas du tout dépourvue d'intelligence. Hélas, elle sert comme du papier de toilette, j'espère qu'elle sera vite rendue au bout du rouleau.



JORDAN WEAL
CE JEUDI 22h30
RDS

EN REDIFFUSION CE SAMEDI 18h30 SUR RDS2





Ève Ménard — Les MRC de Mirabel, Argenteuil, Deux-Montagnes et Thérèse-De Blainville, collaborent au sujet d'un projet de transport par vélo à assistance électrique dans les Laurentides, au service

des familles, des touristes et des travailleurs. Un moyen de faire du sport, à travers un des déplacements efficaces et qui sont favorables à l'environnement.

La MRC de Mirabel est l'investigatrice du tout nouveau projet, m'explique Stéphane Michaud, directeur général du Parc Bois de Belle-Rivière et président fondateur de Tourisme Mirabel. Bien que le projet débute au Sud, Monsieur Michaud affirme qu'ils ont ultimement l'intention de proposer aux autres MRC des Laurentides de suivre la vague. Mais avant de l'expander à plus grande échelle, il est important de tester le projet et les réalités qu'il implique.

■ SUIVRE LA VAGUE

« On sait que c'est une vague qui s'en vient, partout au Québec et ailleurs dans le monde, le transport à assistance électrique. Le vélo n'est pas uniquement à l'électricité; on pédale un peu, mais l'assistance électrique est là pour nous aider. Avec la même énergie humaine de dépenser, on va peut-être faire trois fois la distance. C'est comme ça qu'il faut le voir. Moi je dis souvent : on ouvre notre garage, à gauche on a notre voiture, à droite on a le vélo traditionnel et entre les deux, on vient glisser notre vélo à assistance électrique. », explique Stéphane Michaud. Et quel est le public cible d'un tel projet? « On parle des familles qui veulent se déplacer pour faire une sortie, le travailleur qui s'en va au travail, les touristes qui veulent visiter. C'est un système de transport qui garde quand même en forme, mais à travers duquel il n'y a pas de recherche de performance », ajoute-t-il.

À présent, il s'agit de se doter d'un plan de travail précis. Chaque municipalité aura ses particularités. Les investigateurs du projet devront répondre à plusieurs questions : Comment s'y prendre? Où installer les bornes? À quelle distance l'une de l'autre? Combien de vélos disponibles? Quel type de vélo? Concrètement, pour l'année 2020, Monsieur Michaud planifie la proposition

d'un plan de travail très défini, détaillant les étapes de l'implantation.

De plus, en 2020, il y aura un premier projet pilote concret afin de tester les vélos. Deux stations seront créées dans la région de Mirabel : une première au Parc régional Bois de Belle-Rivière et une seconde au Parc du Domaine Vert. « Entre les deux parcs, il y a environ 15 à 18 km de distance. On va donc pouvoir y circuler avec les vélos pour voir comment le tout peut s'opérer », précise le fondateur de Tourisme Mirabel.

■ UN SOUCI DE L'ENVIRONNEMENT

Cette initiative s'inscrit dans un mouvement en faveur de l'environnement et de l'électrification des transports, comme le souligne Monsieur Michaud : « On entend parler de la voiture électrique, des autobus électriques, et les vélos font aussi partie de ce mouvement. On souhaite aussi, à travers le transport intelligent, intégrer au quotidien des attitudes de transport favorisant la préservation de notre environnement. Le vélo est un véhicule extraordinaire, très peu polluant et très mobile. C'est individuel, ça nous permet donc d'aller pas mal où on veut. »

« C'est une très belle initiative. On veut le faire d'une manière solide pour s'assurer qu'on puisse par la suite, l'amener à plus grande échelle, mais sous la même signature. C'est une première dans les Laurentides et on est bien fière de piloter ça », conclut Stéphane Michaud.



Le **CEP** c'est **LA place!**

16 FORMATIONS À DÉCOUVRIR

POUR UN AVENIR PASSIONNANT

PORTES OUVERTES 29 JANVIER DE 17H À 20H

DESSIN TECHNIQUE	TRAVAIL AVEC LE PUBLIC	TRAVAIL DE BUREAU	TRAVAIL MANUEL
------------------	------------------------	-------------------	----------------

DEP Carrosserie Début : 27 janvier 2020 DEP Mécanique automobile Début : 13 janvier 2020	Électromécanique de systèmes automatisés Début : 14 janvier 2020 (soir) Début : 11 février 2020 (jour) DEP Vente-conseil Début : 27 janvier 2020 DEP Vente-conseil (soir-volet commerce en ligne) Début : 9 mars 2020	DEP Esthétique automobile Début : 27 janvier 2020 DEP Ferblanterie Début : 20 janvier 2020 DEP Tôlerie de précision Début : 13 janvier 2020
--	---	---

STAGE
D'UN JOUR

★
EXPLORATION
D'UN MÉTIER

Venez vivre une journée en formation professionnelle

Formations individualisées - Prochaines entrées 13 janvier et 3 février 2020

- ASP Lancement d'une entreprise (jour-soir) - DEP Dessin industriel (jour) - DEP Techniques d'usinage (jour)	- DEP Secrétariat (jour-soir) - DEP Comptabilité (jour-soir) - Double DEP Adjoint administratif (jour)	- DEP Soudage-montage (jour-soir) - DEP Conseil et vente de pièce d'équipement motorisé (jour)
---	--	---

Inscrivez-vous dès maintenant

PRÉALABLES DEP

4^e secondaire; anglais, français, maths.
Préalables ASP, voir site web.

Commission scolaire de la Rivière-du-Nord

917, montée Saint-Nicolas, Saint-Jérôme (Qc) J5L 2P4

450 565-0006 | formationcep.com

P00935-1

MANŒUVRE ÉLECTORALE FRAUDULEUSE

ROBERT MILOT RECONNU COUPABLE



L'ex-maire de Sainte-Adèle,
Robert Milot.

Françoise Le Guen — Un jugement de la Cour du Québec conclut que l'ex-maire de Sainte-Adèle, Robert Milot, est reconnu coupable d'avoir commis une manœuvre électorale frauduleuse au sens de l'article 645 de la Loi.

Le jugement indique qu'en transmettant un rapport de dépenses électorales incomplet et comportant certains éléments faux, Milot commet ainsi une manœuvre électorale frauduleuse. De fait, le tribunal a déclaré le défendeur coupable de l'infraction et le condamne à verser l'amende minimale de 5 000 \$ plus les frais.

HISTORIQUE

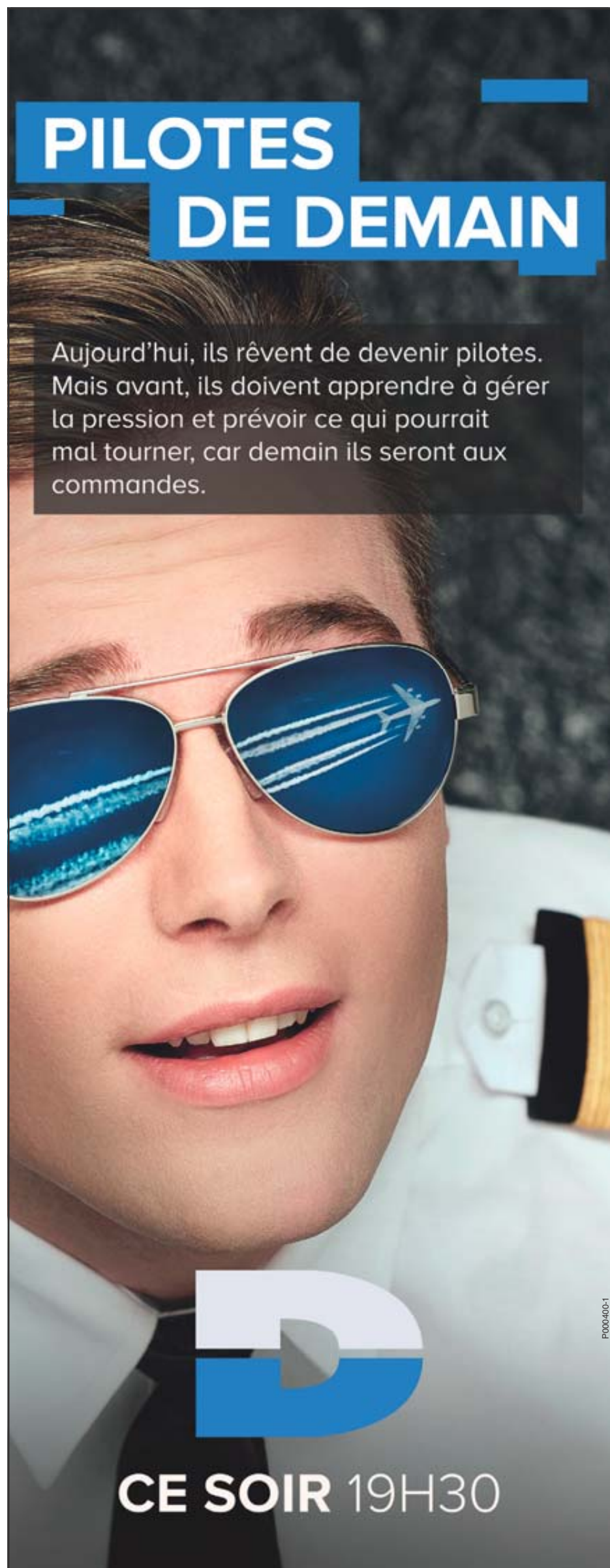
On se rappelle que quelques semaines après avoir reçu un verdict de culpabilité pour manœuvre électorale frauduleuse (une histoire qui remontait à janvier 2014), Robert Milot, alors maire de Sainte-Adèle, était visé par une nouvelle enquête du Directeur général des élections du Québec (DGEQ). Cette fois, ce sont ses dépenses encourues lors de la campagne à la mairie de Sainte-Adèle, en 2016, qui étaient scrutées.

Notez que deux plaintes déposées par les candidats défaits lors des élections de mai 2016, Lise Gendron et Pierre Morabito, sont à l'origine de cette enquête. « La Loi électorale du Québec impose un plafond de dépenses. Comment M. Milot a-t-il pu déployer une telle campagne électorale, avec son local électoral, ses affiches et une personne responsable de ses communications? » soulevait à l'époque

M. Morabito. Ce dernier base son argumentaire sur son analyse des factures et dépenses de Rober Milot.

LES DÉTAILS

Le 1^{er} mai 2016, à la suite des élections municipales partielles de Sainte-Adèle, Robert Milot, candidat indépendant et agent officiel, est élu maire. Il transmet son rapport des dépenses électorales au Directeur général des élections du Québec (DGEQ) qui prétend que ledit est incomplet et qu'il comporte des éléments qui sont faux, en contravention à la Loi sur les élections et les référendums dans les municipalités¹ (la Loi). Seraient manquants, l'inscription d'une rétribution en argent versée à une firme de communication, de même que le paiement d'un photographe. Seraient faux, des éléments d'une facture pour le paiement de pancartes et de cartes postales. ■



SAINTE-AGATHE-DES-MONTS — BUDGET 2020

MAJORATION DU COMPTE DE TAXES

(F. L. G.) — Lors de ses séances du 17 décembre, le conseil municipal a adopté des budgets de dépenses de 29 556 100 \$ pour la Ville de Sainte-Agathe-des-Monts et de 6 734 600 \$ pour l'agglomération, en hausse globalement de 4,2 % comparativement à 2019.

L'effort fiscal demandé aux Agathois et Agathois implique une majoration du compte de taxes municipales. Cette augmentation de taxes correspond, pour une maison moyenne évaluée à 230 000 \$ en 2019, à une hausse annuelle de la taxation de 96,16 \$ (3,07 %) pour le secteur centre et le secteur sud, et de 56,19 \$ (2,38 %) pour le secteur nord.

« L'exercice de faire un budget n'est jamais facile, souligne le maire Denis Chalifoux.

Cette année, dans la lignée de DESTINATION 2030, nous misons sur la consolidation des services aux résidents afin d'en garantir la qualité. Ce budget nous permettra de poursuivre nos objectifs en matière de développement économique, de renouvellement de nos infrastructures et d'animation de notre belle ville. »

Pour les cinq dernières années, ce sont en moyenne, des hausses de taxes de 2,1 % pour le secteur centre, de 2,1 % pour le secteur sud et de 2,7 % pour le secteur nord que les Agathois et Agathois ont absorbées.

■ IMMOBILIER

Les dernières données rendues publiques par la Fédération des chambres immobilières du Québec (FCIQ) au sujet du marché

immobilier de l'agglomération de Sainte-Agathe-des-Monts sont positives non seulement pour le dernier trimestre, mais pour l'ensemble de l'année 2019.

D'ailleurs, au 3^e trimestre de 2019, la FCIQ notait une hausse des ventes de 16 % pour l'agglomération de Sainte-Agathe-des-Monts.

Globalement, pour l'année 2019, les ventes des résidences de toute nature sont en hausse de 13 % alors que les inscriptions sont en hausse de 3 %. Au cours de l'année 2019, la valeur totale des ventes a connu une hausse de 24 %.

Cela veut donc dire qu'il y a plus d'acheteurs intéressés que de personnes intéressées à vendre et conséquemment, le prix des maisons vendues est en hausse.

Pour les unifamiliales, les ventes des 12 derniers mois sont en hausse de 8 %, le prix moyen a augmenté de 11 % à 290 512 \$. De plus, le prix de vente moyen a augmenté de 25 % au cours des cinq dernières années.



Le maire de Sainte-Agathe-des-Monts, Denis Chalifoux.

CONSTRUCTION

Pour l'année 2019, la valeur totale des permis résidentiels, commerciaux et industriels émis est de plus de 55 M\$, une hausse de 8 M\$ depuis 2018. Seulement pour le résidentiel, ce sont 21 M\$ qui ont été récoltés en émission de permis de plus que 2018. Au total, plus de 108 nouvelles unités résidentielles ont été construites à Sainte-Agathe-des-Monts en 2019. ■



Nouveau sac
fait à 100 %
de plastique recyclé

publi
sac

100 % recyclable

publisac.ca

THÉÂTRE GILLES-VIGNEAULT

Des billets sont encore disponibles pour plusieurs spectacles présentés au Théâtre Gilles-Vigneault au cours du mois de janvier. En voici quelques-uns!

La salle propose comme nouveauté cette saison quelques spectacles de musiques les dimanches matin sur la mezzanine. À cet effet, des cafés et des viennoiseries gratuites sont même fournies par la boulangerie « Deux gars dans l'étrier ». Le guitariste Pierre Beaudry y sera notamment en spectacle le 19 janvier dès 11h. Ce dernier mène une carrière de concertiste qui l'a fait voyager partout dans le monde. Il transporte son public à travers des chefs-d'œuvre du 17^e siècle et des courants de la musique moderne.

La pièce « La détresse et l'enchantement », relatant la vie de l'auteure Gabrielle Roy et inspirée de son roman autobiographique du même nom, sera présentée le 22 janvier à 19h30. Le public pourra ainsi être témoin de la naissance d'une grande romancière ainsi que de son personnage. Marie-Thérèse Fortin, qu'on connaît bien pour ses rôles à la télévision, est celle qui incarne cette grande pointure de la littérature québécoise.



La détresse et l'enchantement

Guy Desfossés INC.

Société par action d'un courtier immobilier

T: 450 229-6666 | C: 514 949-2040

guy1remax@gmail.com

www.guydesfosses.com

bonjour

Agence immobilière

RE/MAX

TEMPLE DE LA RENOMMÉE

Mérites

Sécuri-T

Intégri-T

Tranquilli-T

VENDU

Terrain rue du Lac Clair Ste-Marguerite

SENTIER DE MOTONEIGE RELIANT
SAINT-FAUSTIN-LAC-CARRÉ ET
MONT-TREMBLANT

LE SENTIER N'OUVRIRA PAS POUR LA SAISON 2019-2020



Accès – La Fédération des clubs de motoneigistes du Québec (FCMQ), de concert avec le Club motoneige Diable et Rouge, annoncent le report de l'ouverture du sentier de raccordement de la motoneige reliant Saint-Faustin-Lac-Carré et Mont-Tremblant.

La décision a été prise pour un ensemble de raisons techniques, opérationnelles, de sécurité et d'acceptabilité sociale, qui ne rencontrent pas à ce stade-ci, les normes exigées.

La FCMQ continuera de participer activement aux travaux du groupe de travail afin de trouver des solutions gagnantes qui permettront de répondre aux différents enjeux retardant actuellement l'ouverture. «Malgré notre déception, et celle du Club motoneige Diable et Rouge, nous continuons de représenter l'ensemble des motoneigistes et de collaborer avec les autres partenaires pour que le sentier de raccordement puisse ouvrir l'an prochain, dans des conditions

qui sauront satisfaire toutes les parties», a indiqué Réal Camiré, président, FCMQ.

À PROPOS DE LA FCMQ

La Fédération des clubs de motoneigistes du Québec, une association touristique sectorielle, est un organisme à but non lucratif comptant plus de quarante-six années de service. Elle est vouée au développement et à la promotion de la pratique sécuritaire de la motoneige dans tout le Québec. La FCMQ veille à la défense des intérêts de ses 199 clubs membres et de leurs 100 000 membres motoneigistes, comme de toutes les personnes, qu'elles soient initiées ou non-initiées à la motoneige ou encore en simples touristes. Plus de 4 500 bénévoles consacrent chaque année près de 800 000 heures à l'entretien du réseau provincial de sentiers de motoneige. ■

HÔPITAL LAURENTIEN JAKE NADEAU, PREMIER BÉBÉ DE L'ANNÉE

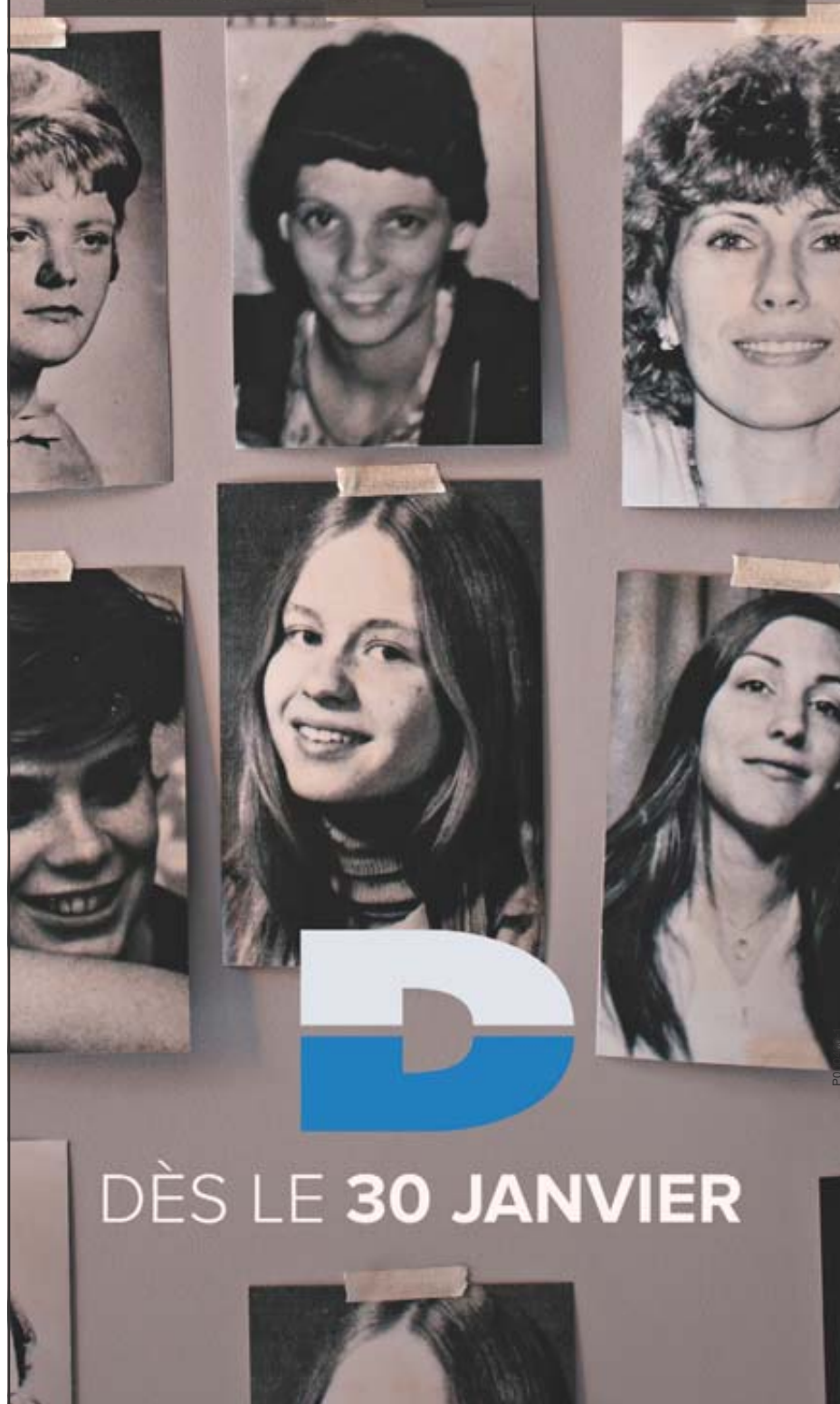
Accès – Le premier bébé de l'année de l'unité de naissance de l'Hôpital Laurentien est né le 1^{er} janvier 2020 à 19 h 17. Il s'agit de Jake Nadeau, fils de Mme Mélissa Harvey et M. Maxime Nadeau-Sarrazin, résidents de Sainte-Anne-des-Lacs.

À sa naissance, le petit pesait 7 lb 03 oz et mesurait 21 pouces.

Le Centre intégré de santé et de services sociaux des Laurentides transmet toutes ses félicitations à la famille!

SUR LES TRACES D'UN TUEUR EN SÉRIE

Entre 1976 et 1978, plusieurs meurtres à caractères sexuels ont été commis dans la région de Montréal. L'hypothèse d'un tueur en série n'a jamais été considérée. Avant aujourd'hui.



FONDATION MARTIN-MATTE

FABIEN CLOUTIER, DES BEAUX MALAISES AUX BEAUX 4H



Fabien Cloutier, co-porte-parole de la fondation, et Martin Matte.

Ève Ménard – Le 1^{er} février prochain, la Fondation Martin-Matte sera de passage au Sommet Saint-Sauveur pour une 5^e année consécutive à l'occasion de son populaire événement, les Beaux 4h. L'an dernier, plus de 500 participants avaient dévalé les pentes et un montant de 532 000\$ avait été récolté. Rappelons qu'il s'agit d'un défi sportif, en équipe, permettant d'amasser de l'argent pour la cause des enfants et des adultes vivant avec un traumatisme crânien ou un handicap physique. En vue de l'événement, on s'entretient avec le sympathique Fabien Cloutier.

DES BEAUX MALAISES AUX PENTES DE SKI

La première année, l'acteur avait été ambassadeur de l'événement puis, l'année suivante, on lui avait demandé de devenir co-porte-parole de la fondation, titre qu'il conserve encore aujourd'hui. « Le fait d'être dans les Beaux Malaises, de connaître Martin, de jouer un personnage qui a un traumatisme crânien, ça m'a rapproché de la cause. Quand j'ai accepté d'être ambassadeur pour l'événement la première fois, on a été témoin de la résonance que ce personnage avait eu et le type de discussion que je pouvais avoir avec les gens. », me raconte Fabien Cloutier.

L'acteur souligne qu'il est particulièrement content du rayonnement de la Fondation à la grandeur du Québec. Il s'agit d'un moyen efficace de venir en aide à beaucoup de gens, partout. Son souhait personnel consiste à ce que ces personnes atteintes de traumatismes crâniens ou d'un handicap physique, trouvent la paix. « On souhaite de leur redonner une vie dans laquelle ils vont profiter et continuer de s'épanouir malgré ce qu'il leur est arrivé. », conclut-il.

LES LAURENTIDES, UNE RÉGION QU'IL CONNAÎT BIEN

La journée de l'événement, Fabien Cloutier en profite aussi pour skier. Notons qu'avant son implication, il n'était pas un grand skieur. « J'ai recommencé à faire du ski quand on m'a demandé de devenir ambassadeur. Ça m'a remis sur les skis et maintenant toute la famille en fait. », admet-il. Il aime beaucoup les Laurentides, lui qui fait un tour dans la région chaque année avec sa famille. L'an passé, il a même participé à une émission, « Comédie sur mesure », avec laquelle il est venu rencontrer des gens à Val-Morin. « J'ai beaucoup aimé le coin de Val-Morin. Sa population est très chaleureuse. C'est ça la grande affaire au sujet des Laurentides. On n'est pas très loin de Montréal, mais on sent tout de suite un feeling particulier quand on vient. Aussi, j'ai

fait des spectacles à Saint-Jérôme. Ce sont des gens qui ont embarqué rapidement dans mes tournées. Le théâtre Gilles-Vigneault est vraiment super. En plus, en jouant dans les Pays d'en Haut, ça me tient proche des Laurentides. »

LE POUVOIR DE LA JEUNESSE

Pour cette année, outre l'objectif monétaire, Fabien Cloutier souhaite surtout que de plus en plus de personnes participent. Dans les dernières années, l'acteur a surtout été touché par l'implication de la jeunesse aux Beaux 4h.

En effet, il mentionne que de plus en plus d'équipes adolescentes se forment. Il qualifie ce mouvement de très rafraîchissant.

« Parfois, on pense que ce sont uniquement des hommes ou des femmes d'affaires qui font ça. Mais tout le monde peut aider. Quand, à l'âge de 15 ou 16 ans, on est capable de se former une équipe, d'aller chercher du financement et d'aider une cause, ça montre que tout le monde est capable de le faire avec un peu de volonté. Aussi, ça donne vraiment confiance en l'avenir, d'avoir ces jeunes-là déjà avec nous. »

OUVERTURE AUTOMNE 2020



RÉSIDENCE DES
Bâtisseurs
SAINTE-ADÈLE

RÉSIDENCE CONNECTÉE À LA NATURE POUR ÂÎNÉS ACTIFS
RÉSERVEZ MAINTENANT!



- Vue panoramique des montagnes environnantes
- Sentiers pédestres en forêt sur notre terrain
- Allées de quilles, salle billard, cinéma et piscine
- Atelier des saveurs, des arts et des bricoleurs

- Construction en béton, génératrice d'urgence
- Électricité, câblodistribution HD et Wi-fi inclus
- Services de navette et programme d'activités
- Cour extérieure avec balançoires, pétanque, shuffleboard

BUREAU DE LOCATION MAINTENANT OUVERT!
450-820-3227 • battisseurs.ca • 802 boul. Sainte-Adèle



PASCALE LORTIE
Pascale.lortie@live.fr

Ce n'était qu'une question de temps avant que Sunniva et Hilde ne fassent la rencontre d'un ours polaire. Et elles ont été servies deux fois plutôt qu'une!

Sunniva a vécu son premier face à face, elle qui a plutôt l'habitude de côtoyer les sympathiques pingouins de l'Antarctique. Un soir qu'elle s'apprêtait à sortir pour fermer les épais volets et éteindre le récepteur émetteur satellite Mission Link, elle l'aperçut en franchissant la porte : le grand mammifère marin blanc se tenait à deux mètres à peine! Elle a vite allumé la lumière extérieure, ce qui a vraisemblablement effrayé la bête qui l'a regardée brièvement avant de repartir en courant vers le fjord. Tout un choc suivi d'un

harmonie avec la faune est leur priorité. Mais cela demande préparation et vigilance. C'est pourquoi elles font presque tout ensemble.

Le lendemain matin, alors qu'elles marchaient vers l'ouest, elles aperçurent 300 mètres plus loin un grand ours polaire qui se dirigeait vers le nord. Visiblement, il s'est enfui en les entendant. Elles suivirent ses traces et, à leur grande surprise, repérèrent un renne ensanglanté étendu sur la neige. Mort depuis peu.

C'est la troisième fois seulement qu'Hilde observe ce phénomène — un renne tué par un ours polaire — elle qui a vu plus de 200 ours polaires dans sa vie. La deuxième,

Børge Damsgård, chercheur à l'UNIS (University Institute of Svalbard) et partenaire de la mission Hearts in the Ice, confirme : « **Ce phénomène est effectivement très rare. Nous savons qu'un ours polaire peut manger du renne mais difficilement le chasser. La communauté scientifique se demande si le renne peut ou non constituer une nouvelle source de nourriture pour permettre aux ours polaires de s'adapter au réchauffement climatique mais il y a peu de données disponibles.** »

Ian Sterling, qui étudie les ours polaires depuis 37 ans pour le Service canadien de la faune, précise que l'ours polaire consomme presque exclusivement la graisse et la peau des phoques, car il doit emmagasiner un maximum de gras pour l'hiver. Le renne constitue donc une piètre option, car sa viande est maigre. L'ours qui chasse un renne est si affamé qu'il s'attaque à n'importe quoi. Certains ours mâles vont même jusqu'à manger les petits oursons (mais pas les leurs). Ian a d'ailleurs observé les effets négatifs du réchauffement climatique sur la population d'ours polaires, qui a chuté de 30 % entre 1987 et 2011. Le poids moyen d'une femelle est passé de 275 kg en 1980 à 225 kg en 2018.

Un ours mange en moyenne 43 phoques par an. Au printemps, période où il emmagasine les deux tiers de l'énergie nécessaire pour combler ses besoins annuels, c'est un phoque tous les 3-4 jours. Les étés (période de jeûne) étant de plus en plus longs, il doit donc trouver de nouvelles solutions s'il veut assurer sa survie.

DEUX OURS POLAIRES EN 12 HEURES!

grand soulagement! C'était la première fois que Sunniva voyait un ours polaire de si près et celui-ci, à en juger par la dimension de ses traces, devait bien peser 600 kilos!

Dans un tel environnement brut et sauvage, on ne peut pas faire autrement que de se sentir extrêmement vulnérable. Hilde et Sunniva passent beaucoup de temps à l'extérieur et il y a plein d'endroits où un ours peut se cacher : matériel, piles de bois, barils de nourriture, petit sauna, conteneur de glace, motoneiges, glacières. Sans compter qu'il fait nuit noire 24 heures par jour! Vivre en

c'était en avril dernier. Leur nourriture principale est le phoque. Mais depuis que la glace diminue dans le fjord en raison du réchauffement climatique (deux fois plus rapide en Arctique qu'ailleurs sur la planète), les phoques sont moins accessibles et le renne constitue une solution de rechange. Sauf que l'ours doit apprendre à le chasser, car il est beaucoup moins rapide. Celui-ci avait manifestement guetté sa proie cachée derrière une colline avant de la dévaler au moment opportun. Sunniva et Hilde ont vu les traces de dérapage.



AU REVOIR ET MERCI DOCTEUR LAPOINTE

Entouré de trois fidèles amis, Docteur André Lapointe est décédé, le samedi 4 janvier à 8 h 30, à l'unité de soins palliatifs de l'Hôpital Laurentien de Sainte-Agathe-des-Monts.

Dr Lapointe était membre du conseil d'administration de la Fondation médicale des Laurentides et des Pays-d'en-Haut depuis l'année 2004. Durant son excellent mandat, il a largement contribué à l'essor la Fondation en s'impliquant dans l'obtention de plusieurs dons importants en plus de siéger sur plusieurs comités.

Au fil des années, Dr Lapointe s'est impliqué à plusieurs autres niveaux dans le domaine de la santé notamment comme coroner et il fut, pendant longtemps, président du Conseil des médecins, dentistes et pharmaciens (CMDP) de l'Hôpital Laurentien. Les soins à domicile et palliatifs lui tenaient énormément à cœur. Il a d'ailleurs participé activement à la réalisation de cette unité.

Les membres du conseil d'administration et les employés de la Fondation souhaitent offrir leurs plus sincères condoléances aux membres de la famille et aux nombreux amis d'André.

Une cérémonie ultime en hommage au Dr André Lapointe aura lieu ultérieurement et les détails seront à ce moment-là annoncés.



P001017-1

NOUVEAU
CITÉ MIRABEL

POUR VIVRE UNE
EXPÉRIENCE ÉPIQUE

ARCADES // BILLARD // LOUNGE

RÉALITÉ VIRTUELLE 4 STATIONS +25 JEUX	FÊTES 3 SALLES COUVERTS INCLUS	LASERTAG 2 ARÈNES 40 JOUEURS
--	---	---




À DEUX PAS DES PREMIUM OUTLETS
11840 RUE DE CHAUMONT, MIRABEL
579.478.0124




P001031-1

BUDGET D'OPÉRATION 2020

AUGMENTATION DU TAUX DE TAXES À PIEDMONT



(F. L. G.) – À Piedmont, le taux de la taxe foncière est majoré de 0,553 2 \$/100 \$ à 0,565 \$/100 \$ d'évaluation, soit 2,13 % d'augmentation, ce qui constitue une augmentation de 53 \$ pour une propriété de valeur moyenne (320 000 \$).

■ AUGMENTATION DU TAUX DE TAXES GÉNÉRAL

Le budget de 7 920 000 \$ représente une hausse de 5,25 % par rapport à l'année 2019. Cette hausse s'explique notamment par l'augmentation des dépenses tels la Sûreté du Québec, le service des incendies et la MRC avec le Complexe sportif. Ceci

engendre une augmentation moyenne du fardeau fiscal résidentiel avec services (égout/aqueduc) de 1,8 % et de 2,5 % sans service.

« Les choix budgétaires que nous avons faits ont été analysés avec beaucoup de rigueur afin de maintenir le taux de taxes le plus faible possible et de remplir nos obligations. Ils déterminent nos priorités et nos orientations, la qualité des services que nous souhaitons offrir aux citoyens pour l'année à venir. Nous devons également considérer les changements climatiques qui nous obligent à revoir en partie nos opérations et nos investissements », explique la mairesse Nathalie Rochon.

Notez que Piedmont est actuellement en négociation avec la MRC, propriétaire de la salle polyvalente, pour la réalisation d'un projet d'acquisition de la salle polyvalente adjacente à la Gare de Piedmont.

■ SITUATION FINANCIÈRE

La dette totale représente 2,7 M\$ au 31 décembre 2019, dont 1,15 M\$ constituent une portion subventionnée n'ayant aucun impact sur le fardeau fiscal des contribuables et 1,19 M\$ est affecté à des taxes sectorielles (répartition locale). Ainsi, 344 347 \$ doivent être remboursés par l'ensemble des citoyens.

■ PROGRAMME TRIENNAL D'IMMOBILISATIONS

Le programme triennal d'immobilisations (PTI) pour 2020 reflète la volonté du conseil municipal de poursuivre le développement de ses espaces verts et de continuer la mise à niveau et le renouvellement de l'ensemble des infrastructures publiques et des équipements de la Municipalité. Il totalise des investissements de 3 066 795 \$, dont 551 233 \$ seront payés par des subventions.

VENTILATION SOMMAIRE DES INVESTISSEMENTS :

- Développement durable, parcs et autres infrastructures : 1 031 500 \$
- Eau potable, eaux usées : 954 105 \$
- Travaux municipaux (ponceaux, pavage et autres) : 415 500 \$
- Rénovation et construction de bâtiments : 401 000 \$
- Équipements (ex. machinerie et équipement informatique) : 264 690 \$.

Ces différents investissements sont financés par diverses sources telles que des taxes de secteur, des surplus, des subventions, des règlements d'emprunt et des fonds réservés. ■

Passion[®] MONDE

Par Voyages Bergeron



Présentations GRATUITES de nos circuits

16 janvier 2020

Manoir Saint-Sauveur

246, chemin du Lac-Millette, Saint-Sauveur J0R 1R3

HORAIRE :

11h00	Égypte
13h00	Italie du Sud
14h30	Croatie, Slovénie, Monténégro et Bosnie
16h00	Costa Rica
17h30	Vietnam
17h30	Vietnam et Cambodge
19h00	Australie et Nouvelle-Zélande

Réservez vos places : **1.855.907.0072**
www.passionmonde.com

Permis d'agence de voyage du Québec #750421

P001013-1

PALMARÈS DES COMMISSIONS SCOLAIRES

LA COMMISSION SCOLAIRE DES LAURENTIDES EN TROISIÈME POSITION

Accès – La Commission scolaire des Laurentides (CSL) occupe le troisième rang du classement des commissions scolaires du Québec, publié par le Journal de Québec et basé sur les données colligées par l'Institut Fraser dans le cadre du Palmarès des écoles.

Ce palmarès, réalisé par l'Institut Fraser, classe les commissions scolaires en fonction de la moyenne des « cotes globales » obtenues par leurs écoles secondaires. Cette cote repose en bonne partie sur les résultats des élèves aux examens ministériels des 4^e et 5^e années du secondaire, auxquels s'ajoutent notamment l'écart entre les garçons et les filles et la proportion d'élèves qui accusent un retard dans leur parcours scolaire.

La cote globale de la CSL est en hausse depuis les cinq dernières années. Rappelons que le plus haut taux de diplomation et de qualification de la Commission scolaire a été répertorié l'an dernier, soit un taux de 76 % pour la cohorte 2011-2018. Cela correspondait à une augmentation remarquable de 5 % par rapport à l'année précédente.

« Nous sommes extrêmement fiers de ces résultats, qui démontrent par ailleurs tous les efforts qui sont déployés au quotidien dans nos écoles secondaires. Je tiens à féliciter les gestionnaires, les enseignants, les professionnels et le personnel de soutien, qui donnent sans compter pour appuyer notre mission éducative, ainsi que les parents qui font un travail soutenu auprès de leurs enfants », mentionne Johanne Hogue, présidente de la CSL.

ON JOUE DEHORS

VIBREZ PLEINEMENT LE NORD avec Accès

JANVIER 2020

LES MERCREDIS

Besties

Amenez une amie le mercredi et profitez d'une réduction de **50%*** sur le prix du deuxième soin*

*Certaines conditions s'appliquent.

LE SPA DU MANOIR

SAINT-SAUVEUR

COMMENCEZ VOTRE SEMAINE EN DOUCEUR ESTHÉTIQUE & MASSOTHÉRAPIE

450.227.1970

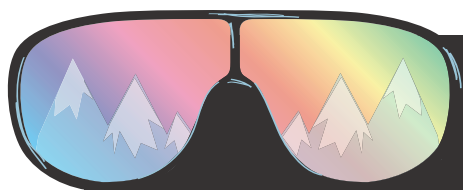
manoirsaintsauveur.com

Les lundis

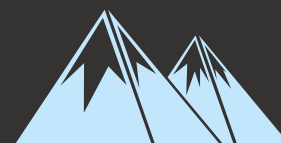
Commencez la semaine en douceur! Réservez un soin le lundi et obtenez **25%*** de réduction

*Certaines conditions s'appliquent.

P001006-1



Explorateur chez soi



Collaboration spéciale Benoit Simard – Pour certains, il a légué un héritage, pour d'autres un « irritage ». Chose certaine, peu de pratiquants du ski de fond hors piste ne connaissent pas M. Johansson et les traces qu'il a laissées sur le territoire Laurentien. Dans son sillon, les Cook, Gillespie, Letourneau, Gauthier, et combien d'autres, ont marqué l'imaginaire des skieurs d'ici. Pionniers ou vandales, il n'en demeure pas moins qu'ils ont tracé des centaines de kilomètres entre les différents villages des Pays d'en haut.

Le plaisir de se faire croire que l'on est le premier à parcourir un territoire, ou à « ouvrir » une voie doit être universel. Faire les premières traces après une tempête, en forêt, procure un sentiment assurément unique. Ça explique probablement le regain de la pratique du ski de fond « hors piste ».

Si dans le passé, l'arrivée du « pas de patin », ou « skate », a revigoré l'engouement des amateurs de ski nordique, récemment, on voit de plus en plus de gens s'équiper pour découvrir les joies de parcourir les sentiers, non tracés, au son des oiseaux et des skis qui glissent par delà les vallons sous les arbres.

Bien sûr, la région compte plusieurs centres entretenus, offrant de superbes pistes, des refuges chauffés et des défis intéressants. Cependant, partir à l'aventure — que ce soit pour relier Val-Morin et Sainte-Adèle, ou simplement pour mériter une collation dans un endroit bucolique — semble à nouveau susciter le désir des amateurs d'hiver.

Aujourd'hui, maintenues par des bénévoles et les différents clubs de plein air, des pistes mythiques telles que la Maple Leaf, Fleur de lys, CCC, Gillespie, etc. ont été le canevas de plusieurs aventures, et ce depuis les années 1930.

Non tracées mécaniquement, on ne les aborde pas à la légère : skis plus larges avec carres, bottes rigides, bâtons avec paniers volumineux ne seront pas du luxe.

Pour la sécurité, il est important d'avoir une carte des sentiers et idéalement d'être accompagné par quelqu'un d'expérimenté. Il faut savoir être autonome et être prêt à toutes éventualités. Nourriture, vêtements de rechange, ne négligeons pas les essentiels.

Au fil des ans, le développement urbain et les changements de propriétaires ont menacé la pérennité de ce réseau unique à notre région. Soyons fiers et supportons le travail de ceux qui veulent faire vivre ces pistes, car dans la légende, si les villages ont été développés par un curé et le train, ils furent reliés entre eux par des fondeurs, et c'est encore (un peu) à notre porte, profitons-en. Bonne glisse et bon hiver!



WENTWORTH-NORD

- Promenades familiales et observation de la faune
- Sur les sentiers pédestre et de raquette
- En arrière de l'hôtel de ville à Laurel

- SENTIER DE L'OURS (1 KM) - SENTIER DU LIÈVRE (1,7 KM)
ACCÈS ET STATIONNEMENT DISPONIBLES ET GRATUITS

P000905-1



Résolutions au grand air

100 % PLEIN AIR



Sandra Mathieu – La plupart d'entre-nous profitons du passage de la nouvelle année pour revisiter notre bucketlist et se promettre quelques changements au quotidien pour vivre mieux, tendre vers la zénitude ou encore s'offrir le luxe de rêver grand. Cette année, pourquoi ne pas prendre le temps de lister quelques résolutions plein air qui seront grandement appréciées par le corps et l'esprit!

Jouez dehors avec la marmaille

Qu'il fasse moins 2 ou moins 20, multipliez les sorties dans la neige avec votre progéniture pour des moments de pur bonheur. Improvisez des activités selon le mood de la petite famille : concours de bonhomme de neige, château fort, glissade, randonnée en raquette près de la maison... nul besoin de se déplacer bien loin ni de dépenser un rond pour s'amuser sous zéro! Vous manquez d'inspiration? Surveillez les activités de Ti-Mousse dans brousse! timoussedansbrousse.com

Joignez une communauté de plein air

Osez-vous vous joindre à une communauté pour faire l'expérience d'une nouvelle activité au grand air. Qui sait, vous pourriez devenir accro! Les Vieilles Po, Les chèvres de montagne, le groupe de course en sentiers Espresso Sports, les différents clubs de plein air... les options sont nombreuses!

Faites pour la cause!

Quelle belle idée de s'impliquer dans une cause pour assurer l'avenir et le développement du plein air dans la région! L'événement Viens fatter avec le Loup Garou du 1^{er} février

vous propose d'essayer un fatbike ou d'apporter votre vélo pour une ride au profit du parc du Mont Loup-garou. Poursuivez la soirée à la Place des citoyens de Sainte-Adèle pour le Party Après-Fat Garneau. www.facebook.com/events/2540453042902934/

Prenez des bains de forêt

L'hiver est une excellente saison pour les bains de forêt qui ont la cote depuis quelques années et dont la réputation n'est plus à faire. Que ce soit lors d'une marche pour digérer un souper copieux et arrosé ou encore pour commencer la journée du bon pied, prendre le temps de respirer et d'admirer les arbres couverts de neige ne pourra que vous faire le plus grand bien.

Soyez touriste dans votre région

À force de vouloir sortir des sentiers battus et partir à la découverte de contrées lointaines, on oublie souvent d'explorer notre propre région qui est un incroyable terrain de jeu hivernal. Ski nordique, glisse en tout genre, patinage, vélo hivernal, raquette, rando, traineau à chien, équitation, pêche sur glace, nuit en refuge... Partez à la conquête des Laurentides, vous ne serez pas déçu et vous diminuerez votre empreinte carbone! laurentides.com/fr



LES JEUDIS
SKI
AFFAIRE

 Sommet
Saint-Sauveur

Formez-vous une équipe entre amis ou collègues et venez défier les autres équipes dans un parcours loufoque

Inscription par courriel à animations@sommet.com

Tous les jeudis du 9 janvier au 27 février 19h30

Nombreux prix de présence et après-ski endiablé au T-Bar70 (18ans+)
+ d'info, visitez sommet.com

Sortie 60, autoroute des Laurentides (15 Nord)
350, avenue Saint-Denis, Saint-Sauveur, QC J0R 1R3

450 227-4671 – 1-800 363-2426
infos@sommet.com sommet.com



2019-2020



CHALEUR



SKI DE FOND

J'♥ L'HIVER



MARCHE



NEIGE



REFUGE



CAFÉ



RESTO



VÉLO D'HIVER



SKI - classique
- pas de patin

VÉLO HIVERNAL
(FATBIKE)

Conditions de piste tous les matins sur :
ptittraindunord.com

L'ADN du plein air dans les

Une partie du comité pour le Fonds Jackrabbit (issu de la fermeture du Laurentian Lodge Club de Shawbridge) lors de la pose de la première balise au design revisité, inspirée des balises patrimoniales de Jackrabbit : Stéphane Martin, Brian Lambert et Sharon Braverman, également impliqués dans la Traversée des Laurentides (TDL).



Photo : Sandra Mathieu

Sandra Mathieu – Un petit groupe de bénévoles déterminés procédait le 26 octobre dernier à Ivry-sur-le-Lac, à l'installation de la première balise de la piste de ski de fond Maple Leaf 2.0. Grâce au tout nouveau Fonds Jackrabbit initié entre autres par Karin Austin, petite fille du légendaire fondeur centenaire, ils s'emploient à redonner à cette piste patrimoniale ses lettres de noblesse, en respectant, le plus fidèlement possible, son profil original.

En négociant des droits de passage et en empruntant des pistes existantes telles que la Western, l'intention c'est de recréer, d'ici quelques années, un lien en continu comme à la belle époque de Jackrabbit. Rappelons qu'Herman Jackrabbit Smith-Johannsen a tracé la Maple Leaf dans les années 1930. Cette piste de près de 120 km qui reliait Labelle à Pré-vost a perdu du galon au fil des ans, en raison du développement urbain.

« Mon grand-père Alexis fabriquait les skis d'à peu près tout le monde qui skiait dans le coin entre les années 20 à 40, confie avec fierté François Gohier, natif de Sainte-Agathe-des-Monts et impliqué depuis plusieurs années dans les corvées d'aménagement de sentiers de la région, ainsi qu'au sein d'Éco-corridors laurentiens. Mon plus vieux souvenir c'est de faire du ski avec lui quand j'avais 4 ou 5 ans et c'est pourquoi ce projet me tient tant à cœur. » Bien que ce jour historique et symbolique appuie la volonté de la renaissance des connections intermunicipales, les défis qui guettent sa pérennité ne peuvent être passés sous silence. Tour d'horizon.

Démocratisation des pratiques

Pour Jack Gauthier, un bénévole de longue date, fondeur aguerri et instigateur du Festival de ski hors-piste Eddy-Fortier, la démocratisation des pratiques dans les sentiers en période hivernale apporte son lot de défis. « Aujourd'hui les plenairistes sont dorlotés et plus exigeants, les aventuriers se font plus rares et les raquetteurs prennent de plus en plus de place, explique celui dont la famille est installée à Sainte-Marguerite-du-lac-Masson depuis sept générations. Même si dans certains secteurs moins habités des pistes revivent, dans les autres municipalités on dépend de la volonté politique. Une chose est certaine, mes petits-enfants ne pourront jamais

Suite à la page 17 »



Ville de
MONT-TREMBLANT

Notre CULTURE,
c'est la NATURE.

POUR COURIR,
MARCHER,
GLISSER,
OBSERVER,
FAIRE LE PLEIN
D'OXYGÈNE...

SKI DE FOND
RANDONNÉE
PÉDESTRE
FATBIKE
RAQUETTE
RANDONNÉE
ALPINE

BIENVENUE À
MONT-TREMBLANT



>P000670-1

Laurentides

VOLONTÉ DE RENAISSANCE DES SENTIERS PATRIMONIAUX



skier comme je l'ai fait jadis, d'un village à l'autre sans interruption, parce qu'il suffit d'un seul propriétaire avec la mentalité de la ville pour morceler une piste »

Nancy Belhumeur, conservatrice au Musée du ski des Laurentides, est d'avis que Jackrabbit ne se retournerait pas nécessairement dans sa tombe en voyant ce que sont devenus les sentiers patrimoniaux. « C'était un homme téméraire, il aurait sûrement été très curieux d'essayer le fatbike, lance-t-elle sourire en coin. Plus sérieusement, son message était clair, il voulait avant tout que les Canadiens se réapproprient l'hiver. On est dans une période de transition en ce moment avec la démocratisation des pratiques et on reconstruit la réalité de demain. J'ai confiance aux passionnés en place. »

Elle souligne d'ailleurs l'intronisation récente au Temple de la renommée du ski de James Jackson comme bâtisseur

ski nordique pour souligner plusieurs décennies d'implication entre autres pour la sauvegarde et le développement des sentiers à Morin-Heights.

Mobilisation sur le terrain

De son côté, Marie-France Lajeunesse, directrice générale de la Société de plein air des Pays-d'en-Haut (SOPAIR) reste optimiste. « *Malgré toute la pression immobilière, j'ai remarqué depuis les quatre années que je suis en poste une réelle mobilisation sur le terrain. Plusieurs organismes et particuliers ont cette volonté de transmission de l'héritage du plein air et notre plan triennal issu de la Politique de protection et d'accessibilité aux sentiers de la MRC a pour priorité la sauvegarde des interconnexions municipales. Il reste clair que la donne a changé au niveau des pratiques et que nous devons aujourd'hui avoir une vision de sentiers multifonctionnels quatre saisons. J'ai espoir qu'à coup de tronçons locaux, nous pouvons gagner du terrain.* »

Selon les dernières données de la SOPAIR en 2017, 77 % des sentiers de la MRC se trouvent en terrains privés donc dépendent d'une entente avec les propriétaires. Selon une enquête menée dans le cadre de la Politique, les propriétaires terriens

estiment de façon importante que les sentiers déprécient leur propriété. Ils sont en majorité peu familiers avec les sentiers et leurs gestionnaires et n'ont aucune entente de relative à la gestion des sentiers sur leur propriété.

Le coût de l'urbanisation

Pierre Dumas, ingénieur impliqué auprès du Musée du ski des Laurentides et auteur du Géo-répertoire des sites de ski du Québec déplore que plusieurs propriétaires terriens qui s'installent dans les Laurentides se barricadent et ne sont pas ouverts à la discussion. Du côté des promoteurs, la règle du 10 % aux fins de parc devrait protéger une partie des pistes, mais il arrive souvent qu'ils demandent un déplacement ou encore ils préfèrent parfois verser une compensation en argent à la municipalité.

« Dans certains secteurs, l'urbanisation évolue beaucoup plus rapidement que la vitesse à laquelle les municipalités s'entendent et agissent », fait valoir Claude Chapdelaine, secrétaire de Plein air Sainte-Adèle et impliqué au sein de l'organisme depuis plus de 10 ans, plus spécifiquement au niveau de la cartographie.

Suite à la page 18 »

1 RÉSEAU 3 DESTINATIONS

CHALET BELLEVUE
450 226-3232
POSTE 130

MORIN-HIGHTS

1855

WWW.MORINHEIGHTS.COM/PLEIN-AIR

Un comité de travail chez PASA, organisme qui célébrait récemment ses 30 ans, planche depuis plusieurs mois sur un plan de communication pour sensibiliser les différents publics cibles de cette population hétérogène (promoteurs immobiliers, propriétaires terriens, acheteurs et usagers) avec des messages spécifiques et adaptés qui démystifient les droits de passage et les servitudes.

« *Même si la mode du ski nordique fait un retour, ça ne ramènera pas l'entière des sentiers patrimoniaux, mais je m'accroche à ce rêve d'une loi qui donnerait le pouvoir aux MRC de protéger l'accès aux sentiers régionaux identifiés et de mieux définir et protéger le patrimoine culturel immatériel* », ajoute M. Chapdelaine.

Communautés tissées serrées

En parallèle aux nombreux défis qui guettent la pérennité du réseau, les municipalités et les communautés de plein air multiplient les initiatives et réalisent de plus en plus l'importance d'investir pour le futur. On n'a qu'à penser au projet du Parc du Mont-Loup-Garou à Sainte-Adèle qui se concrétise plus que jamais. Un projet qui fait l'unanimité auprès de la communauté de plein air.

« *Avec des permissions et des droits de passage, nous vivons sur du temps emprunté, explique Benoît Gauthier, le grand manitou du développement du vélo de montagne et du fat bike dans la région. Un projet comme celui-là nous permet d'être pro-actif et il est clair que le plan directeur du développement tiendra compte de tous les types d'usagers pour qu'ils puissent cohabiter, et ce, à l'année.* »

Alors que de beaux exemples de développements dans d'autres régions du Québec et chez nos voisins du sud inspirent certains, les droits de libre accès à la nature de la Scandinavie font des envieux. Gardons l'œil ouvert pour la suite des choses dans les Laurentides!



Photos : Musée du ski des Laurentides



Plus de **550 km** de pur bonheur

lespaysdenhaut.com/ski

Shane Booth, un passionné de ski et de sa montagne !

60^E ANNIVERSAIRE DU MONT-HABITANT



Ève Ménard - Lorsque je le rencontre au Mont-Habitant, je fais face à quelqu'un de très décontracté, simple et sympathique. Les bottes dans les pieds et les pantalons de neige déjà enfilés, il semble prêt à dévaler les pentes immédiatement l'entrevue terminée.

Shane Booth se dit extrêmement chanceux d'avoir grandi dans une famille de ski. Plus jeune, il a travaillé pour son père, Dean Booth, alors que ce dernier s'occupait de différentes écoles de ski dans les Basses-Laurentides. « *J'ai grandi sur les pistes de ski* », raconte-t-il. Il a aussi grandi avec un ami dont on connaît aujourd'hui bien le nom, Erik Guay. Les deux ont fait leur secondaire ensemble « *Avant, les jeunes regardaient Nancy Greene, maintenant, ils espèrent devenir le prochain Erik Guay. Ça fait grandir le sport.* », souligne-t-il.

Un amoureux du sport

À 18 ans, Shane Booth a décidé de faire comme beaucoup d'autres mordus du ski, c'est-à-dire partir dans l'ouest canadien. « *J'avais la pique de prendre mon auto, prendre l'autoroute et aller dans l'ouest. J'ai eu un emploi pour enseigner le ski. Ça été une belle expérience.* », résume-t-il. Mais après une saison il a décidé de retourner aux études et surtout, revenir chez

lui dans les Laurentides, plus précisément, à Saint-Sauveur.

Aujourd'hui directeur général du Mont-Habitant, Shane Booth est tout à fait comblé par le poste qu'il occupe et la montagne pour laquelle il travaille. C'est l'amour du ski qui le pousse année après année à continuer à travailler dans le domaine. Or, ne croyez pas qu'il reste enfermé dans son bureau, bien au contraire : « *Quand tu travailles dans un centre de ski dans les Basses-Laurentides, tu fais un petit peu de tout. J'enseigne le ski, je fais la mascotte, je fais du nettoyage, je vends des leçons, je fais de la vaisselle, c'est ça qui rend l'emploi très agréable!* ». Il me confie aussi se retrouver très souvent sur la piste débutante avec les jeunes enfants. Il en profite pour faire du coaching avec les moniteurs et les groupes scolaires. La flamme brûle toujours, semble-t-il.

Le Mont-Habitant, sa fierté

« *Le Mont Habitant c'est une place spé-*

ciale. Cette année, c'est notre 60^e anniversaire. C'est une histoire de famille. Entre autres la famille Forget qui s'est toujours occupée des opérations de montagne. On est très chanceux d'avoir de super propriétaires, qui sont la famille Stein et la famille Vineberg. » C'est cet héritage qui lui a permis, souligne-t-il, de continuer à travailler dans cette station de ski.

Sa plus grande fierté? C'est tout simple pour celui qui semble souvent trouver son bonheur à travers celui d'autrui: « *C'est de voir nos invités, nos clients qui sont contents d'être au Mont-Habitant. De les voir s'amuser c'est ça qui rend les journées agréables.* » Pour l'avenir de la montagne, c'est aussi ce qu'il souhaite. « *On a une excellente école de ski, on a des supers conditions, on a une excellente équipe qui travaille fort pour créer une belle montagne* », souligne-t-il fièrement.

Shane Booth vibre de sa passion « *Je suis toujours dans mes bottes de ski. J'essaie de faire quelques descentes tous les jours parce que j'aime ça.* » Pas très difficile de le croire, alors que dès l'entrevue terminée, il nous accompagne jusqu'à la sortie et se dirige vers les pentes pour faire quelques descentes.

Shane Booth essaie de faire quelques descentes chaque jour.



Photo: Courtoisie

Coup de cœur des Laurentides

« *C'est vivre ici à Saint-Sauveur. J'adore la rue Principale. Je suis un skieur, mais j'aime mon après-ski. J'aime aller dans les différents restos, prendre une petite bière après une journée de travail, jaser avec le monde.* »

**Billet d'accès
journée ou
soirée complète**

10\$

Location d'équipement
aussi à 10\$

P000974-1

PARC DU

CORRIDOR
aérobique

ÉVADEZ-VOUS

Chez nous!

→ **FAT BIKE, RAQUETTE ET MARCHÉ**
HIVERNALE DU KM 8,5 AU KM 14,5

Location d'équipements au Pavillon Montfort
(160, route Principale, Wentworth-Nord | 450 226-2428)

P000896-1

Les sœurs Dufour-Lapointe



Ève Ménard - En 2014 à Sotchi, deux sœurs montaient sur la première et deuxième marche du podium olympique. Main dans la main et large sourire au visage, elles ont rendu fière non seulement une famille, mais toute une nation. L'improbable conte de fée a permis en quelque sorte de révéler ce nom bien québécois, Dufour-Lapointe, au monde entier. Puis, en 2016, à la Coupe du Monde de Val Saint-Côme, les trois marches du podium ont été conquises par les trois sœurs; Maxime, Chloé et Justine.

Aujourd'hui, les temps ont quelque peu changé. En 2018, Maxime annonçait sa retraite sportive. Justine, 25 ans et Chloé, 28 ans, continuent donc à titre de duo, à faire rayonner leur nom sur le circuit. La magie opère toujours, leurs exploits continuent de faire grandir le sport et d'inspirer les jeunes. Bien qu'en compétition, elles ne sont plus que deux, c'est encore à titre de trio éternellement complice et passionné qu'elles continuent de marquer l'histoire et les esprits. Avec la saison qui bat son plein et la Coupe du Monde de Tremblant qui arrive à grands pas, on s'entretient avec ces trois ambassadrices de chez nous.

Rêveuses

Elles en ont déjà fait énormément. Pourtant, elles n'ont pas terminé de rêver. Chloé entame

la saison actuelle avec un objectif précis: réaliser son nouveau saut le *Cork*, le plus souvent possible en compétition. « J'ai beaucoup de passion pour mon sport et encore plus depuis que je fais mon nouveau saut. Je poursuis ce cycle olympique avec l'intention de faire les choses différemment. Mon potentiel n'est pas encore à son apogée et c'est pourquoi je poursuis encore ma carrière. »

Pour sa part, Justine est très satisfaite de son début de saison. Lors des deux premières Coupes du Monde, elle a pris le 6^e rang en Finlande, puis la 3^e position en Chine. « Mon objectif est principalement de continuer à performer mes deux nouveaux sauts, le *Cork* et le *Back Truck*. » À long terme, la benjamine vise Pékin: « J'aimerais me rendre à mes 3^e Jeux Olympiques et performer une toute nouvelle descente. J'aime continuer à sortir de ma zone de confort et pousser les limites de mon sport. »

Chez Maxime, les rêves sont différents, elle qui n'évolue plus sur le circuit. « J'ai eu une merveilleuse carrière dans le ski acrobatique et aujourd'hui, je poursuis un autre rêve de jeunesse, celui de devenir médecin! Avoir des passions et des rêves, c'est ce qui nous fait sentir vivant! », souligne-t-elle.

Enracinées

Les sœurs Dufour-Lapointe ont grandi en skiant les montagnes des Laurentides. « Je me sens vraiment chez moi dans cette région », affirme Maxime. « Nous avons d'ailleurs un chalet à Sainte-Agathe et j'adore y venir les fins de semaine pour étudier! Sortir de la ville me fait toujours le plus grand bien et cela me permet d'aller skier entre deux séances d'études! », poursuit-elle. « Les



Cet hiver, profitez de nos installations gratuites au Parc John-H. Molson!

Patinoires, sentiers de raquette, aire de glissade et sentiers glacés.

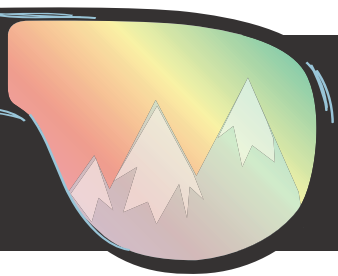
Du plaisir pour tous!

Ville de
Saint-Sauveur

VILLE.SAINT-SAUVEUR.QC.CA



P001007-1



LORSQUE L'UNION FAIT RÉELLEMENT LA FORCE

Laurentides représentent pour moi mes hivers au Québec, à la maison », souligne Justine. Chloé poursuit dans la même veine: « C'est certain que la région évoque beaucoup de souvenirs. Durant le temps des Fêtes, j'aime bien skier avec la famille et les amis au Sommet Saint-Sauveur. »

Heureusement, la cadette n'aura pas à partir loin après les vacances. En effet, la prochaine Coupe du Monde aura lieu le 25 janvier au Mont-Tremblant. Justine se souvient très bien de la première fois qu'elle avait assisté à cette compétition. Ellen n'avait que 8 ans. Cet événement l'avait beaucoup marqué. « *Je suis super excitée de performer au Mont-Tremblant. J'adore skier à la maison, devant ma famille et mes amis. Je le vois comme un privilège et la foule me donne une adrénaline incroyable* », ajoute-t-elle. « *Je veux que les gens puissent admirer une performance qui vient du cœur et une skieuse qui s'amuse en piste.* », souligne Chloé. « *Venez nous voir !* », lance pour sa part Maxime. « *La coupe du Monde de Tremblant est un grand spectacle!* ».

Complices

Outre leurs résultats sportifs, ce qui a notamment touché les amateurs au sujet des Dufour-Lapointe, a toujours été leur

évidente complicité. « *Être ensemble sur le circuit de la Coupe du Monde a toujours été un avantage. Lorsqu'on part plusieurs jours consécutifs, on a toujours de la famille avec nous. On se supporte dans les hauts comme dans les bas.* », explique Chloé.

Encore aujourd'hui, leur collaboration s'avère autant personnelle que professionnelle. En novembre, elles ont même lancé leur nouvelle collection de vêtements « *Tissés serrés* ». Le lien entre le nom et leur relation est évidente. « *Je pense sincèrement que notre complicité a été un élément clé dans notre succès* », affirme fièrement Maxime.

« *Nous sommes liées l'une à l'autre. C'est une relation très unique qui fait en sorte qu'ensemble, nous sommes plus fortes. Les forces de l'une complètent les faiblesses de l'autre. Cela nous amène à accomplir de grandes choses. Je ne pense pas que je serais l'athlète que je suis aujourd'hui sans elles.* », souligne Justine.

Idolâtrées

Les gens écrivent à leur sujet, d'autre les critiquent, les plus jeunes les idolâtrant, les spectateurs les applaudissent. Dans quelques années, lorsque d'autres prodiges québécois sortiront de

l'ombre, alors on les comparera aux Dufour-Lapointe. Mais dans 10, 20 ou 30 ans d'ici, qu'est-ce qu'elles souhaiteront qu'on retienne de leur nom? « *J'espère simplement que j'ai su inspirer des jeunes filles à atteindre et poursuivre leurs rêves* », affirme Chloé.

« *J'espère évidemment que l'on se souviendra des sœurs Dufour-Lapointe comme ayant été de grandes skieuses, mais j'espère surtout que l'on se souviendra de notre complicité. Notre union a toujours fait notre force et j'espère qu'ainsi nous avons inspiré des jeunes filles à vouloir accomplir leurs rêves!* », conclut l'aînée de la famille.



Photo Sarah Laroche



Temple de la renommée du ski des Laurentides
Hommage aux athlètes, les bénévoles, les organisateurs et les journalistes du domaine du ski international depuis 1942.

MUSÉE du SKI des LAURENTIDES
LAURENTIAN SKI MUSEUM

SAINT-SAUVEUR
L'HISTOIRE DU SKI DANS LES LAURENTIDES
Vivre en hiver, de l'hiver et avec l'hiver - exposition permanente
Une Mention spéciale du Jury au Grands Prix Culture Laurentides
www.museeduskideslaurentides.com

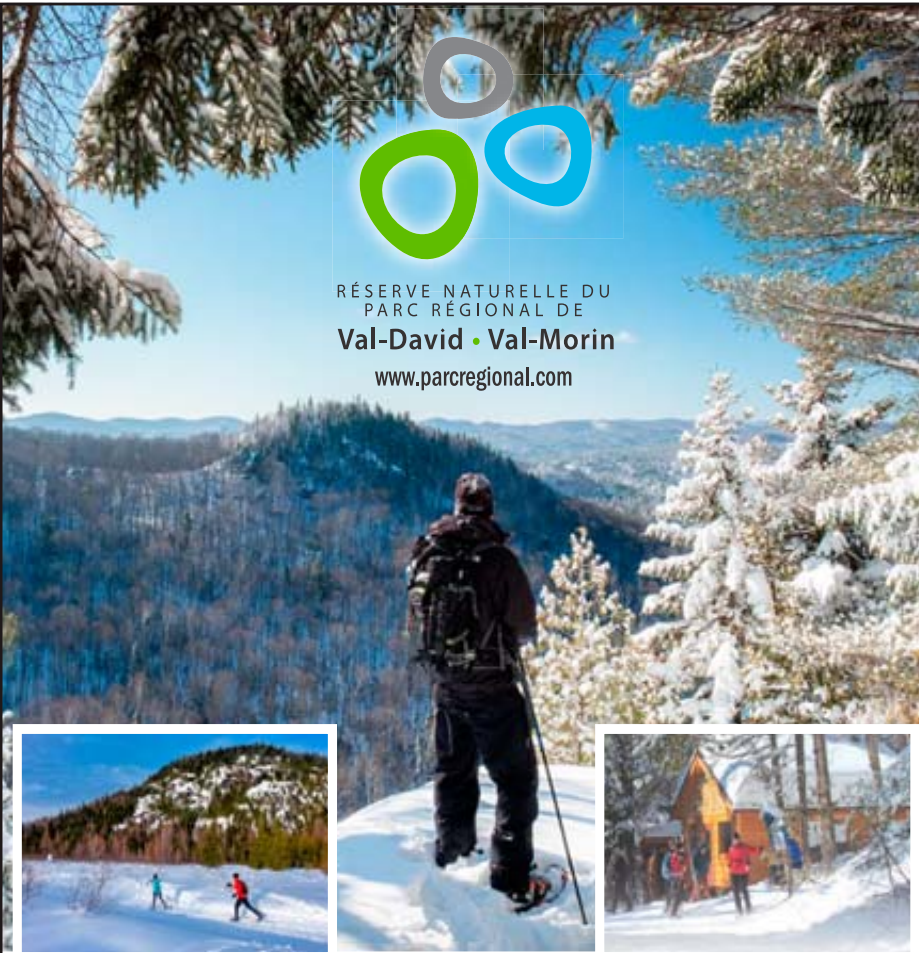
30, AVENUE FILION, ST-SAUVEUR 450 227-2564



Laissez-vous séduire par le **Parc d'Estérel**
Venez voyager sur les 17 sentiers de ski de fond et de raquette
Un environnement enchanteur et féérique vous y attend!

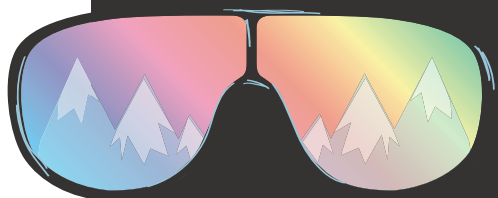
www.skidefondesterel.com / 450 822-8687 / 1, avenue d'Anvers

Ville d'Estérel



RÉSERVE NATURELLE DU PARC RÉGIONAL DE
Val-David • Val-Morin
www.parcregional.com

SECTEUR DUFRESNE 1165 ch. du Condor VAL-DAVID 819 322-6999	SECTEUR FAR HILLS 5966, ch. du Lac LaSalle VAL-MORIN 819 322-2834
--	---



Skier, c'est BOUGER !



Collaborateur spécial :
Dr Jeremy Law, chiropraticien D.C.

En tant qu'entraîneur en ski alpin de compétition, je n'arrête jamais de dire à mes jeunes athlètes de BOUGER ! Bouger, tout au long d'un virage : bouger par en avant, déplacez-vous à l'intérieur du virage, déplacez vos hanches vers le haut, plantez votre bâton, et ainsi de suite. Quand on regarde un bon skieur du haut du télésiège, ça semble si facile ! En réalité, le skieur ou la skieuse bouge constamment ; afin d'absorber les bosses, pour transférer son poids et aussi pour garder son centre

de masse au-dessus de ses fixations. Il faut aussi fléchir ses bottes de ski, tout en gardant ses épaules à niveau avec l'horizon, afin que le poids reste sur le ski extérieur. La liste est longue ! Une bonne descente de ski demande de l'énergie et des efforts, peu importe où nous skions - quelque chose que certaines personnes oublient parfois lorsqu'elles se demandent pourquoi leurs jambes, leur dos et même leurs épaules sont endoloris le lendemain. Si vous voulez améliorer votre ski, imaginez que vous vous entraînez et que c'est normal si vous êtes à bout de souffle ou que vous sentez que vos muscles de jambes ont bien travaillé lorsque vous arrivez au bas de la piste. Travaillez pour absorber les bosses et les changements de terrain, ressentez la différence lorsque vous exercez une pression sur le devant de votre botte, ressentez le contrôle et l'équilibre que vous gagnez lorsque vous plantez votre bâton à CHAQUE virage. Si vous avez l'impression que la montagne VOUS contrôle, il est alors temps de prendre une petite pause sur le côté de la piste, afin de reprendre votre souffle et reposer vos jambes en vue de la prochaine section de la montagne à dévaler. Après les premiers jours sur la neige, vous pourrez skier plus longtemps et avec plus d'intensité, les phases de repos en

moins ! La prochaine fois que vous irez skier, essayez les exercices suivants, afin d'améliorer la qualité de votre entraînement !

Effectuez plus de virages à chaque descente : rayon de virages plus petit, changements de direction plus rapides.

Complétez votre virage de manière à parcourir la piste de manière transversale, plutôt que vers le BAS de la montagne.

Lorsque vous êtes prêt, recherchez des terrains variés comme les bosses, les sous-bois, la neige poudreuse et les dénivelés de pistes de difficulté modérée à avancée, afin de mettre vos compétences et votre capacité d'adaptation encore plus au défi.

Lorsque vous vous sentez fatigués, bien sûr, il est important d'arrêter afin d'éviter les blessures. Profitez de votre après-ski ! Prendre un spa, un sauna - même un bon bain chaud - sont d'excellentes moyens de relaxer. Bien entendu, rien ne remplace un bon sommeil réparateur après une belle journée passée à l'air frais !

**Jouer dehors
EN FAMILLE !**

LE CENTRE DE PLEIN AIR ROGER-CABANA vous accueille tout l'hiver !

- PROFITEZ d'un sentier de glace en forêt pour patiner dans un magnifique cadre naturel
- 9,2 KM DE SENTIERS attendent les amateurs de raquette et de vélo d'hiver (fatbike)
- 11,8 KM TRACÉS pour le style classique et entièrement dédiés aux amoureux du ski de fond
- CARTE DES SENTIERS ET TARIFS disponibles au saint-hippolyte.ca/services-aux-citoyens/loisirs-plein-air/centre-de-plein-air-roger-cabana/

SAINT-HIPPOLYTE
BELLE NATURELLE

2060, CHEMIN DES HAUTEURS

P001001-1



Vivez l'hiver à fond

POUR JOUER DANS LA NEIGE!

Marathon canadien de ski

Cette randonnée de deux jours compte une dizaine de sections et s'étend sur 160 km, entre Mont-Tremblant et Lachute. Elle attire chaque année plus de 2 000 skieurs de tous les niveaux et de tous les âges. **7 février 2020 - 9 février 2020.** Départ, Mont-Tremblant. Info : 1 877 770-6556. Sans frais, 819 483-0456.

Le Fest'Hiver de Morin-Heights!

Une grande fin de semaine sous le thème du ski de fond les **22 et 23 février** prochains. Randonnées guidées en ski de fond classique, nordique ou en raquette, classe technique en pas de patin, cours d'initiation, ateliers, Loppet Viking et autres découvertes. Les activités du **22 février** seront offertes gratuitement et se concluront par une petite fête au Chalet Bellevue.

Raquette aux flambeaux

La Municipalité de Morin-Heights vous invite au Parc Basler (99, ch. du Lac-Écho) à deux magnifiques soirées de raquettes aux flambeaux sur un parcours de 5 km, ou un autre plus court, pour une randonnée sous les étoiles.

Samedi 18 janvier, dès 18 h 30, les départs sont autorisés jusqu'à 19 h 30. Après la randonnée, rassemblez-vous au feu de joie pour partager un chocolat chaud pendant qu'un conteur animera la soirée de ses contes et légendes!

Samedi 29 février, dès 16 h, prenez part aux sculptures sur neige ou apportez vos toboggans pour dévaler la pente avant de partir en randonnée! Barbecue, feu de joie et chocolat chaud.

En cas de mauvais temps, les activités seront annulées.

Information : 450 226-3232, poste 132

Fatbike

À Morin-Heights le réseau de fatbike ou vélo à pneus surdimensionnés est partagé avec le réseau de raquette. Il n'y a aucun entretien mécanique. Les usagers à vélo doivent céder le passage aux usagers de raquette.

Marche hivernale

La section du Corridor Aérobie située entre la passerelle et le chemin du Lac-Écho sera accessible aux marcheurs durant la période hivernale. Cette section est éclairée. La marche demeure interdite dans tous les sentiers de ski de fond. La boutique de location d'équipements est située au Chalet Bellevue, on y trouve skis de fond (avec bâtons et bottes), raquettes, crampons pour la marche, traîneaux d'enfants. On retrouve également une boutique de location à Sommet Morin Heights au 185, rue Bennett. Vous pouvez retrouver les conditions des sentiers et statuts des accueils en cliquant sur l'icône Plein air du site web municipal ou en visitant ce lien: morinheights.com/Plein-air. Info au 450 226-3232, poste 130 dès le début de la saison. L'application ONDAGO est un compagnon hors pair qui vous permettra de vous repérer avec précision dans le Réseau plein air de Morin-Heights. Télécharger gratuitement l'application via l'App store ou le Google Play Store et télécharger la carte.

Club de ski Viking

LOPPET VIKING 2020 - LE 23 FÉVRIER

Marquez vos calendriers pour la 48^e édition du Loppet Viking! La course régionale de ski classique s'adresse aux skieurs intermédiaires et experts de tous âges. La saison dernière, les inscriptions ont été fermées avant la date de l'événement en raison du nombre élevé

de participants. Les inscriptions se feront à partir du site www.vikingskiclub.ca dès le début de janvier.

VIKING SKI-O - LE 16 FÉVRIER

Course d'orientation en ski de fond ouverte aux débutants ainsi qu'aux experts. Trois parcours seront proposés: longueur approximative de 2 km, 5 km et 10 km. L'inscription se fera à 9h 30 et les départs entre 10h et midi. Les participants auront un maximum de deux heures pour compléter le parcours; les départs seront chronométrés individuellement. Les inscriptions en équipe seront autorisées et encouragées pour les familles et les débutants. Il s'agit d'un événement non compétitif, mais les résultats et les « *temps d'intervalles* » seront fournis afin de comparer vos choix d'itinéraires. Des biscuits et du chocolat chaud seront servis pour tous. Frais d'inscription pour le Viking Ski-O: membres du club Viking: gratuit; Adultes non-membres: 12\$ en ligne sur zone4.ca, ou 17\$ sur place le jour de l'événement; Enfants de moins de 18 ans : 5\$ en ligne ou 10\$ sur place le jour de l'événement. Aucun équipement spécial n'est requis. Apportez vos skis et une boussole si vous en avez une. Sinon, des boussoles seront disponibles en location pour 1\$.



Notre Expertise

- Évaluer la santé
- Poser un diagnostic
- Traiter les douleurs aiguës et chroniques
- Traiter les blessures sportives
- Favoriser la réhabilitation
- Optimiser la santé et la performance

Traitements

- Ajustements chiropratiques
- Thérapie des tissus mous
- Bandage/taping
- Fascial Manipulation
- Shock wave (thérapie par ondes de choc radiales)
- Ultrason et électrothérapie
- Exercices thérapeutiques
- Analyse de course à pied

Services offerts

- Examen initial (comprenant anamnèse et examen physique)
- Évaluation diagnostique
- Évaluation radiologique
- Prise en charge thérapeutique



Dre. Andréanne Éthier Chiasson, Chiropraticienne D.C.
Dr. Simon-Michel Bélisle, Chiropraticien D.C.
Dr. Jeremy Law, Chiropraticien D.C.

Venez vivre l'expérience #chirostsauveur

26, av. Lafleur Sud, Saint-Sauveur • 450 227-0644 • chirostsauveur.com



HONDA

LOCATION

À PARTIR DE

1,99%
JUSQU'À 24 MOIS

ILS SONT ARRIVÉS
CR-V
2020



LOCATION 8930\$
À PARTIR DE /SEMAINE

4000\$
DE RABAIS
SUR LE PILOT



* Taux de location à partir de 1,99% jusqu'à 24 mois applicable sur les modèles CR-V 2020 neufs. Sur approbation de crédit par l'entremise de Service Financiers Honda (SFH). Le Boni de 750 \$ (déduit du prix de vente négocié après l'application des taxes) est disponible aux clients au détail admissibles à la location ou au financement d'un modèle CR-V 2019 neuf, sur approbation de crédit par l'entremise de Services Financiers Honda (SFH). Le Boni peut être combiné aux taux de financement à la location ou à l'achat par l'entremise de SFH et peuvent être modifiés ou retirés en tout temps. Le Boni de 750 \$ peut être applicable à l'achat de pneus d'hiver sélectionnés si le client choisit cette option plutôt que de l'appliquer à la location ou au financement d'un modèle CR-V 2019 neuf. L'incitatif d'achat de pneus d'hiver est valide à l'achat au détail d'un nouvel ensemble de pneus d'hiver (4 pneus) sélectionnés achetés (commandés en cas de rupture de stock) au moment de la location ou au financement d'un modèle CR-V 2019 neuf. Toute partie du boni inutilisée ne peut être conservée pour utilisation future. Installation et tous autres frais reliés aux pneus d'hiver en sus. † Taux de location à partir de 0,99% jusqu'à 30 mois applicable sur les modèles CR-V 2019 neufs. Sur approbation de crédit par l'entremise de Services Financiers Honda (SFH). ** Certaines conditions s'appliquent. Offres d'une durée limitée et sujettes à changements ou annulation sans préavis. Offres valides sur les véhicules neufs seulement. Offres valides seulement pour les résidents du Québec chez les concessionnaires Honda du Québec participants. Le concessionnaire peut devoir commander ou échanger un véhicule. Jusqu'à épuisement des stocks. Photos à titre indicatif. Voyez votre concessionnaire Honda pour plus de détails.

325, rue John-F.-Kennedy, Saint-Jérôme
nordsudhonda.com 450 438-1273

SUIVEZ-NOUS !



Nord H Sud
HONDA
St-Jérôme

P0001025-1

COUP DE CŒUR

Les plantes anti-stress pour le quotidien

Le tilleul et la camomille :
Ces deux plantes médicinales ont des propriétés relaxantes, légèrement sédatives et antispasmodiques.

Le millepertuis :
Consommé régulièrement, c'est un remède pour calmer, la grande anxiété, les troubles de l'humeur, l'insomnie, les dépresses saisonnières et les crises d'angoisse, c'est un antidépresseur naturel.

La passiflore et la valériane :
Ces deux herbes médicinales sont très efficaces pour lutter contre les troubles de l'humeur, l'anxiété, le stress et les insomnies.

La mélisse :
Cousine de la menthe, la mélisse est une plante médicinale qui apporte le calme et la sérénité.

QUAND LE STRESS PROVOQUE LES MALADIES...



Dominique Cloutier ND. A – Alors que débute l'année 2020, je vous propose de revenir sur les sujets les plus importants pour votre santé, c'est-à-dire les plus généraux, ceux qui touchent le plus de gens.

En relisant mes différents articles, je constate que le stress et sa gestion viennent en tête, c'est dire à quel point il est présent dans nos vies, presque à tous les niveaux.

En fait, quels que soient nos problèmes de santé, le stress revient souvent en ce qui concerne la responsabilité de nos maux et malaises.

■ QUAND LE STRESS PROVOQUE LES MALADIES...

Les maladies de la peau, les maux de ventre, du dos, l'hypertension la plupart de ces maux sont dans influences par notre état

mental et psychique, tout autant que par notre mode de vie. Les maladies dites psychosomatiques, qui sont d'ailleurs longtemps restées le domaine des médecines alternatives, intéressent aujourd'hui les chercheurs scientifiques.

Le stress est un phénomène d'adaptation du corps qui nous permet de réagir à notre environnement. Dès que nous sommes confrontés à une situation stressante, le cerveau envoie un signal aux surrénales pour qu'elles libèrent des hormones, comme l'adrénaline. Ces hormones vont augmenter la fréquence cardiaque, la tension artérielle, la température corporelle, la respiration afin d'amener plus d'oxygène aux muscles et au cœur.

L'organisme est débordé. Il produit encore plus d'hormones et entre dans un état de stress chronique, il finit par s'épuiser, c'est

alors que s'installe la maladie. Il est bien évident que psychosomatiques ou pas les douleurs et malaises que les gens subissent sont bien réels, même s'ils sont « dans la tête ».

Nous avons aussi évoqué l'importance du système immunitaire à plusieurs reprises, je pense qu'il est bon d'en reparler un peu, surtout que la saison des gripes et autres rhumes est déjà commencée et que nous arrivons à la saison des bons vœux, des embrassades et des réunions, sans compter le « magasinage » dans des endroits où il y a foule, donc contamination possible plus fréquente.

Il existe de nombreux facteurs qui influencent l'immunité, en la diminuant ou en la renforçant. Les causes sont nombreuses : l'âge, la maladie, la sédentarité, le stress, le manque de sommeil, la

malnutrition et l'usage des drogues, du tabac et l'excès d'alcool. Un mode de vie sain, la pratique d'une activité physique régulière, une bonne nutrition, un sommeil réparateur et régulier et une bonne gestion du stress favorisent une bonne immunité qui maintient notre organisme en santé.

Je profite de cette chronique pour vous souhaiter, à toutes et tous, une bonne et heureuse année, ainsi qu'une excellente santé. Je tiens aussi à vous remercier de votre fidélité et de l'intérêt que vous me dites porter à mes chroniques, je suis toujours très heureuse de vous parler et je reste, bien sûr, ouverte à toute demande de conseils.

BONNE ET HEUREUSE ANNEE

Rachelle Béry Saint-Sauveur

377, rue Principale, Saint-Sauveur • 450 227-3343

SOINS DE PIED

Studio Pédinord
SOINS DES PIEDS | RÉFLEXOLOGIE
PODOLOGUE DIPLOMÉE

Service à domicile et en studio.
Gym St-Sauveur
700, ch. Jean Adam, Saint-Sauveur
www.pedinord67.simplesite.com • 514 714-3511

Le Pied D'Estale Soins spécialisés pour les pieds

ACCORDEZ À VOS PIEDS L'ATTENTION QU'ILS MÉRITENT!
VISITEZ NOTRE SITE WEB
www.soindespieds.ca

Reçus pour assurances/impôts
36 A, avenue Filion, Saint-Sauveur 514 910-3046

Rolande Morlon
Podologue diplômée



Photos : Dyane Bouthillette

LA TÊTE DU CAFÉ BISTRO MOUTON NOIR DÉBORDE D'IDÉE

Dyane Bouthillette – Depuis 14 ans, le Café Bistro Mouton Noir de Val-David ne cesse de séduire par sa personnalité unique, son originalité, sa créativité et sa générosité s'affirmant à travers ses plats, ses événements et son ambiance chaleureuse.

Annie Riendeau nourrissait le désir d'ouvrir un café lorsque l'opportunité d'acheter Le Mouton Noir lui a été offerte. C'est avec son conjoint Éric Lemieux et un couple d'amis qu'elle est passée à l'action. « C'est un projet que nous avons chéri et planifié lorsque nous étions en vacance au Costa Rica avec des amis », se souvient encore Annie. Un an plus tard, leurs partenaires s'orientant vers d'autres horizons, Annie et Éric sont devenus les seuls propriétaires.

Créatifs, ils sont des explorateurs d'idées anticonformistes. Voilà pourquoi ils ont baptisé leur bistro *Mouton Noir*, autrefois

connu sous les noms du *Nouveau Continent*, *Aventure* et *L'éco bistro*. « On cherchait un nom qui nous différencierait », affirme Annie.

■ COMME CHEZ SOI

Situé à côté de la rivière du Nord, à l'entrée du village, le Mouton Noir met tout en œuvre pour que sa clientèle se sente comme chez elle.

Avec son foyer à bois pour réchauffer l'hiver, sa terrasse pour rafraîchir l'été, ses lumières de Noël brillant à l'année, son bar, sa bibliothèque de jeux pour les petits et grands, ses vernissages présentant un artiste et offrant un décor différent chaque mois et événements spéciaux sortant de l'ordinaire, l'atmosphère nous enveloppe d'une énergie à la fois douce et explosive. « L'ambiance c'est important. Ça fait partie de ton moment que tu te payes au resto, indique Annie. Les employés et les gens qui aiment l'endroit prennent la place comme si elle leur

appartenait. Tu arrives le matin pour travailler et il y a quelqu'un qui vient s'installer à la banquette avec son ordinateur. Tu t'en vas à 15 h et elle est encore là en train de travailler. En même temps, elle jase, prend son thé, sa bouffe », raconte Annie.

Tandis qu'un couple et leurs enfants dégustent un repas ou pendant des amis jouent au backgammon à la table voisine, d'autres personnes socialisent tout en prenant un verre.

■ UN MENU POUR VOYAGER...

Le menu du Mouton Noir présenté sur une pochette recyclée contenant un disque vinyle propose des repas généreux et colorés et de délicieux desserts cuisinés aux couleurs et saveurs de ce Mouton Noir qui ne pense qu'à faire autrement des autres.

« Je décris mon menu comme étant accessible à monsieur et madame tout le monde parce

LE MOUTON NOIR SE PREND POUR UN AUTRE

Comme la tête du Mouton Noir déborde d'idée et d'imagination, des idées d'événements originaux y mijotent toujours. Par exemple, afin de célébrer la Saint-Valentin, il y aura une soirée Le Mouton Noir se prend pour un autre. Un moment où ce dernier sera déguisé en blanc. « On va faire un 5 services. Il y a beaucoup de couples qui se sont rencontrés ici. Donc, ce soir-là, il y aura un rabais pour ces amoureux qui se sont rencontrés au Mouton Noir », annonce Annie Riendeau en soulignant que l'idée de l'événement provient de sa gérante Émilie.



que chacun y trouve son compte, affirme Annie. Tu peux manger une salade, une soupe, une poutine ou un burger. Toutefois, si tu n'as pas le goût de prendre quelque chose de trop classique tu peux voyager en choisissant un plat coréen, indien, grecque ou Tex-mex, mais à la recette du Mouton Noir ».

Le Mouton Noir sert également une variété de cafés canadiens, 3^e vague, éco responsable, etc. « Si tu veux venir prendre un café, tu ne te trompes pas. La formation barista est importante. Donc, ici, un serveur doit apprendre à faire du bon café, toujours sur la même coche avec le même goût », souligne Annie.

2301, rue de l'Église, Val-David
819 322-1571
<http://www.bistroMoutonNoir.com/>

Ste-Adèle Sushi

UNE SEULE ET UNIQUE SUCCURSALE À SAINTE-ADÈLE

Pour le meilleur sushi qualité prix.
Comptoir Express - Salle à manger

Nos recettes sont secrètes et uniques.
Haute qualité de poissons et fruits de mer

Mardi au samedi 11h à 21h - Dimanche 15h à 20h
Fermé le Lundi

555, boul. Sainte-Adèle, local 110 Tél.: 450 229-8388
www.ste-adelesushi.com Suivez-nous

PROFITEZ DE NOS DÉJEUNERS

JUSQU'À 14H00 TOUS LES JOURS!
WEEKEND JUSQU'À 15H

MIKES STE-AGATHE
621, RUE PRINCIPALE
819 326-5311

Mikes

Restaurant Biologique

Table 16

De la Ferme à la Fourchette

MENU GASTRONOMIQUE 30 \$

Tous les jeudis et dimanches
Les lundis plat du jour
et un verre de vin 20 \$

342, rue Principale, Saint-Sauveur
450 227-2478

Ceci pourrait être votre espace

Contactez-nous

Accès

450 227-7999



CALENDRIER CULTUREL 2020

SALLE ANM



JANVIER

Faire semblant avec Réal Béland

Son spectacle hommage à ses 30 ans de carrière (30 ans, 30 villes seulement, 30\$) vous coûtera 30\$ + les frais au lieu de 44 \$ + les frais. Vous serez très peu au Québec à avoir la chance de le voir puisqu'il tournera dans 30 villes seulement à la même période de l'année 2020.

Le spectacle **FAIRE SEMBLANT « spécial anniversaire »** comprendra également plusieurs numéros « édition spéciale », notamment LE POUF pour lequel Réal a gagné de nombreux prix. Ce n'est donc que partie remise où toutes et tous y gagnent au change!

Achat à la salle A.N.M.: 30\$ Tous frais inclus

Note: Le spectacle de Réal Béland, FAIRE SEMBLANT, prévu le 23 mars 2019 est reporté au 11 janvier 2020 pour profiter du Momentum de ses 30 ans de carrière!



FÉVRIER

Humour, poésie et littérature avec David Goudreault

Seul en scène, Goudreault partage son amour de la littérature québécoise par l'humour et la poésie. Ce spectacle a remporté plusieurs prix et conquiert toujours de nouveaux publics. À voir absolument!

Les habitués de Goudreault ne seront pas dépayés par ce spectacle – et auront probablement reconnu des textes qu'ils connaissent déjà, comme 100 titres, de son album *La faute au silence* –, et ceux qui sont moins habitués à son style auront eu droit au forfait découverte total.

Il s'agit en somme d'un très bon spectacle qui fait sourire, qui touche droit au cœur... et qui donne sacrément envie de lire et d'écrire. Le 29 février 2020.



MARS

Dans le noir avec Safia Nolin

Présentement en tournée avec son album *Dans le noir*, paru en octobre, Safia Nolin offrira son spectacle à la Salle ANM, le samedi 28 mars 2020. Écrit avec sa plume purement déprimante, qui lui a valu les Félix de Révélation de l'année (2016) et Interprète féminine de l'année (2017), le Prix Félix-Leclerc de la chanson et le Prix Révélation de la SOCAN, *Dans le noir* a été qualifié par ICI Musique comme étant dur, plein de douceur douloureuse et surtout, beau à en pleurer.

Depuis la parution de ce deuxième album de compositions originales, Safia a lancé le duo *Mélancolie* avec Patrick Watson, a dévoilé le vidéoclip de *Dagues* mettant en vedette la drag queen Verona Verushka, et a fait plus de 40 concerts au Canada et en France.

Salle Augustin-Norbert-Morin

258, Boul. Sainte-Adèle, Sainte-Adèle.
anm@cslaurentides.qc.ca

Vous désirez vous joindre une équipe dynamique

et travailler dans le décor enchanteur des Pays-d'en-Haut?
Vous avez l'expertise afin de combler l'un de nos postes?

Nous attendons votre candidature!

Conseiller en solutions médias

Solliciter des annonceurs, potentiels ou existants et leur offrir des espaces publicitaires et assurer un service et un suivi de qualité.

Responsabilités : Solliciter et développer la clientèle dans les différents marchés; Rechercher et proposer des solutions sur mesure au profit des clients; Voir à l'atteinte des objectifs de ventes; Assurer une présence dans le marché local; Respecter les normes et les politiques, ainsi que les heures de tombée.

Exigences : Détenir un diplôme d'études collégial et une solide expérience dans le domaine; Maîtriser la langue française; Avoir le sens de la communication, être dynamique et autonome; Posséder une automobile.

Journaliste pigiste

Rédiger des articles et faire les recherches nécessaires afin de publier des informations véridiques et s'assurer de rendre tous les articles dans les délais prévus.

Exigences : Détenir un diplôme en communication / journalisme; Être à l'aise dans un environnement informatisé; Être disponible, savoir réagir rapidement aux événements et démontrer un intérêt pour le travail d'équipe; Maîtriser parfaitement la langue française à l'orale et à l'écrit; Posséder une voiture.

Graphiste

Temps partiel | 20 h / semaine (lundi, mardi, vendredi)

Exigences : créatif, rapide, autonome, capacité à travailler sous pression et respecter les échéanciers serrés.
Imprimé : InDesign, Photoshop, Illustrator
Web : Wordpress, création de pages, modification de menu, création de widget.

Accès

LE Journal des Pays-d'en-Haut

Le Nord

NOTRE accès à l'information

Les personnes intéressées par l'un de ces postes sont invitées à soumettre leur CV par courriel à jacinthe@journalaccs.ca

Le masculin est utilisé pour alléger le texte, et ce, sans préjudice pour la forme féminine.

Le **CEP** c'est **LA place!**
POUR UN AVENIR PASSIONNANT

PROPULSEZ VOTRE CARRIÈRE!

DEP en Mécanique automobile dès le 13 janvier 2020
1800 heures

- Développez vos compétences en mécanique de véhicules à essence, hybrides et électriques dans un environnement dynamique
- Espace de réparation équipé pour l'apprentissage des technologies associées à tous ces types de véhicules

Le Centre d'études professionnelles Saint-Jérôme est la référence en technologie de voitures électriques et hybrides dans la région des Laurentides et de Lanaudière!

PORTES OUVERTES
29 JANVIER DE 17H À 20H

917, montée Saint-Nicolas, Saint-Jérôme (Qc) J5L 2P4
450 565-0006, poste 7300
formationcep.com

25 ans à bâtir l'avenir

Commission scolaire de la Rivière-du-Nord

EN JANVIER C'EST LA RENTRÉE

MATT HOLUBOWSKI

EN PRIMEUR AU THÉÂTRE DU MARAIS



Dyane Bouthillette – *C'est sur les planches du Théâtre du Marais, à Val-Morin, du 9 au 11 janvier, que l'auteur-compositeur-interprète Matt Holubowski, accompagné par ses quatre musiciens, entamera sa nouvelle tournée de spectacles.*

Les spectateurs auront le privilège d'entendre en primeur les chansons de son nouvel album *Weird ones* dont la sortie est prévue pour février. « *J'y travaille depuis environ un an* », déclare l'auteur-compositeur-interprète.

En effet, après le succès de son album *Solitudes*, une tournée à travers le Canada, l'Europe et les États-Unis, suivi d'une retraite d'écriture, Matt Holubowski nous revient en force avec une autre série de spectacles teintée de nouveautés musicales.

Alors que les uns vivront le bonheur de son retour, les autres découvriront une voix à travers laquelle vibre une touchante sensibilité.

■ AVANT LA LEVÉE DU RIDEAU

Depuis plusieurs jours, Matt et son équipe se préparent à la grande première de sa tournée. « *On sera au Marais toute la semaine avant les représentations pour créer le show... En fait, on est déjà en train de le créer, de préparer les visuels et tout, sur scène, pour la première fois* », a annoncé le chanteur lors d'une entrevue avec le journal un peu avant les vacances des fêtes.

■ INTENSE ET RICHE EN ÉMOTIONS

Le nouveau spectacle étant un peu à l'image du précédent, en termes d'intensité et d'émotions, présentera toutefois des couleurs différentes. « *Celui-là sera un peu*

plus grandiose, dévoile l'artiste. Parce qu'à l'époque j'avais fait un album avec des musiciens que je commençais juste à connaître. Après 200 représentations, on a appris à mieux faire connaissance. Le spectacle a beaucoup évolué depuis et ce nouvel album qu'on va sortir bientôt est un genre d'amplification de ce qu'on a fait. Ça va être un peu plus éclaté que la dernière tournée ».

Musicalement intense et riche en émotions, ce spectacle sera un peu plus vivant et joyeux. « *Le dernier était plutôt sombre* », mentionne Matt Holubowski.

■ DE LA RÉALITÉ AU SURRÉALISTE...

Lors de l'écriture de ses chansons, Matt dit avoir été souvent inspiré par ses voyages et observations du monde. « *J'ai toujours été une personne plutôt cartésienne et j'ai toujours écrit de façon un peu rationnelle et évidente. Mais depuis la dernière année, je suis rentré dans un monde plus surréaliste* ».

Proposant cette fois-ci une nouvelle dimension, l'un des deux thèmes principaux qu'il aborde nous sort de la réalité et nous transporte dans un autre monde. « *La 2^e thématique parle de la perte et du retour à soi-même ainsi que de la redécouverte de l'amour. C'est très personnel comme album cette fois-ci* », a-t-il décrit.

À quoi ressemblera le décor de votre spectacle? « *Ça, c'est une surprise! Il faudra venir au spectacle pour le voir* », a répondu Matt comme pour piquer notre curiosité. Son sourire dans la voix indique un bon présage.

Pour des informations, visitez le theatredumarais.com

LES CINÉMAS
CARREFOUR
DU NORD

LE GRAND ÉCRAN À PETITS PRIX !

LES MARDIS 6.25\$
LES MERCREDIS 7.75\$
LES APRÈS-MIDIS 8.75\$
LES JEUDIS 2 POUR 1
SUR PRÉSENTATION DU COUPON

VOTRE CINÉMA
VOUS GÂTE
PROFITEZ-EN !

POUR CONSULTER NOTRE HORAIRES
CINEMAST-JEROME.COM

f i a t

TÉLÉPHONE: 450-436-5944

AUTOROUTE DES LAURENTIDES, SORTIE 45

ANDRÉ RIEU

Jeune à 70 ans

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

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

POUR PLUS D'INFORMATION NOUS VOUS INVITONS
À CONSULTER NOTRE SITE INTERNET.

P000969-1

RÉAL BÉLAND CÉLÈBRE SES 30 ANS DE CARRIÈRE

DYANE BOUTHILLETTE — Afin de souligner ses 30 ans de carrière, Réal Béland présentera son spectacle *Faire semblant*, spécial anniversaire, sur 30 scènes du Québec.

« Et le prix du billet est à 30 \$ », précise-t-il. Invitant son public laurentien à venir célébrer avec lui à la salle A.N. Morin de Sainte-Adèle le 11 janvier et au Théâtre Gilles-Vigneault 28 février, il offrira, en bonus, un numéro marquant de sa carrière. L'humoriste est particulièrement fier de ce 4^e one-man-show qu'il considère comme étant le meilleur de sa carrière. « *Le spectacle dure une heure et demie, mais, dans ma tête, c'est comme si ça durait 15 minutes. J'ai beaucoup de plaisir à le faire* », dit-il.

Faire semblant est un spectacle dans lequel Réal se moque des comportements humains qui sonnent faux, notamment sur les réseaux sociaux et de ceux qui se prennent en selfies en compagnie de leur repas au restaurant. Un numéro dans lequel il imite le cri du hibou dans une mise en scène nocturne est à se rouler par terre. Selon lui, même les animaux font semblant

sauf ce fameux oiseau de nuit... « *C'est un show qui parle d'une espèce de crise de la quarantaine. Quand on est rendu au milieu de sa vie, on est tanné de tout ce qui est faux. On veut s'éloigner des gens qui font semblant et s'approcher du vrai monde. Donc, ça parle d'un sujet assez grave, mais transposé en humour* », explique-t-il.

Au grand bonheur du public, l'hilarant Monsieur Latreille montera sur scène. Une habitude aucunement routinière puisque ce personnage a le don de surprendre ses spectateurs à tout coup avec son talent d'improvisateur.

■ LE POUF

Dans le cadre de ce spécial anniversaire, l'artiste revêtira la peau d'un personnage qu'il incarnait dans son premier one-man-show il y a environ une vingtaine d'années. « *C'est un chansonnier qui essaye de jouer, mais il n'a pas de tabouret. Donc, il prend un*

Lorsqu'il était enfant, Réal ne songeait pas du tout à faire le métier d'humoriste qui, pourtant, le fascinait. « J'aimais beaucoup aller voir mon père faire des shows. C'est beaucoup à cause de lui que j'ai appris mon métier sans même le savoir ». Heureusement pour ses admirateurs!

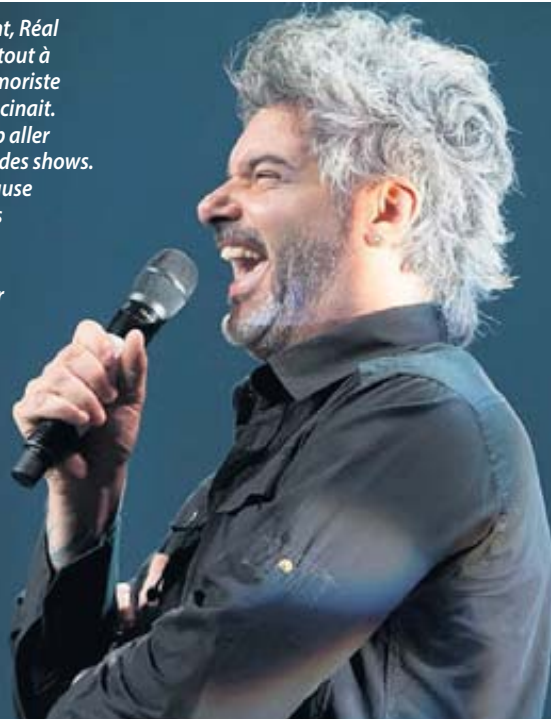


Photo: Jean-Yves Cousture

genre de gros pouf et, finalement, il se rend compte que c'est une sacoche, dévoile-t-il. C'est un numéro marquant de mes 30 ans de carrière ». Un moment exclusif qui ne manquera certainement pas de faire crouler de rire son public. Rappelons qu'à l'époque ce numéro a remporté plusieurs prix.

■ DURANT SES 30 ANS DE CARRIÈRE

Réal Béland a souvent remis en question sa carrière. « *C'est un peu contre ma nature d'être en avant-scène. Je voulais plutôt faire de la mise en scène, de la réalisation, de l'écriture* », a confié Réal lors d'une entrevue avec le journal.

■ QU'EST-CE QUI VOUS A ALORS MOTIVÉ À FAIRE DE LA SCÈNE?

« C'est surtout l'aspect créatif. Souvent, tu écris et conçois des choses et tu te dis : c'est fait pour moi! Monsieur Latreille, par exemple, est un genre de concept un peu improvisé que je ne pouvais pas passer à quelqu'un d'autre parce que c'est moi qui avais du plaisir à le faire ».

salleanm.com
theatregillesvigneault.com

Billetterie en ligne sur notre site web
www.cinemapine.com
Ligne Info-films 24 heures
450 229-PINE (7463) • 1 866 739-PINE (7463)

Du 10 au 16 JANVIER 2020
NOUVEAU : Maintenant les mercredis après-midi et vendredis en matinée (complexe 1)

★★★★★★★★★★★★★ **Complexe 1: 24, rue Morin, Sainte-Adèle** ★★★★★★★★★★★★★★

★ **STAR WARS THE RISE OF SKYWALKER 3D** en anglais
VENDREDI : 19H30 SAMEDI : 19H30
DIMANCHE : 14H00 LUNDI, MARDI ET MERCREDI : 19H15
Aucun Laissez Passer ou coupon 2 pour 1 et promo plaisir a 2 non valable

★ **STAR WARS L'ASCENSION DE SKYWALKER 3D** en français
VENDREDI, SAMEDI ET MERCREDI : 14H00 DIMANCHE : 19H15
Aucun Laissez Passer ou coupon 2 pour 1 et promo plaisir a 2 non valable

★ **LE MEILLEUR RESTE À VENIR**
VENDREDI ET SAMEDI : 14H00 - 19H30
DIMANCHE : 14H00 - 19H15 LUNDI ET MARDI : 19H15,
MERCREDI : 14H00 - 19H15 JEUDI : 19H15

★ **LES MISÉRABLES**
VENDREDI ET SAMEDI : 14H00 - 19H30
DIMANCHE ET MERCREDI : 14H00 - 19H15
LUNDI, MARDI ET JEUDI : 19H15

★ **SONG OF NAMES** ang. s. T. français
de François Girard (Le violon rouge)
VENDREDI DIMANCHE ET MERCREDI : 14H00
SAMEDI : 19H30 LUNDI : 19H15

★ **CHANT DES NOMS** version française
de François Girard Le Violon Rouge
DIMANCHE, MARDI, MERCREDI ET JEUDI : 19H15
VENDREDI : 19H30 SAMEDI : 14H00

★ **JUMANJI** en français
VENDREDI ET SAMEDI : 19H30 DIMANCHE : 14H00
MARDI ET JEUDI : 19H15

★ **JUMANJI** en anglais
SAMEDI : 14H00
DIMANCHE, LUNDI, MERCREDI ET JEUDI : 19H15

★ **1917** français
VENDREDI ET MERCREDI : 14H00

★★★ **Complexe 2 : 1146, rue Valiquette** ★★★

★ **OPERA MET EN DIRECT WOZZECK DE BERG**
SAMEDI : 12H55

★ **MERCI POUR TOUT**
VENDREDI : 20H15 SAMEDI : 14H45 - 20H15
DIMANCHE : 14H45 - 20H00
LUNDI, MARDI, MERCREDI ET JEUDI : 20H00

★ **1917** en anglais :
VENDREDI : 20H15 SAMEDI : 14H45 - 20H15
DIMANCHE : 14H45 - 20H00
LUNDI, MARDI, MERCREDI ET JEUDI : 20H00

★ **1917** en français :
VENDREDI : 20H15 SAMEDI : 20H15
DIMANCHE : 14H45 - 20H00
LUNDI, MARDI, MERCREDI ET JEUDI : 20H00

S.v.p. veuillez valider l'horaire au www.cinemapine.com ou l'infofilm

LES SPÉCIAUX DU MARDI, MERCREDI ET JEUDI SONT DE RETOUR!
La Promotion Plaisir a 2 Avec Restaurant Spago est de retour *

*certaines restrictions: info directement avec le restaurant
5 ANS ET MOINS 6.96\$* - 6 À 15 ANS 8.69\$* • 16 À 64 ANS 11.74\$* • 65 ANS ET PLUS (AVEC PREUVE) 10.44\$*
Les programmes et horaires sont sujets à changements sans préavis. Veuillez téléphoner quotidiennement au cinéma pour confirmation.

LES CINÉMAS CARREFOUR DU NORD
LE GRAND ÉCRAN À PETITS PRIX!
LES MARDIS 6.25\$ LES MERCREDIS 7.75\$ LES JEUDIS 8.75\$
LES JEUDIS 2 POUR 1 SUR PRÉSENTATION DU COUPON
VOTRE CINÉMA VOUS GÂTE. PROFITEZ-EN!

POUR CONSULTER NOTRE HORAIRES: CINEMAST-JEROME.COM
TÉLÉPHONES 450-436-5944 AUTOUTRUS DES LAURENTIDES, SORTIE 45

PROGRAMMATION DU VENDREDI 10 JANVIER AU JEUDI 16 JANVIER 2020
POUR L'HORAIRE COMPLET VISITEZ LE CINEMAST-JEROME.COM

CINÉ-RÉPERTOIRE

BONJOUR VOISIN
Avec Tom Hanks
Dès vendredi 17 janvier

SOUSS PRESSION
SPECIALES
Jeudi 9 janvier 19h15 et 21h15

1917
SPECIALES
Jeudi 9 janvier 19h15 et 21h15
GAGNANT GOLDEN GLOBE POUR MEILLEUR FILM DRAMATIQUE ET MEILLEUR RÉALISATEUR

DOLITTLE
Avec Robert Downey Jr.
Dès vendredi 17 janvier

MAUVAIS GARÇONS POUR LA VIE
SPECIALES
Jeudi 9 janvier 19h15 et 21h15

LA VOIE DE LA JUSTICE
Dès vendredi 10 janvier

LAOS & CAMBODGE
LUNDI 13 JANVIER À 13H00
Julie Morneau, Accesspharma

ANDRÉ RIEU JEUNE À 70 ANS
AVIS IMPORTANT: VOUS NE POUVEZ PAS VOUS ENFUYER DE LA REPRÉSENTATION DU 13 JANVIER SERA REPORTÉE AU DIMANCHE 19 JANVIER À 12H15
POUR PLUS D'INFORMATION NOUS VOUS INVITONS À CONSULTER NOTRE SITE INTERNET
DIM. 15 JANVIER 12H15
MER. 22 JANVIER 18H15
DIM. 29 JANVIER 12H15
MER. 12 FÉVRIER 18H15

WOZZECK
Samedi 11 janvier 12H55

LE JOURNAL DU CINÉMA
www.cinemast-jerome.com
CARREFOUR DU NORD

RECEVEZ LA PROGRAMMATION CHAQUE MARDI PAR COURRIEL
POUR VOUS INSCRIRE VISITEZ LE WWW.CINEMAST-JEROME.COM

NOUVELLE PIZZA
TOUT CE QUI COMPTE, C'EST L'ADDRESS, LA PIZZA

Envie d'un CLASSIQUE?
ESSAYEZ NOTRE FAMEUSE POUTINE

SANTA-CARRAUL
GROSSEMENT À L'ÉCRAN
PROCHAINE PRÉSENTATION
EN VENTE À LA BILLETTERIE
COMPTANT ALPHABETIQUE

PATINAGE ARTISTIQUE

JUSTINE CHARTRAND-GRÉGOIRE ÉTABLIT UNE NOUVELLE MARQUE PERSONNELLE

Luc Robert – La patineuse artistique Justine Chartrand-Grégoire, de Saint-Anne-des-Lacs, a non seulement récolté l'or à Saint-Eustache et à Rosemère, mais elle a de plus signé son meilleur pointage personnel à vie (33,49 points) au premier rendez-vous.

L'athlète de 11 ans a participé à la compétition régionale «*Invitation Saint-Eustache 2019*» en dominant son groupe de 10 patineuses, avant de réussir le même coup de force à Rosemère (30,22 points).

Le fait saillant aura été la réussite d'atterrissage de son double axel en compétition.

«*Ça m'a pris du temps à le réaliser, mais là, je m'améliore très bien et je l'ai réussi. J'étais tout excitée à Saint-Eustache. Mon entraîneur, Yvan Desjardins, a aussitôt ajouté un nouvel élément, soit que je réussisse des doubles axels combinés à Rosemère, finissant sur un "double toe"*», s'est-elle réjouie. La jeune fille a relevé le défi et a surfé sur une vague pendant deux semaines, a ajouté sa mère.

■ POINTS BONIS

Ces doubles axels, lorsque réussis, lui permettent de récolter deux points bonis (GOE) au classement.

«*Je veux maintenant relever la barre, forte de mes succès récents. Je vise un nouveau sommet personnel de 36 points. Depuis que je suis chez les juvéniles, je parviens toujours à répondre aux attentes. Mais il ne faudra pas que ça déborde non plus*», a-t-elle poursuivi en riant.

■ ÉCHELON SUIVANT

Justine Chartrand-Grégoire commence à prendre conscience des possibilités à sa portée et sa rapidité d'apprentissage.

«*Justine est plus en contrôle de ses propres figures à exécuter. Elle se rend compte qu'elle progresse techniquement. Avec ses succès, elle a le goût d'ajouter plus d'éléments à risque, car elle se sent capable de les réussir. Elle poursuit son apprentissage des triples axels, qu'elle devrait effectuer régulièrement sans problème en fin de saison. Je prédis même qu'après une seule année chez les Juvéniles, elle pourra faire ses débuts chez les Pré-Novices, dès*

l'automne 2020», a encensé son entraîneur Yvan Desjardins.

■ VISITE JÉRÔMIENNE

La patineuse de 11 ans déploiera son talent à l'aréna Rivière-du-Nord de Saint-Jérôme, du 24 au 26 janvier, ainsi qu'à Sherbrooke, du 30 janvier au 2 février.

«*Je garde le même numéro solo, en tâchant d'améliorer mes doubles axels combinés. La compétition sera plus relevée au niveau régional et provincial. Quelques autres filles exécutent bien les doubles axels : je vais m'appliquer et me concentrer sur mes propres choses. J'aime quand même compétitionner, car ça me pousse à être meilleure*».

Son mentor abonde dans le même sens. «*Lorsqu'elle voit que d'autres filles peinent à réussir les doubles axels, cela la place en confiance. Elle sait pouvoir capitaliser en s'en tenant à maximiser sa routine. Mentalement, Justine a travaillé fort, par le passé, lors de rares contre-performances. Elle sait que si elle est victime d'une erreur, la clé reste la concentration. Ça lui évite d'amener d'autres erreurs consécutives. Sa maturité est rapide*», a-t-il décrit.

«*En demeurant en santé et en poursuivant son entraînement, je pense qu'il est réalisable de penser à un top 3 provincial, pour Justine ce printemps, aux Jeux de la participation 2020, qui auront lieu à Lévis*».



Justine Chartrand-Grégoire pourrait passer chez les Pré-Novices après une seule saison chez les Juvéniles, croit l'entraîneur Yvan Desjardins.

COURSE INVITATION PREMIÈRE NEIGE

LE CLUB FONDEURS-LAURENTIDES REMPORTE 27 MÉDAILLES!



(E.M) – Plusieurs athlètes du club Fondeurs-Laurentides ont participé à la course «*Invitation première neige*» les 6-7 décembre à Morin-Heights. Les Fondeurs-Laurentides étaient les organisateurs de cette compétition qui a attiré plus de 150 athlètes d'un peu partout en province et de l'Ontario.

Les athlètes des Fondeurs-Laurentides ont brillés à tous les niveaux, mais la catégorie la plus décorée par le club a été la catégorie M16. Thomas Allard-Vertriest (Prévost) a remporté les courses de 8 km en pas classique et en pas de patin remportant

2 médailles d'or. Son coéquipier Alexandre Cormier (Piedmont) a également remporté l'argent en style libre et le bronze en classique. Finalement Nikolai Alekseev (St-Jérôme) a terminé en deuxième place en classique. Du côté féminin, Alizé Fagnoli (Morin-Heights) a remporté le bronze en style libre et Anne-Sophie Miron (Ste-Thérèse) faisait de même en style classique. Dans la catégorie M18 trois athlètes ont réussi un doublé dans les deux styles: Matisse Julien (Laval) à remporté l'argent, Antoine Martin (St-Jérôme) décrochait le bronze et Isabel Izquierdo-Bernier (Montréal) terminait également au 3^e rang.

Dans la catégorie Open, Xavier Martin (St-Jérôme) est monté sur la 2^e marche du podium et son coéquipier Charles Séguin (Laval) décrochait le bronze en style classique. Au 8 km style libre, Erikson Moore (Montréal) terminait en 3^e position.

Dans la catégorie M14, Samuel Picard (St-Hippolyte) a remporté l'or au style libre et Olivier Miron (Ste-Thérèse) a obtenu le meilleur temps au style classique. Pour sa part, Chad Walsh (Morin-Heights) décrochait deux médailles de bronze au 2 km de chaque style. Sa coéquipière Naomie Julien (Laval) ajoutait une médaille d'argent au style libre.

■ UNE RELÈVE PROMETTEUSE

Quelques athlètes de la relève se sont aussi démarqués dans la catégorie M12. Sarah-Ève Picard (St-Hippolyte) a réussi un doublé en or au 2 km classique et libre. Son coéquipier Florent Brière (Val-Morin) faisait de même en remportant l'argent dans les 2 styles. Finalement, Xavier Lafond (Brownsburg-Chatham) terminait au 3^e rang en style classique et Antoine Michel (Terrebonne) décrochait le bronze en style libre.

COUPE DES FONDEURS 2020, 34^E ÉDITION

Les compétitions de la Coupe des Fondeurs 2020, 34^e édition, auront lieu les samedis 18 janvier, 25 janvier et 1^{er} février sur les sentiers des Fondeurs au centre communautaire Notre-Dame de Saint-Jérôme. Plus de 1600 participants sont attendus pour les 3 jours de compétitions, ce qui en fait le plus important rassemblement de ski de fond dans les Laurentides mais aussi au Québec. Départ de la 34^e édition de la Coupe des Fondeurs : samedi 18 janvier 2020, 9h30, Centre communautaire Notre-Dame de St-Jérôme, 655 rue Filion. ■

Immobilier
100 À 200

marchandise
300 À 399

services
400 À 599

emploi et formations
600 À 799

Évènements spéciaux
800 À 899

véhicules
900 À 999

105 Propriétés à vendre

Piedmont



Maison mobile agrandie, au prix révisé en bas de l'évaluation : **169 000\$** plutôt que **183 600\$**. Grand garage séparé et vaste terrain intime d'environ 10 000 p.c. 2 CAC + une. Située au 592 du Chemin des Perches, elle est disponible pour vente rapide. Pour info : (514) 627-9711. Visites sur rendez-vous.

! Achetons maison
comptant jusqu'à 300 K.
450-235-1223

110 Propriété à revenus
à vendre

MAGNIFIQUE duplex
entièrement rénové, 2x 5-1/2,
+ 1 étage, St-Sauveur,
5 minutes Mont-Habitant
259,000\$.
514-952-9347

135 Propriétés
commerciales
à vendre

SAINT-ADOLPHE-D'HOWARD, bâtisse commerciale à vendre au cœur du village, 30'x40' et 14' hauteur, porte garage 16'x12', terrain 1,391.8 mètre carré, 819-323-1880

160 Terrains à vendre



TERRAINS À VENDRE
CLÉ EN MAIN ou AUTO CONSTRUCTION
Secteur tranquille, dans un cul-de-sac au
Domaine Saint-Sauveur. À 2 minutes du
village. Environnement de choix. Terrain avec
vue ou ruisseau. À partir de 69 900\$
Christian : **514 953-5777**

TERRAIN À VENDRE



TERRAINS BOISÉS
à Ste Anne des lacs | À PARTIR DE **55 000\$**
Robert Boyer | 450-224-2068

SUIVEZ-NOUS SUR
facebook.com/journalaccès@LeJournalAccès



105 Propriétés à vendre

! 4-1/2, Ste-Adolphe-d'Howard, haut duplex, entrée du village, près du dépanneur. Planchers bois/céramique, libre immédiatement, 615\$/mois électros inclus. 819-323-1880

205 Logements / appartements à louer

! 4-1/2, Ste-Adolphe-d'Howard, haut duplex, entrée du village, près du dépanneur. Planchers bois/céramique, libre immédiatement, 615\$/mois électros inclus. 819-323-1880

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

4-1/2, Ste-Agathe, semi-retraité, luxueux, 1,052 pi.ca. Garage, ascenseur, 1,100\$, 514-266-0321

160 Terrains à vendre

205 Logements / appartements à louer

4-1/2 neufs à Ste-Agathe, spacieux, avec garage et climatisation. À partir 1195\$/mois. Chantal Bélisle laporteimmo construction.com 514-772-2942

LES APPARTEMENTS GLEN (55 ans+autonomes) MORIN-HEIGHTS

3-1/2 dans un immeuble non-fumeur, avec balcon. 539\$ disponible maintenant, incluant eau chaude, chambre de lavage (laveuse, sècheuse), stationnement disponible (15\$). Infos: 450-226-1555

ST-SAUVEUR village: grand 4-1/2, 2 chambres fermées. Entrées laveuse/ sècheuse. Stationnement. Foyer, terrasse. 725\$/mois. Libre. Richard 514-521-8713 Jour 11H00 à 16H00 Soir: 514-374-1381

ST-SAUVEUR: 5-1/2, 875\$, libre à partir du 1er février ou avant. 2 minutes à pied du village. Pas d'animaux, références, enquête de crédit, 514-820-8510

STE-ADÈLE: Le Cantonier, idéal pour retraités. Logements rénovés 4-1/2, (785\$), ensoleillés, libres 450-229-6294

210 Logements / appartements chauffés à louer

2-1/2 sous-sol, ski in/ ski out. 1er novembre au 30 avril. Près Mont Habitant. Louis. 514-799-7700

3-1/2, Ste-Adèle, chauffé, eau chaude incluse. Calme, propre, à pied centre-ville. 1er février. 514-497-5077

GRAND 3-1/2, Ste-Adèle, chauffé/ éclairé, 555\$/mois, libre, près piste cyclable, 450-229-1802

215 Logements / appartements chauffés meublés à louer

2-1/2, prévost, 2e étage, éclairé, chauffé, meublé, lit mural, câble inclus, balayeuse centrale. Très éclairé, libre. Non-fumeur. Pas d'animaux. Membre CORPIC, idéal retraité ou semi-retraité. 550\$. 450-436-4370

BACHELOR 3-1/2, meublé, chauffé, éclairé, 535\$/mois, sur magnifique domaine secteur Mont-Gabriel. Référence locataire averti. Pas d'animaux. Non-fumeur. Ghislain: 450-227-5669 (après 18h); 450-560-0599 (jour)

ST-SAUVEUR, 5-1/2, bas duplex, meublé, électricité, chauffé, télé avec enregistreuse, internet, bel environnement, accès cour et étang. Non-fumeur, pas d'animaux, 5 minutes Mont-Habitant. Références. 1090\$, 514-952-9347

220 Condos lofts et maisons de ville à louer

LOFT tout meublé à Morin-Heights. Très privé, location tout services inclus. Idéal personne seule, sans animaux et non-fumeur. Contactez ou textez, 514-949-7666

225 Propriétés à louer

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

245 Chambre à louer

AUBERGE Champêtre centre-ville, Ste-Adèle, loués au mois, chambres, studios, meublés, au choix, foyer, tourbillon. Tout équipés, incluant: Wi-Fi/ câble, buanderie sur place. IGA, Banques, Pharmacie, etc. 450-229-3533.

270 Bureaux / locaux à louer

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

298 On demande

RECHERCHE maison 4-1/2 ou 5-1/2 dans Ste-Sauveur, Piedmont ou Prévost. 2 personnes tranquilles retraitées. Pas d'animaux. Non-fumeurs, 450-227-8070

310 Divers à vendre

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

BAVOIRS de qualités: bébés, enfants, adultes. Tablier d'alimentation, piqué pour bébés. 819-323-1003 tb_a@icloud.com

310 Divers à vendre

CABANONS (remises de jardin)

10 x 12: **2 625\$**
10 x 16: **3 175\$**
12 x 16: **3 625\$**
15 x 20: **5 100\$**
15 x 30: **6 850\$**

Autres grandeurs disponibles.

RBQ #8213-9338-04.

450 632-0007

>P000288-1

270 Bureaux / locaux à louer

SAINT-SAUVEUR
À LOUER LOCAL COMMERCIAL
NOUVELLE CONSTRUCTION
Sur la rue Principale (près de l'hôtel de ville)
1 500 à 6 000 P.C.
157 Principale
INFORMATION : 514 953-5777

BUREAUX À LOUER
36 ave Filion
St-Sauveur
200 à 800 pi²
Disponible immédiatement

36, ave Filion, St-Sauveur
(face à l'école Marie-Rose)
450.602.0634

310 Divers à vendre

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

345 Antiquité / art / collections

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

365 Poêle / Fournaise / Bois de foyer

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

270 Bureaux / locaux à louer

SAINT-SAUVEUR
À LOUER LOCAL COMMERCIAL
NOUVELLE CONSTRUCTION
Sur la rue Principale (près de l'hôtel de ville)
1 500 à 6 000 P.C.
157 Principale
INFORMATION : 514 953-5777

BUREAUX À LOUER
36 ave Filion
St-Sauveur
200 à 800 pi²
Disponible immédiatement

36, ave Filion, St-Sauveur
(face à l'école Marie-Rose)
450.602.0634

310 Divers à vendre

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

345 Antiquité / art / collections

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

365 Poêle / Fournaise / Bois de foyer

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

415 Massothérapie / Soins thérapeutiques

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

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

DÉTENTE relaxation complète, coin tranquille, Daniel, Ste-Adèle, 450-275-0780

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

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

424 Astrologie / Occultisme

Ana Médium pure, 40 ans d'expérience, ne pose aucune question, réponses précises et datées, confidentielles. Tél.: 514-613-0179 (Avec ou sans Visa/ Mastercard)

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

440 Déménagement / Transport / Entreposage

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

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

442 Constructions / Rénovations / Réparations

MENUISIER pour travaux rénovations générales et armoires. Licence R.B.Q., carte. C.B.J. Gaétan. 514-971-4187

480 Toitures / Couvreurs

STOITURES SILANIC



UNE COUVERTURE DE SATISFACTION

Pour un service personnalisé et complet
Un travail propre et garanti
Dans le domaine depuis 1993
Spécialité bardeaux d'asphalte
Installation de gouttières sans joints

450 226-3843 • www.silanictoitures.com

442 Constructions / Rénovations / Réparations

ceramique mnicolas.com
Pose de céramique
Ardoise et granit
Douche sur mesure
Expérience
Travail propre
RBQ.56103849-01
514.238.2653

HOMME À TOUT FAIRE
Peinture, réparation de plâtre, rénovations de toutes sortes, travaux intérieurs/ extérieurs, travaux propres et soignés, 20 ans d'expérience. Références sur demande. 777. Nicholas, 514-264-7385 cell. 450-226-6095 (maison Saint-Sauveur). Estimation gratuite! COUPE D'ARBRES

446 Peinture / décoration

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

472 Dénégement

DÉNEIGEMENT DE TOITURES ABC
Pour service rapide professionnel à prix compétitifs. Estimation gratuite. André 450-675-2281

483 Compagne compagnon

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

480 Toitures / Couvreurs

484 Services divers

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

485 Agence de rencontre avec permis

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

555 Argent à prêter

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

BAZAR DE LA POINTE BLEUE

Déménagé au : 249, Chemin Ste-Marguerite, Ste-Marguerite-du-Lac-Masson

TOUS LES VENDREDIS ET SAMEDIS DE MIDI à 16H
Venez faire de belles trouvailles. Nous avons de tout. Beaucoup d'articles de grand luxe à des prix fous!
Nous acceptons : bijoux, vêtements, meubles, etc.
Contactez-nous 450 228-2441 ou 450 229-4328, nous irons les récupérer.

Emplois



Trattoria Di Mitrio
Cucina Italiana

Saint-Sauveur

SERVEUR(SES)

avec expérience
connaissances POS un atout

Faites parvenir votre CV par courriel à :
trattoriadimitrio@gmail.com ou se présenter au 10, av. Filion, St-Sauveur du mercredi au dimanche, demandez Isabelle ou Billy

Imagine un emploi où tu peux faire LA différence!
Imagine un emploi que tu aimes dans une organisation qui se soucie de toi!
Imagine travailler loin du trafic de la ville!
Imagine côtoyer des passionnés des aînés, comme toi!

Préposé(e) aux bénéficiaires • Préposé(e) à l'entretien ménager

NOUVELLE ADMINISTRATION
Nouvelle échelle salariale, 14 \$ à l'embauche (diplôme non requis)
Reconnaissance des acquis et diplôme (salaire bonifié)

Fais-nous parvenir ton CV
par courriel : coordonnateur@mwilfridgrignon.ca
par la poste : Maison Wilfrid-Grignon
195, boulevard de Sainte-Adèle
Sainte-Adèle (Québec) J8B 1A9

Viens nous visiter au groupesanteabec.com/ri/wilfrid-grignon

MAISON WILFRID-GRIGNON
Passionnés par les aînés

585 Services financiers divers

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

650 Bar / Hôtels/ Restaurants

CAL'S PIZZA recherche cuisinier(ère) 3 à 5 jours/ semaine. Appelez 819-322-6421 ou se présenter 6193 Curé Labelle, Val-Morin

985 Autos à vendre

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



Emplois



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

• ENTRETIEN MÉNAGER

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

• **MAÎTRE D'HÔTEL**
• **ASSISTANT GÉRANT AU BAR**
Envoyez votre cv à Johanne Beauregard :
restauration@montgabriel.com
450 227-7983 poste 273

• CUISINIER • PLONGEUR

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

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



SAINT-SAUVEUR

RECHERCHE

- Cuisinier (ière)
- Aide-Cuisinier (ière)
- Plongeur (euse)

Temps plein/partiel

Nous contacter après 16 h au 450 227-2624



Morin-Heights

RECHERCHE PERSONNEL DYNAMIQUE POUR COMBLER LES POSTES SUIVANTS :

Postes à temps partiel

COMMIS FRUITS COUPÉ

COMMIS CHARCUTERIE

SUPERVISEUR CAISSE

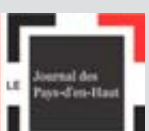
EMBALLEUR/LIVREUR

Bienvenue aux retraités et semi-retraités

Faire parvenir votre C.V. a/s de Pierre Desmanches par courriel à :
iga08587p.desmanches@sobeys.com
par télécopieur au : 450 226-6981
ou par la poste ou en personne au :
680, chemin du Village, Morin-Heights, Qc J0R 1H0

RECRUTEZ VOTRE PERSONNEL

avec

CONTACTEZ VOTRE REPRÉSENTANTE

450 227-7999

TOMBÉE LE VENDREDI À 17H

SUIVEZ-NOUS SUR
facebook.com/journalaccès@LeJournalAccès



Avis de décès

REMERCIEMENT

Micheline Beaulieu (Carrière)
1938 - 2019



La famille de Mme Micheline Beaulieu Carrière remercie sincèrement toutes les personnes qui leur ont témoigné de la sympathie suite au décès de Micheline survenu le 2 décembre 2019. Votre présence à nos côtés, votre soutien, vos messages de condoléance ou votre présence aux funérailles nous ont apporté beaucoup de réconfort dans ces moments difficiles et nous tenons à vous remercier. Que chacun d'entre vous considère ces remerciements comme lui étant personnellement adressés. Son époux Jean-Paul Carrière, sa fille Louise, sa sœur Pierrette

PAGÉ, Philippe

1936 - 2019



À Saint-Jérôme, le 1er janvier 2020, à l'âge de 83 ans, est décédé M. Philippe Pagé, époux de Denise Carrier.

Outre son épouse Denise, il laisse dans le deuil ses enfants Annie (Hugues Lagarde) et Martin (Vicky Mailloux), ses petits-enfants Ariane, Juliette, Émile, Laurence,

Cédric et Lydia, ses beaux-frères et belles-sœurs, ses neveux et nièces ainsi qu'autres parents et amis.

Les funérailles auront lieu samedi le 18 janvier 2020 à 11h à l'Église de Saint-Sauveur.

La famille sera présente à l'Église à compter de 10h pour recevoir vos condoléances.

Direction : Maison funéraire Trudel



>P001014-1



Crématel

Simplement la CRÉMATION^{MD}

- Sans embaumement
- Sans cercueil
- Sans exposition

Transport du corps directement au crématorium

283, Labelle Saint-Jérôme
Tél.: 450 431-7700
Sans frais: 1 888 510-1112
www.crematel.com

Donnez à la mémoire de



Fondation Pallia-Vie

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



RÉGIE D'ASSAINISSEMENT DES EAUX
USÉES DE PIEDMONT, SAINT-SAUVEUR ET
SAINT-SAUVEUR-DES-MONTS



RÈGLEMENT 7-2019 ENTRÉE EN VIGUEUR

Avis est donné par la soussignée que le conseil d'administration de la Régie d'Assainissement des eaux usées de Piedmont, Saint-Sauveur et Saint-Sauveur-des-Monts à une séance extraordinaire tenue le 16 octobre 2019 adoptait le règlement suivant :

Règlement 7-2019 : Décrétant une dépense et un emprunt de 295 280 \$ pour le remplacement des rideaux séparateurs et des poteaux d'ancrages dans les étangs.

Le Ministère des Affaires Municipales et de l'Habitation a approuvé le règlement le 18 décembre 2019.

Le règlement est actuellement déposé au bureau de la greffière de la Ville de Saint-Sauveur situé au 1 Place de la Mairie où toute personne intéressée peut en prendre connaissance aux heures régulières de bureau.

Donné à Saint-Sauveur, ce 6^e jour du mois de janvier 2020.

Caroline Vinet
Secrétaire-trésorière
Régie d'assainissement des eaux usées de Piedmont,
Saint-Sauveur et Saint-Sauveur-des-Monts

>P001018-1



AVIS PUBLIC CALENDRIER DES SÉANCES DU CONSEIL ANNÉE 2020

En conformité avec l'article 319 de la Loi sur les cités et villes qui stipule que le conseil municipal doit établir le calendrier de ses séances ordinaires (le calendrier sera adopté par le conseil municipal le 20 janvier 2020), la soussignée donne avis public à l'effet que :

Le conseil municipal a fixé à 19 h 30, aux dates suivantes, la tenue des séances ordinaires du conseil municipal pour l'année 2020 :

- | | |
|----------------------------|---------------------|
| • 20 janvier 2020 | • 20 juillet 2020 |
| • 17 février 2020 | • 17 août 2020 |
| • 16 mars 2020 | • 21 septembre 2020 |
| • 20 avril 2020 | • 19 octobre 2020 |
| • MARDI 19 mai 2020 | • 16 novembre 2020 |
| • 15 juin 2020 | • 21 décembre 2020 |

Les séances publiques se tiennent dans la salle du conseil à l'hôtel de ville situé au 1, place de la Mairie à Saint-Sauveur.

DONNÉ À SAINT-SAUVEUR, ce 8^e jour du mois de janvier 2020.

La greffière et directrice des Services juridiques,
Marie-Pier Pharand, avocate

>P000981-1

CALENDRIER COMMUNAUTAIRE ET COULTUREL

JACINTHE@JOURNALACCES.CA

L'OUVROIR SAINT-SAUVEUR – Prochaines ventes, les jeudis 9 et 23 janvier, de 8h30 à 16h. Pour les meubles, de 7h30 à 12h30 | 382, rue Principale, 450.227.1445.

SOUPÉ ET COMPAGNIE offre des repas sains et nutritifs les lundis, mardis et jeudis à l'église de Saint-Sauveur situé au 205 rue Principale. Venez prendre un bon repas, en bonne compagnie. Visitez notre site web: www.soupeetcompagnie.com ou 450 744-0207.

PARKINSON QUÉBEC-GROUPE DE MARCHÉ - La pratique d'une activité physique régulière permet d'entretenir et d'améliorer ses capacités physiques. Le bureau régional de Saint-Sauveur vous invite à venir marcher avec nous, un jeudi sur deux. Info : 450-630-4222

RÉPIT À DOMICILE - Prenez du temps pour vous ! 32 heures de répit en blocs de 4 heures à 5 \$ le bloc. Projet subventionné par La Fondation de la Fédération des médecins spécialistes du Québec. Contactez l'OBNL Répit, Bien-Être : 450-224-2657

CAPTCHPL - Connaissez-vous cet acronyme ? Je pense que peu d'entre vous diront oui. C'est le Centre d'Aide aux Personnes Traumatisées Crâniennes et Handicapées Physiques Laurentides. Un organisme communautaire sans but lucratif. Notre mission est de faciliter l'intégration sociale de nos membres. Si vous vous questionnez sur notre centre, appelez-nous, il nous fera plaisir de répondre à vos questions. Pour nous rejoindre : 450-431-3437 ou 1-888-431-3437 ou par courriel : captchpl@gmail.com www.captchpl.org



AVIS PUBLIC

INVITATION AUX PERSONNES INTÉRESSÉES AYANT LE DROIT DE SIGNER UNE DEMANDE DE PARTICIPATION À UN RÉFÉRENDUM

Second projet de règlement 222-55-2019 Amendant le Règlement de zonage 222-2008 afin de modifier la délimitation et les dispositions applicables aux zones HT 325, HT 326, HT 327, HT 328, HT 329 et HT 336 ainsi que pour créer la nouvelle zone HT 406 à même une partie des zones HT 325 et HT 326

Second projet de règlement 222-56-2019 amendant le Règlement de zonage 222-2008 afin d'agrandir la zone HT 306 à même une partie de la zone HT 303 et d'autoriser un maximum de 7 chambres plutôt que 5 dans un gîte touristique (café-couette)

Second projet de règlement 222-57-2019 amendant le Règlement de zonage 222-2008 afin de revoir les dispositions applicables aux projets intégrés

**Note au lecteur : Veuillez noter que ces trois projets de règlement ne sont aucunement liés entre eux et ne sont combinés en ce seul avis qu'à des fins de saine gestion financière. Ils peuvent être lus et compris comme existant distinctement l'un de l'autre et leur processus d'adoption légale se fera séparément.*

AVIS PUBLIC est donné de ce qui suit :

À la suite des assemblées publiques tenues le 10 décembre sur les premiers projets de règlement, le conseil a adopté des seconds projets de règlement lors de la séance ordinaire tenue le 16 décembre 2019. Ces seconds projets de règlement contiennent des dispositions qui peuvent faire l'objet d'une demande de la part des personnes intéressées des zones visées et des zones contiguës afin qu'un règlement qui les contient soit soumis à l'approbation de certaines personnes habiles à voter, conformément à la *Loi sur les élections et les référendums dans les municipalités*. Les renseignements permettant de déterminer quelles personnes intéressées ont le droit de signer une demande à l'égard de chacune des dispositions du projet peuvent être obtenus auprès de la soussignée. Une copie des seconds projets peut être obtenue, sans frais, par toute personne qui en fait la demande.

222-55-2019 : l'objet de ce règlement concerne les phases 2 des projets le Norden et Le Pinacle. Ces projets, constitués principalement de maisons unifamiliales jumelées, mais également de deux bâtiments multifamiliaux d'une douzaine de logements et de quelques triplex et quadruplex en implantation jumelée, en plus d'un projet intégré commercial de chalets pour location en court séjour, sont accessibles par le chemin du Lac-Millette. Ces projets prévoient également un bâtiment pouvant abriter jusqu'à 49 logements, qui sera quant à lui accessible via la montée Victor-Nymark. Il est important de savoir que ces projets remplacent le projet *La Québécoise* et réduisent considérablement le nombre d'unités de logement qui étaient prévus au projet initial. La modification au règlement sur les PIIA assurera la continuité dans l'architecture entre les deux projets, soit les phases 2 des projets le Norden et Le Pinacle.



222-56-2019 : l'objet de ce règlement est à l'effet que le nombre maximum de chambres offertes en location dans les gîtes touristiques (cafés-couettes) passent de 5 à 7 et que la zone HT 303 soit agrandie pour y inclure le gîte situé au 777, rue Principale.



222-57-2019 : l'objet de ce règlement est de modifier les dispositions portant sur les projets intégrés soient modifiées, notamment :

- Que des protocoles d'entente soient signés avec les promoteurs;
- Que ces projets soient obligatoirement adjacents à une rue publique ;
- Que diverses normes soient améliorées : délimitation du cadastre privé, présence de conteneurs semi-enfouis, etc.;
- Que des critères de PIIA soient définis afin d'analyser la pertinence du projet intégré. Ce règlement s'applique à toutes les zones de la Ville dans lesquelles les projets intégrés résidentiels sont autorisés ainsi qu'à toutes les zones dans lesquelles les usages de type : «industriel», «commercial» ou «public» sont autorisés.

CONDITIONS DE VALIDITÉ D'UNE DEMANDE

Pour être valide, toute demande doit :

- indiquer clairement la disposition du projet qui est contestée et la zone d'où elle provient et le cas échéant, mentionner la zone à l'égard de laquelle la demande est faite;
- être reçue au bureau de la greffière de la Ville de Saint-Sauveur situé au 1, place de la Mairie au plus tard le **16 janvier 2020 à 16 h 45**;
- être signée par au moins 12 personnes intéressées de la zone d'où elle provient, ou par au moins la majorité d'entre elles, si le nombre de personnes intéressées dans la zone n'excède pas 21.

ABSENCE DE DEMANDES

Les dispositions des seconds projets de règlement qui n'auront fait l'objet d'aucune demande valide pourront être incluses dans un règlement qui n'aura pas à être approuvé par les personnes habiles à voter.

CONSULTATION DU PROJET

Les seconds projets de règlement peuvent être consultés au Service du greffe, situé à l'hôtel de ville au 1, place de la Mairie, du lundi au jeudi, de 8 h à 12 h et de 13 h à 16 h 45, ainsi que le vendredi de 8 h à 12 h.

DONNÉ À SAINT-SAUVEUR, ce 8^e jour du mois de janvier 2020.

La greffière et directrice des Services juridiques,
Marie-Pier Pharand
Avocate

>P000982-1

Avis

AVIS DE CLÔTURE D'INVENTAIRE

Prenez avis que Claude PROULX, en son vivant domicilié au 6, chemin d'Innsbruck, Saint-Sauveur, Québec, J0R 1R1, est décédé à Sainte-Agathe-des-Monts, le 11 janvier 2019. Conformément à la loi, un inventaire de ses biens a été dressé par la liquidatrice successorale, le 18 décembre 2019. Cet inventaire peut être consulté par les intéressés à l'étude de Me Yuri BOURGEOIS, notaire, sise au 1125, chemin de Saint-Jean, suite 211, La Prairie, Québec, J5R 2L6. Donné ce 8 janvier 2020. Me Yuri BOURGEOIS, notaire

P001012-1

AVIS DISSOLUTION D'ENTREPRISE

Veillez prendre avis que le Réseau conseil interdisciplinaire du Québec., personne morale qui a son siège au 175, chemin du Mont-Maribou, Saint-Sauveur a l'intention de demander au Registraire des entreprises la permission de se dissoudre.

Donné Saint-Sauveur le 6 janvier 2020 >P001020-1

CALENDRIER COMMUNAUTAIRE ET COULTUREL

JACINTHE@JOURNALACCES.CA

VOUS AIMEZ LES LIVRES ET DÉSIREZ ALLONGER VOTRE VIE DE DEUX ANS? La librairie Lu et relu vous offre des livres usagés à petits prix. Les bénévoles de cet organisme à but non lucratif, qui dépend des auteurs des Laurentides, vous attendent du mardi au samedi entre 10 h et 17 h et le dimanche entre 11 h et 16 h. La librairie Lu et relu est située au 200 rue Principale, local #6 à St-Sauveur, sous l'escalier dans le stationnement derrière la Caisse populaire.

CAFÉ COMMUNAUTAIRE L'ENTRE-GENS - vous invite chaleureusement à ses services et activités gratuits! Atelier d'art "Laboratoire créatif" les mercredis à 13h avec Florence Berthold | Club de tricot les mardis 13h30 | Club de jeux de société les mardis à 13h30 | Cours d'ordinateur les vendredis | 1006

Valiquette, Sainte-Adèle, 450 229 2211, FB, www.lentregens.org

LA RENCONTRE DE STE-MARGUERITE offre un service de popote roulante les mardis et jeudis pour 6\$ livraison incluse. (Soupe-plat principal-dessert). Aussi, nous servons un dîner communautaire tous les mercredis à midi au coût de 5\$. Venez faire de nouvelles rencontres! Ordinateurs à votre disposition, café gratuit et vêtements à 1\$. 2 Chemin Masson, Ste-Marguerite-du-Lac-Masson, J0T1L0, 450-228-8606

LES TIROIRS DE SAINTE-ADÈLE - Un bazar où vous aurez le plaisir de dénicher de petits trésors à bas prix. Ouvert les mardi et jeudi, de 10h à 16h. 1360 rue Dumouchel, Sainte-Adèle | 450 229 7208 Bienvenue à tous !

BAZAR DE LA POINTE BLEUE - Organisme communautaire venant en aide aux plus démunis. Fonds recueillis par le biais d'un bazar ouvert tous les vendredis et samedis de midi à 16h. Les dons de bijoux, vêtements, meubles, articles de décorations, tableaux, et plus, sont acceptés. Contactez-nous au 450-228-2441 ou 450-229-4328 et nous irons les récupérer. Un geste précieux pour une communauté en santé! 9, ch. Ste-Marguerite, Ste-Marguerite-du-lac-Masson.

LE CENTRE DE ZOOTHERAPIE COMMUNAUTAIRE - Aidez le Centre de zoothérapie communautaire (CZC) à amasser des fonds en gardant l'animal d'un propriétaire en vacances ou encore en faisant garder votre animal par le CZC. 450-327-0244 ou czooc@hotmail.com www.zootherapia.com

AVIS PUBLIC

Demande d'approbation des personnes habiles à voter RÈGLEMENT 581-2019

Conformément aux dispositions de l'article 132 de la Loi sur l'aménagement et l'urbanisme, veuillez prendre avis de ce qui suit :

Invitation aux personnes intéressées ayant droit de signer une demande d'approbation référendaire.

Le conseil a adopté, à sa séance du 9 octobre 2019, le second projet de règlement 581-2019 modifiant le règlement (416) sur le zonage afin de déplacer les lots 3 735 213, 3 735 217 et 3 735 206 dans la zone 13 et de modifier les limites des zones 10 et 13 en conséquence.

Ce second projet de règlement contient des dispositions qui peuvent faire l'objet d'une demande de la part des personnes intéressées afin qu'un règlement qui les contient soit soumis à leur approbation conformément à la Loi sur les élections et les référendums dans les municipalités.

Plus précisément, ce second projet de règlement vise à modifier le règlement (416) sur le zonage afin de déplacer les lots 3 735 213, 3 735 217 et 3 735 206 dans la zone 13 et de modifier les limites des zones 10 et 13 en conséquence.

Une demande relative à l'une des dispositions du règlement peut provenir de la zone concernée : 10 et des zones contigües 7, 11, 12, 13, 14 et 15. Une illustration de la zone concernée et des zones contigües à celle-ci est jointe au présent avis. Un exemplaire à plus grande échelle de cette illustration est également disponible pour consultation au bureau de la municipalité.

Les renseignements permettant de déterminer quelles sont les personnes intéressées ayant le droit de signer une demande peuvent être obtenus à l'Hôtel de Ville durant les heures régulières de bureau.

Conditions de validité d'une demande

Pour être valide, toute demande doit :

1. indiquer clairement la disposition qui en fait l'objet et la zone ou le secteur de zone d'où elle provient;
2. être reçue au bureau de la municipalité au plus tard le **jeudi 16 janvier 2020 à 16h30**;
3. être signée par au moins 12 personnes intéressées de la zone ou du secteur de zone d'où elle provient ou par au moins la majorité d'entre elles si le nombre de personne intéressées dans la zone ou le secteur de zone n'excède pas 21.

Est une personne intéressée :

- a. toute personne qui n'est frappée d'aucune incapacité de voter et qui remplit les conditions suivantes :
 - être domiciliée dans la zone d'où peut provenir une demande;
 - être domiciliée depuis au moins six mois au Québec;
- b. tout propriétaire unique d'un immeuble ou occupant unique d'un établissement d'entreprise qui n'est frappé d'aucune incapacité de voter et qui remplit les conditions suivantes :
 - être depuis au moins 12 mois propriétaire d'un immeuble ou occupant d'un établissement d'entreprise situé dans la zone d'où peut provenir une demande;
 - avoir produit ou produire en même temps que la demande un écrit signé par le propriétaire ou l'occupant demandant l'inscription sur la liste référendaire, le cas échéant;
- c. tout copropriétaire indivis d'un immeuble ou occupant d'un établissement d'entreprise qui n'est frappé d'aucune incapacité de voter et qui remplit les conditions suivantes :
 - être depuis au moins 12 mois copropriétaire indivis d'un immeuble ou cooccupant d'un établissement d'entreprise situé dans la zone d'où peut provenir une demande;
 - être désigné, au moyen d'une procuration signée par la majorité des personnes qui sont copropriétaires ou cooccupants depuis au moins 12 mois comme celui qui a le droit de signer la demande en leur nom et d'être inscrit sur la liste référendaire, le cas échéant. La procuration doit avoir été produite ou être produite avec la demande.

Dans le cas d'une personne physique, elle doit être majeure, de citoyenneté canadienne et ne pas être en curatelle.

Dans le cas d'une personne morale, il faut :

- avoir désigné parmi ses membres, administrateurs ou employés, par résolution, une personne qui, est majeure, de citoyenneté canadienne, qui n'est pas en curatelle et qui n'est frappée d'aucune incapacité de voter prévue par la loi;
- avoir produit ou produire en même temps que la demande, une résolution désignant la personne autorisée à signer la demande et à être inscrite sur la liste référendaire, le cas échéant.

Sauf dans le cas d'une personne désignée à titre de représentant d'une personne morale, nul ne peut être considéré comme personne intéressée à plus d'un titre conformément à l'article 531 de la *Loi sur les élections et les référendums dans les municipalités*.

Les dispositions qui n'auront fait l'objet d'aucune demande valide pourront être incluses dans un règlement qui n'aura pas à être approuvé par les personnes habiles à voter.

Le second projet de règlement 581-2019 peut être consulté à l'Hôtel de Ville durant les heures régulières de bureau ou sur le site www.morinheights.com

Donné à Morin-Heights, le 17 décembre 2019

Le Directeur général
Hugo Lépine
secrétaire-trésorier



PUBLIC NOTICE

Request for qualified voters' approval BY-LAW 581-2019

In accordance to the provisions of Article 132 of the Urbanism and Development Act, please take notice of the following :

Invitation to interested persons entitled to sign an application to take part in a referendum.

At its sitting of October 9th, 2019, Council adopted the second draft of By-Law 581-2019 which modifies by-law (416) regarding zoning in order to move lots 3 735 213, 3 735 217 and 3 735 206 within zone 13 and consequently, modify the limits of zones 10 and 13.

This second draft by-law contains provisions which may cause interested persons to request that the by-law containing such provisions be submitted for their approval in accordance with the Act respecting elections and referendums in municipalities.

More precisely, this second draft by-law aims at modifying by-law (416) regarding zoning in order to move lots 3 735 213, 3 735 217 and 3 735 206 within zone 13 and consequently, modify the limits of zones 10 and 13.

A request regarding one of the provisions of the by-law may come from concerned zone: 10 and adjacent zones 7, 11, 12, 13, 14 and 15. An illustration of the concerned zone and its adjacent zones is attached herewith. A larger scale copy is also available for consultation at the municipal office.

The information allowing the determination of which interested persons have the right to sign a request can be obtained at the Town hall during regular business hours.

Conditions for the validity of the application

To be valid, an application must:

1. state clearly the provision to which it refers and the zone or area of a zone from which it originates;
2. be received by the municipal office no later than **Thursday, January 16th, 2020 at 16:30**;
3. be signed by at least 12 interested persons of the zone or area of a zone from which it originates or by a majority of them if their number of interested persons within the zone or area of a zone does not exceed 21.

Is an interested person :

- a. any person not disqualified from voting and who meets the following conditions:
 - is domiciled in a zone from which an application may originate;
 - has been domiciled for at least 6 months in Quebec;
- b. any sole owner of an immovable or sole occupant of a business establishment, not disqualified from voting and who meets the following conditions:
 - has been for at least 12 months, owner of an immovable or occupant of a business establishment situated in the zone from which an application may originate;
 - having filed, or file at the same time as the application, a writing signed by the owner or the occupant requesting that his or her name be entered on the referendum list, as the case may be;
- c. any undivided co-owner of an immovable or co-occupant of a business establishment not disqualified from voting and who meets the following conditions:
 - has been for at least 12 months, undivided co-owner of an immovable or co-occupant of a business establishment situated in the zone from which an application may originate;

- be designated, by means of a power of attorney signed by the majority of persons who have been co-owners or co-occupants for at least 12 months as being the one having the right to sign the application in their name and be entered on the referendum list, as the case may be. The power of attorney must have been filed, or must be filed with the application.

In the case of a natural person, he or she must be of full age and a Canadian citizen, and must not be under curatorship;

In the case of a legal person, one must:

- designate by resolution one of its members, directors or employees who, is of full age, a Canadian citizen, not under curatorship, nor disqualified from voting;

- having filed or file the resolution with the application, designating the person authorized to sign the application and to be entered on the referendum list, as the case may be.

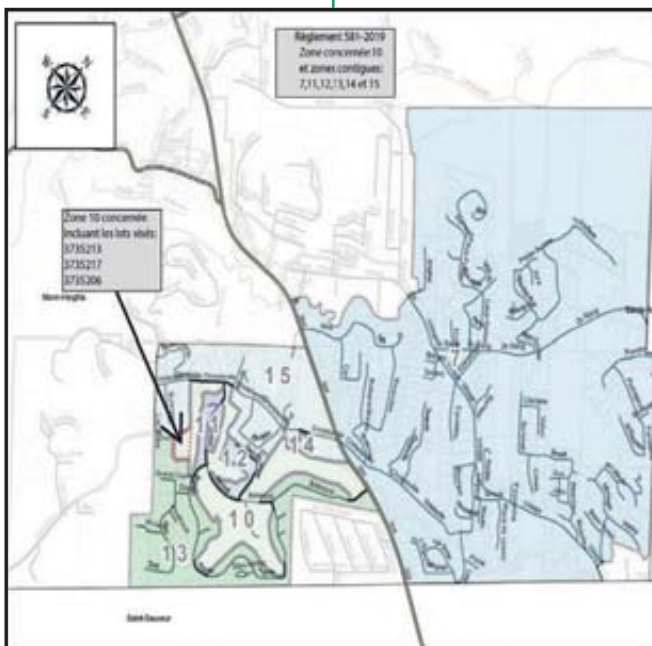
Except in the case of a person designated to represent a legal person, a person shall have his or her name entered on the list in only one capacity, as per section 531 of *An Act respecting elections and referendums in municipalities*.

The provisions in respect of which no valid application is received may be included in a by-law that is not required to be submitted for the approval of the qualified voters.

The second draft by-law 581-2019 can be consulted at the Town hall during regular office hours or on the website at www.morinheights.com

Given at Morin-Heights, December 17th, 2019

Director general
Hugo Lépine
secretary-treasurer



CALENDRIER COMMUNAUTAIRE ET COULTUREL

JACINTHE@JOURNALACCES.CA

GROUPES DE SOUTIEN POUR PROCHES AIDANTS POUR LA RÉGION DE STE-ADÈLE

- Pour les parents et amis qui prennent soin d'un proche atteint de la maladie d'Alzheimer, c'est une bonne occasion pour s'informer à propos de la maladie et échanger avec d'autres proches aidants et la Société Alzheimer Laurentides. Les rencontres, animées par Madame Julie Clément, se tiendront de 18h30 à 20h30 au CSSS des Pays-d'en-Haut, Local B-108, au 707, boul. Ste-Adèle, à Ste-Adèle, chaque troisième mercredi du mois. Des rencontres individuelles, familiales ou de groupes peuvent avoir lieu dans votre milieu sur rendez-vous avec notre intervenante.

LE REGROUPEMENT DES HANDICAPÉS VISUELS DES LAURENTIDES - offre des ateliers, Yoga, mélange d'exercices adaptés, visites à domicile, rencontre, jeux adaptés, partage, écoute. Devenir membre du RHLV, c'est partager et se divertir avec des personnes qui ont vécu des situations similaires à la vôtre et qui maintenant ne vivent plus de l'isolement. N'hésitez pas à nous téléphoner au 450-432-9689

ATELIER DES AÎNÉS - Inscrivez-vous à nos nouveaux cours en janvier 2020. Cours de tablettes Android et iPad, Tai-Chi, Yoga, Mise-en-forme, Danse en ligne, Tricotin, Peinture à l'huile, Peinture Acrylique,

Aquarelle, Poches, Club de lecture, Pétanque-Atout, Peinture Diamant, Mailles en folie, etc. De tout pour vous divertir, garder la forme et vous faire des amis. Téléphone : 450-569-8313

DEVENEZ UN ANGE DES CHATS - L'unique façon de stopper la surpopulation féline, laquelle découle toujours de la négligence humaine, est la méthode CSRM (capture-stérilise-relâche et maintien). De plus en plus de citoyens et de municipalités de la Belle Province adoptent cette méthode qui a fait ses preuves aux U.S.A. depuis + de 25 ans. Collaborer à la convalescence, à la socialisation et/ou à l'adoption des chats des Anges : c'est faire une B.A. qui contribue au bien-être de tout le monde. Appelez-nous au (450) 227-6484. Les Anges des Chats CSRM sont une initiative citoyenne bénévole, sans but lucratif.

SERVICE DE RELATION D'AIDE LAVAL-LAURENTIDES (SRALL) - Organisme offrant des thérapies à prix abordables aux populations de Laval et des Laurentides, par des Thérapeutes en Relation d'Aide diplômés et expérimentés. Si vous vivez des difficultés relationnelles, solitude, difficulté à gérer le stress, manque d'estime, manque d'affirmation, deuil, séparation, comportements colériques, abus, etc. Pour information : (514) 990-2619 ou <http://www.srall.ca>

Cartes professionnelles

ABATTAGE ET ÉMONDAGE

ABATTAGE ÉMONDAGE ST SAUVEUR

Abattage d'arbres dangereux, émondage, dessouchage

DÉNEIGEMENT DE TOITURES

Assurance complète

Martin Binette
Cell.: 450 530-4521 >P000768-1

ENTRETIEN MÉNAGER

SERVICE D'ENTRETIEN MÉNAGER DE QUALITÉ À PRIX COMPÉTITIFS



- COMMERCIAL
- APRÈS CONSTRUCTION
- RÉSIDENTIEL

Service professionnel et impeccable depuis 2015
450-516-3878

lesentretienschristina@outlook.com

P001035-1

ABATTAGE ET ÉMONDAGE

ABATTAGE émondage MB

Pour un service **STIHL** professionnel & garanti

Assurance complète

15 ans d'expérience

Mario Binette propriétaire

450 712-7728 >P000769

- Abattage - Émondage
- Déneigement de toiture
- Déboisement : terrains, chemins
- Service de déchetage
- Prix compétitifs

CONSTRUCTION

NOUS ACHETONS VOTRE TERRAIN RÉSIDENTIEL

450 226-3959 >P000210-1

ÉCRITURE

DIFFICULTÉ À ÉCRIRE VOS TEXTES?

Laissez Mimi Legault vous aider :

- lettres • discours • c.v.
- corrections
- travaux scolaires
- autobiographies

mimilego@cgocable.ca



ENTRAIDE

L'ALCOOL EST-IL UN PROBLÈME POUR VOUS?

AA

ALCOOLIQUES ANONYMES PEUT VOUS AIDER

450 227-4420 >P000423

Immobilier

Etienne **SAVARD inc.**
Société par actions d'un courtier immobilier

819 322 3666
etienne.savard@remax-quebec.com
www.etiennsavard.com

bonjour Agence Immobilière

Le seul courtier **RE/MAX** avec bureau situé à Val-David

2515, rue de l'Église VAL-DAVID

P000939-1

VAL-DES-LACS VENDU Propriété de Style Suisse, Magnifique vue des montagnes et du lac. Emplacement privé et paisible au bout d'une rue sans issue. Terrain boisé de 90 686 PC. Maison à étage et à piliers. Poutres apparentes, boiseries, Cuisine de style européenne avec cuisinière double (bois et gaz propane), Garage de 26x14. Poss. d'au moins 1 chambre supplémentaire. MLS 28836583	SAINTE-LUCIE-DES-LAURENTIDES Petit domaine de 4 chalets de villégiature en opération pour location court terme, inscrit à la CITO. Face à la place municipale du Lac Ménéard. Chaque chalet possède un foyer au gaz, vue sur le lac, coin feu. 4 spas avec gazebo. Vendus tout équipés et meublés. Vous n'aurez qu'à continuer les activités. Desservi par égouts et aqueduc municipaux. MLS 14653516 639 000 \$ +TPS/TVG	VAL-MORIN Bel emplacement avec grande façade sur la Rivière du Nord. Charmante propriété entièrement rénovée avec nouvelle fondation hydrofuge en béton coulé pour zone inondable, faite par des spécialistes. Sous-sol aménagé. Garage. Grand terrain plat de 33 163 PC. Accès direct aux activités de canot, kayak, menant jusqu'au Lac Raymond. Et plus encore... MLS 19262676 457 500 \$
SAINTE-AGATHE-DES-MONTS Grand duplex, 2 beaux grands logements lumineux de 2 chambres, aires ouvertes, + sous-sol aménagé pour le propriétaire. 3 compteurs électriques distincts. Potentiel et possibilité d'une 3e adresse avec dérogation à la ville (voir urbaniste). À proximité de tout! MLS 12682187 329 000 \$	VAL-DAVID Attention!!! Très très rare à Val-David!!! Terrain de 70 acres offrant un grand potentiel de développement et de subdivision avec grande façade sur le chemin public du 1er et 2e rang Doncaster, sans être obligé de faire des chemins, certains avec vue, lac privé et ruisseau. À environ 4 km du coeur villageois. Avec une maison centenaire. MLS 14694227 899 000 \$ +TPS/TVG	VAL-DAVID Très spacieuse propriété, Secteur recherché et homogène, au coeur de Val-David, à quelques pas du parc linéaire régional et de toutes les commodités. Bordé par le ruisseau Doncaster à l'arrière. Incluant 1/50 du lac arc-en-ciel. Propriété intergénérationnelle de construction de qualité. Beaucoup de cachet, pierres et boiseries de pin, foyer etc. MLS 16784131 525 000 \$
VAL-DES-LACS Grande propriété privée et paisible de 215 333 PC. Maison à étages aux pièces spacieuses, SAM avec foyer, 3 chambres, dont spacieuse CCP avec salle de bain attenante, douche en céramique de 8x4 pieds et bain à remous. Immense salle familiale à l'étage. Garage double intégré. Possibilité de ferme (voir zonage avec la ville) MLS 28017195 325 000 \$	VAL-DAVID Auberge de jeunesse avec beaucoup de cachet, en bois rond. Emplacement exceptionnel au coeur des activités de plein air et culturelles, le tout à distance de marche du magnifique et recherché village de Val-David. Immense terrain de plus de 80 000 PC desservi par aqueduc/égouts. Beaucoup de potentiel. Une occasion rare à saisir. Faites vite! MLS 18119381 990 000 \$ +TPS/TVG	SAINTE-ADÈLE Site UNIQUE en bordure de la Rivière du Nord. Maison de 4 CAC et 2 SDB + 2 salles d'eau, avec beaucoup de possibilités! Aire de vie lumineuse orientée vers la rivière, solarium, véranda couverte et grand garage double. Parfait pour grande famille, projet d'auberge ou Bed & Breakfast. Terrain plat et gazonné, sur rue sans issue! Construction 2006! MLS 26189056 550 000 \$

PROFESSIONNELS! AFFICHEZ-VOUS DANS VOTRE HEBDO! CONTACTEZ NOS REPRÉSENTANTES • 450 227-7999



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



Isabelle Monette
Conseillère publicitaire
(Ste-Agathe, Val-Morin, Val-David, Huberdeau, Lanthier, Tremblant)
450 227-7999
Cell: 819-323-6417
isabelle@journalaccs.ca



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



PROPRIÉTAIRE Josée Pilote | CHEF DE PUPITRE Françoise Le Guen | JOURNALISTE MULTIMÉDIA Ève Ménard | ADJOINTE À LA DIRECTION Jacinthe Neault CONSEILLÈRES PUBLICITAIRES Camille Vaillancourt • Pascale Arcand • Isabelle Monette COLLABORATEURS Sandra Mathieu • Martine Laval • Mimi Legault • Jean-Claude Tremblay • Luc Robert | INFOGRAPHIE

Chantal St-Julien • Marie-Eve Lapointe • Daniel Calvé | DIRECTEUR ARTISTIQUE Daniel Berthier NOUVELLES TECHNOLOGIES ET MULTIMÉDIA Pier Savard | AGENT AUX COMMUNICATION Antoine Gascon | OPÉRATIONS ET ADMINISTRATION Josée Ménard | FACTURATION Mélanie Gosselin IMPRESSION Trans-Mag | DISTRIBUTION Transcontinental | DÉPÔT LÉGAL Bibliothèque nationale du Québec ISSN 14808643 | ADRESSE 11, rue Robert, St-Sauveur, J0R 1R6 | TÉLÉPHONE 450.227.7999 • SANS FRAIS 1 844.856.5144 • TÉLÉCOPIEUR 450.227.1225 | journalaccs.ca

Accès LE Journal des Pays-d'en-Haut est publié tous les mercredis à 24 611 exemplaires et distribué gratuitement de Saint-Jérôme à Val-David. Le contenu rédactionnel, photographique et publicitaire d'Accès LE Journal des Pays-d'en-Haut ne peut être reproduit en tout ou en partie sans autorisation écrite de l'éditrice. Accès LE Journal des Pays-d'en-Haut exclut expressément toute responsabilité quant au contenu des annonces soumises par son client, dont notamment mais non limitativement toutes atteintes aux droits d'auteur, droits de l'image et autres sources de propriété intellectuelle. Dans l'éventualité de quelques poursuites en dommages ou autres à l'encontre de Accès LE Journal des Pays-d'en-Haut relativement auxdites annonces soumises par le client, ce dernier s'engage à tenir Accès LE Journal des Pays-d'en-Haut indemne et à prendre faits et cause en sa faveur. L'abonnement annuel au tarif régulier est de 170 \$ +tx.

Financé par le gouvernement du Canada





Programmation

HIVER 2020

Ateliers pour tous

Formations non créditées, sans examens ni travaux

**Nouveautés*

Bureautique

		Tarif régulier	Tarif réduit*
Excel 2016 - Niveau I (12 h)	Lundi - 27 janv. au 17 fév., de 18 h 30 à 21 h 30	180 \$	30 \$*
Word 2016 - Intermédiaire (18 h)	Mercredi - 5 fév. au 11 mars, de 18 h 30 à 21 h 30	230 \$	45 \$*

Langues

* Anglais en milieu de travail - Débutant (24 h)	Jeudi - 30 janv. au 19 mars, de 18 h 30 à 21 h 30	260 \$	60 \$*
* Anglais pour voyager - Intermédiaire (24 h)	Samedi - 25 janv. au 14 mars, de 9 h à 12 h	260 \$	-

Multimédia, Web et médias sociaux

* Publicité performante avec Facebook (18 h)	Mardi - 4 fév. au 10 mars, du 18 h 30 à 21 h 30	240 \$	45 \$*
--	---	--------	--------

Les taxes et le matériel sont inclus dans les tarifs

*Ateliers offerts à tarif réduit

Les cours à tarif réduit sont financés par Service Québec (2\$/heure). Des conditions d'admissibilité particulières s'appliquent, consultez le site Web.

Avec la participation financière de :

Québec

Perfectionnements pour entreprises

Notre équipe du Service aux entreprises vous offre :

- L'analyse de vos besoins en formation
- Un plan de formation et des services-conseil
- Des perfectionnements individuels ou en groupes dans nos locaux ou en entreprise

Quelques exemples de formations :

- * Analyser votre stratégie Web avec Google Analytics
- * Attraction et fidélisation des employés
- Intervenir auprès des clients difficiles, vulnérables ou agressifs
- * Publicité performante avec Facebook

N'hésitez pas à communiquer avec un de nos conseillers pour plus d'information!

Programmes d'études

AEC

Attestations d'études collégiales

Assurance de dommages - Début : 13 janvier (jour)

Inscription en cours - Communiquez avec nous

Courtage immobilier résidentiel - Trois groupes possibles

- À Saint-Jérôme (jour) - Début 20 avril - **Rencontre d'information : 19 février, à 18 h**
- À Saint-Jérôme (soir et samedi) - Début 27 avril - **Rencontre d'info. : 26 février, à 18 h**

Aussi offert à Laval, le soir et le samedi - Début : mai 2020

Coordination d'événements - Début : 10 février (soir et samedi)

Inscription en cours - Communiquez avec nous

* **Évaluateur-estimateur en bâtiment - Premier groupe à Saint-Jérôme!**

Début : 30 mars - **Rencontre d'info. : 15 janvier, à 18 h** *Nouveau!*

Finance et comptabilité informatisée - Début : 17 février (jour)

Inscription en cours et Rencontre d'information : 22 janvier, à 18 h

Gestion de commerces - Début : 6 avril (jour)

Rencontre d'information : 15 janvier, à 18 h

Retraitement des dispositifs médicaux - Deux groupes possibles

- * À Saint-Eustache - Début 2 mars - **Rencontre d'info. : 14 janvier, à 18 h** *Nouveau!*
- À Saint-Jérôme - Début 6 avril - **Rencontre d'info. : 19 février, à 18 h**

Technologie des véhicules électriques - Début : 6 avril (jour)

Rencontre d'information : 22 janvier, à 18 h

Soins infirmiers pour infirmiers/ères auxiliaires (DEC)

Début : automne 2020 (3 jour/sem.) - **Inscription avant 1^{er} mars 2020**

Reconnaissance des acquis et des compétences

- Coordination du travail de bureau
- Finance et comptabilité informatisée
- Techniques de génie mécanique
- Techniques de comptabilité et de gestion
- Techniques d'éducation à l'enfance
- Techniques d'éducation spécialisée

Des rencontres d'information sont prévues pour plusieurs de ces programmes. Consultez notre site Web : fcsei.cstj.qc.ca/rac

Abonnez-vous à nos infolettres, des formations pourraient s'ajouter!

→ fcsei.cstj.qc.ca/infolettre