

PORTELANCE

Revue de l'Association des Pompiers et Pompières de Montréal



Notre famille
protégeant la vôtre

Vol. 42 - N° 2
Automne – Hiver 2022

**Votre soumission
d'assurance
en ligne en
quelques clics!**

Rendez-vous sur notre site

www.burrowes.ca



Soumission d'assurance

Sélectionnez votre préférence de questionnaire.



**Soumission
rapide**

*moyenne 2 minutes

ou

**Soumission
détaillée**

*moyenne 4 minutes



Un de nos courtiers prendra contact avec vous.

Il affinera votre soumission en ajoutant les **taux de groupe Pompiers** et il vous posera quelques questions supplémentaires pour vous accorder d'éventuels **rabais**.

BURROWES

COURTIERS D'ASSURANCES

1 888 522-2661

**Pour contacter l'un
de nos courtiers**





VOL. 42 / N° 2

MESSAGE DE L'ÉDITEUR

C'est avec un immense plaisir que l'Association des Pompiers et Pompières de Montréal inc. vous présente l'édition Automne-Hiver 2022 de la revue *Portelance*.

Vous trouverez dans cette parution des textes variés en lien avec l'univers pompier. Nous espérons que les informations contenues dans ces articles sauront vous informer et vous divertir.

En mon nom et au nom de tous nos collaborateurs, je tiens à remercier nos annonceurs de permettre la distribution gratuite de cette revue syndicale qui est publiée semi-annuellement. La revue *Portelance* est offerte à tous les pompiers et pompières actifs, retraités ainsi qu'aux veuves et veufs.

Nous vous prions de nous faire part de vos remarques ou suggestions en écrivant à info@adpm.qc.ca. Soyez assurés que celles-ci seront analysées avec tout le soin requis.

Je vous invite à nous suivre sur nos différentes plateformes et médias sociaux et à consulter notre site Web afin de demeurer informés de nos activités.

Bonne lecture!

Chris Ross

cross@adpm.qc.ca



NUMÉRISE-MOI

La revue *Portelance* est maintenant disponible sur le Web.

Numérisez le code QR pour la consulter.

SOMMAIRE

2 —	13 —
Mot du président	Promotions
4 —	26 —
Réclamation à la CNESST pour maladie professionnelle : admissibilité et conditions	Comité social de l'Association des Pompiers et Pompières de Montréal inc.
6 —	40 —
Le bon moment pour investir	La retraite est le début d'une vie nouvelle
7 —	42 —
Loi 15 et article 40.02, où en sommes-nous rendus?	Fonds de bienfaisance des pompiers de Montréal (FBPM)
8 —	44 —
Le leadership est la solution lorsqu'il s'agit de lutter contre le cancer dans les services d'incendie	Un bombardier s'écrase sur la ville
10 —	46 —
La LATMP et l'examen médical exigé par l'employeur	Le sommeil
11 —	47 —
« Nous avons tous une mission »	Équipe du PAE
12 —	52 —
Meilleurs souhaits de Noël et du jour de l'An	In memoriam
	34 —
	Index des annonceurs



ASSOCIATION DES POMPIERS ET POMPIÈRES DE MONTRÉAL INC.

2655, place Chassé, Montréal (Québec) H1Y 2C3 / Tél. : 514 527-9691

Téléc. : 514 527-8119 / Courriel : info@adpm.qc.ca

www.adpm.qc.ca / [@ApmPompiersMtl](https://twitter.com/ApmPompiersMtl) / [Association des Pompiers de Montréal](https://www.facebook.com/AssociationdesPompiersdeMontreal) / [@pompiersmontreal](https://www.instagram.com/pompiersmontreal)

Heures d'ouverture : du lundi au vendredi de 8 h 30 à 16 h

Dépôt légal, Bibliothèque et archives nationales du Québec, 2022

MOT DU PRÉSIDENT

Élections provinciales 2022

Les élections sont toujours une occasion pour le mouvement syndical d'exprimer ses attentes et sa vision. C'est dans ce contexte que votre association a décidé de mettre en lumière les besoins des pompiers et pompières pour que nos membres puissent faire un choix éclairé selon les sujets qui les touchent prioritairement.

Notre objectif n'était pas de vous dire pour qui voter, mais nous voulions plutôt mettre l'accent sur les priorités qui sont propres aux pompiers. C'est souvent au cours de la période électorale que les partis politiques prennent de réels engagements.

Auparavant, l'Association prenait seule cette avance. Cette fois, nous avons décidé de nous unir avec le SPQ-FTQ ainsi qu'avec l'AGSICQ. Ensemble, unis, nous parlons en tant que voix qui représente plus de 20 000 pompiers à travers la province. Non seulement cette voix unifiée a plus de poids décisionnel, mais elle garantit une contribution financière de tous ceux qui bénéficient du travail acharné des représentants syndicaux de votre association.

Projet de loi C-224

Alors que les provinces continuent d'augmenter le nombre de cancers reconnus comme une maladie professionnelle, le Québec se retrouve dernier dans la protection de ses pompiers. À cet égard, notons que 25 scientifiques représentant huit pays étaient réunis, en juin 2022, au Centre international de Recherche sur le Cancer (CIRC), à Lyon, en France, pour poursuivre et compléter leur évaluation de la cancérogénicité d'exposition professionnelle en tant que pompier.

Les résultats complets de cette évaluation scientifique seront éventuellement publiés dans le Volume 132 des monographies du CIRC. Cependant, un résumé des conclusions de l'étude précise que le groupe de scientifiques a évalué « l'exposition professionnelle en tant que pompier comme cancérogène pour l'homme (Groupe 1) sur la base d'indications "suffisantes" de sa cancérogénicité chez l'homme¹ ».

Cela rend d'autant plus important le travail que nous faisons avec le gouvernement fédéral et ma députée locale, Sherry Romanado, pour établir des lignes directrices fédérales avec le projet de loi C-224 sur le diagnostic, la prévention et la reconnaissance du cancer chez les pompiers.

C-224 a reçu l'appui unanime de la Chambre des communes en juin 2022 et a par la suite été transféré au comité de la santé pour être examiné l'automne dernier avant de revenir à

la Chambre et éventuellement au Sénat. Notre objectif est de faire adopter le projet en 2023.

Votre association dans le futur

Les dernières années ont été difficiles et nous ont montré à quel point les certitudes que nous tenons pour acquises peuvent être remises en question. Aujourd'hui, votre association fournit plus que jamais auparavant des services à nos membres, et nos récents succès en matière de reconnaissance du cancer ont augmenté la charge de travail à un tel point que nous n'aurions pu l'imaginer. Le nouvel horaire de travail de 24 h rend difficile l'embauche de nouveaux talents au bureau et le remplacement de ceux qui partent.

2023 sera une année de réflexion en vue de préparer l'Association pour l'avenir. Avant de discuter des orientations à adopter, il va être nécessaire de s'attarder d'abord aux défis qui nous attendent. Notre force par rapport à l'employeur a toujours été notre mémoire organisationnelle et la longévité de nos élus. Aujourd'hui, cette force est en péril et il va falloir s'adapter et anticiper les changements auxquels votre association devra faire face afin de nous aider à définir de nouvelles priorités et à entreprendre de nouvelles actions. J'ai hâte de partager ma vision avec vous en 2023.

PL-28 (Ontario)

Je suis sûr que vous êtes tous au courant du conflit de travail actuel entre les travailleurs du milieu de l'éducation du SCFP-Ontario et le gouvernement provincial. Le projet de loi 28, qui impose une convention collective aux syndiqués, a été adopté en novembre 2022, malgré l'objection des députés d'opposition en Chambre.

Comme le mentionne Radio-Canada², dans un article publié le 3 novembre dernier, « le projet de loi spéciale limite les augmentations annuelles à 2,5 % pour les employés de soutien gagnant moins de 43 000 \$ et à 1,5 % pour les autres ».

On y apprenait aussi que le « gouvernement a aussi utilisé la disposition de dérogation, communément appelée "clause dérogatoire", de la Charte canadienne des droits et libertés de la personne pour court-circuiter tout recours judiciaire contre sa loi spéciale ».

L'APM défendra toujours le droit à la libre négociation collective et le droit fondamental, en vertu de la Charte des droits et libertés, de prendre des mesures si ce processus échoue. Le projet de loi 28 n'est pas juste une attaque contre le droit des travailleurs de l'éducation à la négociation collective, c'est une attaque contre les droits de tous les travailleurs. Il s'agit

1. Source : <https://monographs.iarc.who.int/fr/news-events/volume-132-exposition-professionnelle-en-tant-que-pompier/>

2. Source : <https://ici.radio-canada.ca/nouvelle/1929960/greve-education-cupe-adoption-loi-speciale>

d'une mesure sans précédent dans l'histoire des relations de travail au pays.

La libre négociation collective est un droit fondamental de la Charte dans notre pays qui devrait être respecté sans ingérence législative, ni exécution d'une clause dérogatoire ou de conditions imposées à l'unité de négociation.

Enquête publique sur le décès de Pierre Lacroix

Environ 7 à 8 % des décès qui surviennent chaque année au Québec sont signalés au coroner³. Son mandat est de répondre à cinq questions :

1. Qui est décédé?
2. Où cette personne est-elle décédée?
3. Quand cette personne est-elle décédée?
4. Quelles sont les causes probables du décès?
5. Quelles sont les circonstances du décès?

Pour répondre à ces cinq questions, le coroner réalise des investigations et des enquêtes publiques et rédige un rapport public présentant ses conclusions. S'il y a lieu, le coroner fait également des recommandations pour éviter des décès semblables. Par contre, il ne peut en aucun cas se prononcer sur la responsabilité civile ou criminelle d'une personne.

En règle générale, seules 8 à 10 enquêtes publiques sont menées par année.

Lors d'une enquête publique, le coroner :

- Assigne des témoins;
- Entend des experts;
- Synthétise l'information présentée devant lui;
- Produit un rapport qui est public et accessible à toute personne qui en fait la demande;
- Transmet son rapport au coroner en chef ainsi que les documents complémentaires annexés au rapport.

L'enquête publique sur les circonstances entourant le décès de Pierre Lacroix a été entendue au palais de justice de Joliette au cours des deux dernières semaines de novembre. Plus de 35 témoins ont reçu une citation à comparaître, dont moi-même, notre vice-président et notre représentant SST, qui était présent sur les lieux. Nous avons l'intention d'être présents pendant toute l'audience avec notre équipe juridique et avons demandé à intervenir en tant que partie intéressée.

En terminant, je veux prendre un moment pour vous souhaiter, à vous et à votre famille, de joyeuses fêtes en toute sécurité.



Chris Ross, président



CHANGEMENT D'ADRESSE

L'Association possède sa propre base de données des membres et fonctionne indépendamment de celle de l'employeur ou de tout autre organisme. Il est donc important de nous informer de votre nouvelle adresse afin que nous puissions vous acheminer votre courrier.

Téléphone : **514 527-9691**

Télécopieur : **514 527-8119**

Courriel : **info@adpm.qc.ca**



3. « Qu'est-ce qu'un coroner? » / « Investigation et enquête publique », sur le site <https://www.coroner.gouv.qc.ca/les-coroners/quest-ce-quun-coroner.html>

RÉCLAMATION À LA CNESST POUR MALADIE PROFESSIONNELLE : ADMISSIBILITÉ ET CONDITIONS

Comme pour l'accident du travail, la maladie professionnelle peut être contractée par le fait ou à l'occasion du travail. C'est la CNESST qui détermine, selon différents critères, s'il s'agit d'une maladie professionnelle.

La *Loi sur les accidents du travail et les maladies professionnelles* (LATMP) définit la maladie professionnelle comme une maladie contractée par le fait ou à l'occasion du travail, qui est caractéristique de ce travail ou liée directement aux risques particuliers de celui-ci. Les maladies énumérées dans l'Annexe I de la LATMP sont présumées correspondre à cette définition. Le travailleur atteint d'une maladie visée par cette liste n'a pas à démontrer le lien de causalité entre le travail réalisé et la maladie dont il est atteint. Il bénéficie d'une présomption qu'il est atteint d'une maladie professionnelle s'il a exercé un travail correspondant à cette maladie d'après l'Annexe I de la LATMP.

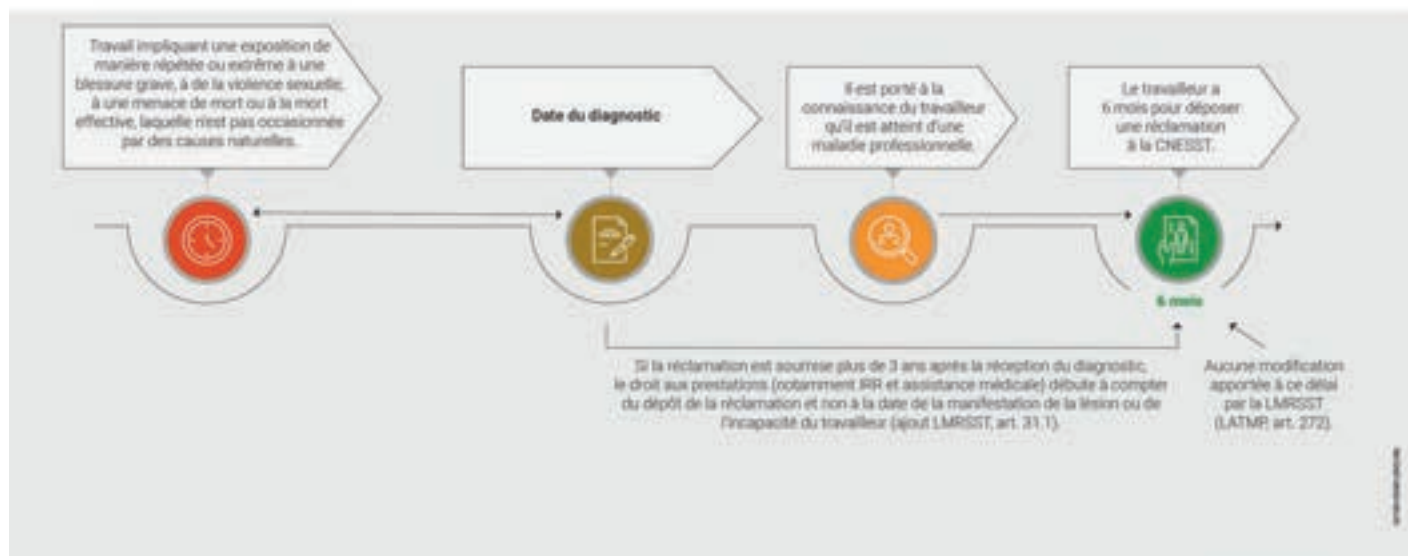
Pour bien démontrer les critères d'admissibilité d'une réclamation, la CNESST s'est rendue utile en produisant des tableaux afin de visualiser la démarche d'admissibilité d'une réclamation attribuable à certaines maladies chez les pompiers et pour connaître les conditions qui doivent exister pour que ces maladies soient reconnues en tant que maladie professionnelle.



Richard Lafortune,
vice-président

Admissibilité d'une réclamation attribuable à un trouble de stress post-traumatique

Réclamations reçues depuis le 6 octobre 2021, lorsqu'il ne s'agit pas d'un accident du travail



Admissibilité d'une réclamation attribuable à certains cancers chez les pompiers

Cancer pulmonaire ou mésothéliome pulmonaire, cancer du larynx, de la peau ou de la prostate et myélome multiple

Réclamations reçues depuis le 6 octobre 2021



Admissibilité – Cancers chez les pompiers

Cancer du rein, cancer de la vessie, lymphome non hodgkinien



Réclamations reçues depuis le 6 octobre 2021



Admissibilité – Cancers chez les pompiers

Mésothéliome non pulmonaire

Commission des normes, de l'équité,
de la santé et de la sécurité du travail
www.cnesst.gc.ca

Réclamations reçues depuis le 6 octobre 2021



LE BON MOMENT POUR INVESTIR

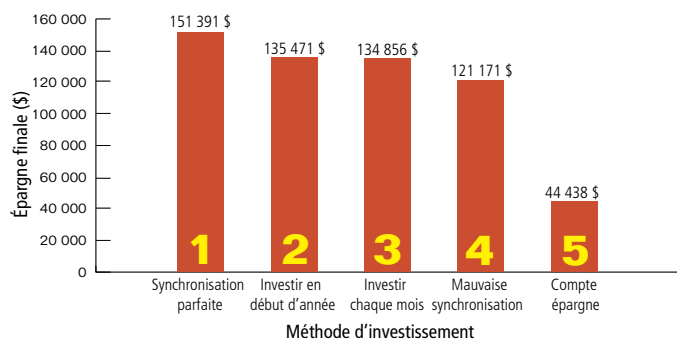
Avec les fluctuations des marchés des deux dernières années qui ont créé un engouement pour l'investissement avec les importantes hausses de 2021, rendant plusieurs perplexes depuis le début de l'année 2022 en raison de la forte correction des marchés, bon nombre d'entre vous se demandent quelle est la bonne stratégie à adopter avec leurs placements.

Loin de moi l'idée de prétendre avoir la stratégie idéale, je tiens toutefois à présenter les résultats d'une recherche¹ dont les conclusions s'avèrent intéressantes pour ceux qui investissent sur un horizon à long terme.

L'étude simule le portrait de cinq types d'investisseurs :

1. Le **premier** a toujours su investir quand les prix étaient à leur plus bas;
2. Le **deuxième** a toujours investi son argent lorsqu'il avait son bonus de fin d'année (donc le montant au complet au début janvier);
3. Le **troisième** a séparé son montant en 12 versements égaux en début de mois (en anglais : la stratégie du *dollar-cost averaging*);
4. Le **quatrième** a toujours investi au moment où les prix étaient les plus élevés;
5. Le **cinquième** a gardé son argent dans son compte de banque sans jamais l'investir.

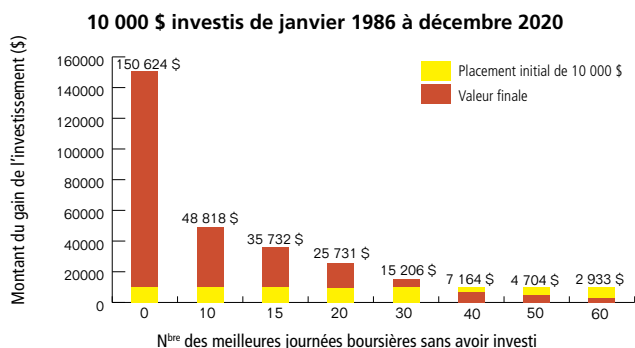
Même la mauvaise synchronisation paie plus qu'aucun placement



L'étude tient compte de l'ensemble des périodes de 20 ans depuis 1926, on parle donc de 76 périodes qui ont été étudiées. Évidemment, la simulation qui présente un investissement réalisé dans le creux de la courbe arrive toujours en premier, bien que ce soit irréaliste. Cependant, ce qui est intéressant,

c'est que pour 56 périodes sur 76, le fait d'investir tout son argent immédiatement en début d'année arrive au 2^e rang, alors que la stratégie du *dollar-cost averaging* a terminé 3^e, très près de la 2^e position. Enfin, investir une fois par année ou chaque mois génère des rendements très intéressants et non loin de celui qui est capable d'investir uniquement lorsque les marchés sont à leur plus bas.

Pour ceux qui ne sont pas convaincus et qui croient être capables de synchroniser les marchés, voici un tableau² représentant, dans la 1^{re} colonne, un investissement initial de 10 000 \$ effectué en 1986 et sa progression jusqu'en 2020. Ensuite, toutes les autres colonnes montrent l'effet d'avoir manqué les meilleures journées boursières.



Vous pouvez constater qu'omettre d'investir, ne serait-ce que lors des 10 meilleures journées en 25 ans, peut avoir un effet fortement négatif sur votre portefeuille.

En conclusion, si vous investissez pour du long terme, la construction de votre portefeuille avec une répartition par classe d'actifs selon votre profil de risque, et avec une discipline d'épargne vous seront très certainement beaucoup plus rentables à long terme que d'essayer de prévoir les mouvements boursiers!

Bon investissement à tous!

Marc-André Gosselin, trésorier



1. <https://www.schwab.com/learn/story/does-market-timing-work> Source: Schwab Center for Financial Research. Invested \$2,000 annually in a hypothetical portfolio that tracks the S&P 500® Index from 2001-2020.

2. <https://www.fidelity.ca/fr/stayinvested/> Source : Refinitiv. Rendements totaux de l'indice composé S&P/TSX du 1^{er} janvier 1986 au 31 décembre 2020. Le rendement passé n'est pas une garantie des résultats futurs. Il n'est pas possible d'investir directement dans un indice.

LOI 15 ET ARTICLE 40.02, OÙ EN SOMMES-NOUS RENDUS?

Dans les dernières semaines, plusieurs personnes m'ont interpellé pour savoir où nous étions rendus dans la contestation de la *Loi favorisant la santé financière et la pérennité des régimes de retraite à prestations déterminées du secteur municipal* (loi 15) ainsi qu'en ce qui concerne l'article 40.02 de notre convention collective.

Tentons de démêler tout ça un peu. Vous vous souviendrez qu'en 2017, nous avons signé une entente sur la restructuration de notre régime de retraite. Cette entente prévoyait, entre autres, une réduction de nos avantages lors de la prise de retraite, mais aussi l'augmentation des cotisations de la part des membres actifs. Malgré cette entente, nous avons conservé tous nos droits pour une contestation de la constitutionnalité de la loi 15 ainsi que nos droits de grief pour compenser l'augmentation de nos cotisations.

Je m'explique. Lorsque nous nous sommes entendus pour la restructuration du régime de retraite, la diminution des avantages a été compensée par un boni qui est versé à la dernière paie de février à tous les pompiers actifs à cette date, et ce, jusqu'en 2028. Que l'on se comprenne, la Loi est claire et nous devons arriver à un résultat, sinon c'était l'arbitrage. Donc, à contrecœur, nous sommes arrivés à une finalité, sans pour autant renoncer à nos droits.

Nous avons déposé en Cour supérieure une requête en inconstitutionnalité qui a été entendue devant le juge Benoît Moulin. La coalition des syndicats contre la loi 15 y était présente, soit les pompiers du RAPQ, les policiers municipaux de partout au Québec, ainsi que les cols blancs, cols bleus, etc.

Le procès a nécessité 87 journées d'audience et, par la suite, nous avons reçu le jugement qui est partagé. Pour les participants actifs, le juge est arrivé à la conclusion que la *Loi* n'est pas inconstitutionnelle. Par contre, il a conclu qu'elle l'est pour les retraités qui n'ont pas eu de chance de négocier l'abolition de leur indexation automatique, laquelle a été perdue avec l'implantation de cette loi.

Autant la coalition que le procureur général n'étaient pas satisfaits de cette décision, pour des raisons inverses, vous vous en doutez. De notre côté, nous croyons que les actifs n'ont pas eu non plus un droit à la libre négociation, puisque les résultats étaient déjà fixés par la Loi. Quant au procureur général, il s'en était pris au fait que les retraités récupéreraient leur indexation. Toujours est-il que chaque partie a décidé de se porter en appel, chacune limitant son appel à certaines parties du jugement. Les audiences de la Cour d'appel ont eu lieu

du 21 au 24 novembre 2022. Les trois premières journées ont été consacrées aux questions concernant les pompiers actifs, et la dernière journée a porté sur les questions touchant les pompiers retraités.

Le débat devant les trois juges de la Cour d'appel portait sur des points de droit tranchés par le jugement rendu par l'honorable juge Moulin. Aucun témoin n'est venu à la barre, cela a déjà eu lieu à la Cour supérieure.

Comme je l'ai mentionné plus haut, les avantages perdus à la retraite ont été compensés par un boni. Par contre, ce n'est pas le cas pour l'augmentation de la cotisation. Nous avons donc déposé un grief qui a été entendu par M^e Robert Côté. Malheureusement, ce dernier ne nous a pas donné gain de cause dans sa sentence rendue en février 2018. Nous avons par la suite porté sa décision en révision judiciaire et avons été entendus devant l'honorable juge Sylvain Lussier. Ce dernier a confirmé la décision de M^e Robert Côté en juillet 2019. Par la suite, nous avons demandé la permission d'en appeler à la Cour d'appel, ce qui a été accordé, et nous avons plaidé en avril 2021. Le jugement rendu en juillet 2021 était partagé; deux juges sur trois ont rejeté l'appel, le troisième nous donnait raison, il renversait la décision de la Cour supérieure et cassait la décision arbitrale de M^e Côté. Donc, nous avons perdu, mais avec une décision partagée. Alors, nous avons demandé à la Cour suprême du Canada d'entendre notre cause. Cette dernière nous a répondu en mai dernier qu'elle n'entendrait pas notre cause sans donner de raison. Dans ce dossier, il ne reste plus de recours. Nous avons tenté tout ce qui était possible, mais, malheureusement, rien n'y fait.

En résumé, pour la hausse des cotisations à la caisse de retraite, tous les recours ont été épuisés. Pour ce qui est de la constitutionnalité de la loi 15, nous sommes en attente de la décision de la Cour d'appel, et, par la suite, il y a fort à parier que le perdant, soit le procureur général du Québec ou nous, la coalition, voudra porter cette cause au plus haut tribunal du Canada, soit la Cour suprême. Pour ce cas, j'ai confiance que la Cour suprême sera intéressée à entendre la cause de par son intérêt pancanadien.

Luc Boisvert, secrétaire



LE LEADERSHIP EST LA SOLUTION LORSQU'IL S'AGIT DE LUTTER CONTRE LE CANCER DANS LES SERVICES D'INCENDIE

Lorsque les pompiers et leurs familles se rassemblent lors de cérémonies solennelles pour rendre hommage à nos pompiers décédés dans l'exercice de leurs fonctions, chaque année, de plus en plus de noms sont gravés sur le monument, à cause de la même raison tragique.

En effet, le cancer lié au travail est une épidémie au sein des services de sécurité incendie. C'est de loin la menace la plus grande pour les pompiers. Malheureusement, au cours des dix dernières années, 420 membres canadiens de l'AIP sont décédés de cancers liés au travail, dont 40 à Montréal.

L'AIP travaille d'arrache-pied chaque jour pour lutter contre les ravages du cancer au sein de notre profession, qu'il s'agisse d'encourager la recherche et l'éducation axées sur la prévention, de sonner l'alarme au sujet des produits chimiques SPFA dans notre équipement de protection, d'encourager nos membres à se soumettre à un dépistage précoce ou de s'efforcer d'obtenir une rémunération adéquate lorsqu'un membre contracte l'une des nombreuses formes de cancer que les études de recherche attribuent à notre travail.



Comme nous le savons tous, la législation présomptive sur le cancer au Québec, qui se faisait attendre depuis longtemps et qui a finalement été adoptée l'an dernier, ne va pas assez loin. Elle ne mentionne que neuf cancers, alors que d'autres provinces canadiennes en reconnaissent jusqu'à 19. C'est un problème grave auquel il faut s'attaquer.

C'est vraiment formidable de voir le leadership dont votre section locale fait preuve dans la lutte en cours pour que la couverture d'assurance contre les cancers au Québec corresponde

à celle des autres Administrations du pays. La section locale 125 est à la tête d'une coalition d'intervenants des services d'incendie qui demandent au gouvernement du Québec de faire ce qui s'impose et de reconnaître tous les cancers liés à la lutte contre les incendies.



En même temps, la Chambre des communes est saisie d'un projet de loi fédéral qui doit son existence au combat acharné de votre section locale et à sa relation productive avec la députée libérale Sherry Romanado, qui, en janvier 2022, a présenté le projet de loi C-224 à la Chambre des communes. Ce projet de loi propose des mesures qui faciliteront la promotion des avancées dans la législation présomptive au niveau provincial.

De cette façon, le syndicat de Montréal fait la promotion d'une initiative qui profitera non seulement à faire progresser les lois présomptives au Québec, mais aussi à toutes les provinces et à tous les territoires qui s'efforcent d'atteindre la cible des 19 cancers couverts. Voilà à quoi ressemble le leadership, et je suis reconnaissant du rôle que votre section locale joue dans la lutte que nous menons ensemble contre le cancer lié au travail.

J'aimerais également faire le point sur la restructuration de notre Bureau canadien à Ottawa, qui comprend une transition du leadership continue de la direction et qui vise à mieux servir nos 26 000 membres canadiens.

Sean McManus, qui a été adjoint intérimaire au président général pour les opérations canadiennes depuis la dernière année, continuera de superviser notre nouvelle structure



canadienne en tant qu'adjoint spécial au président général pour les opérations canadiennes et conseiller juridique.

J'ai travaillé en étroite collaboration avec Sean et je lui suis très reconnaissant d'avoir géré notre paysage politique interne et externe. Il a de l'expérience en tant qu'adjoint au président général; fonction qu'il a occupée à la fin des années 1990 et cumule plus de 20 ans comme avocat au Canada. Je fais confiance à Sean pour gérer nos opérations canadiennes et protéger vos intérêts.

J'ai également nommé deux consultants régionaux qui travailleront aux côtés du personnel de l'AIP pour répondre à vos besoins en constante évolution. Gord Ditchburn, de la Colombie-Britannique, et Carmen Santoro, de l'Ontario, sont nos nouveaux cadres supérieurs des Opérations de l'Ouest et des Opérations de l'Est de l'AIP du Canada, respectivement.

Gord compte 25 ans d'expérience au sein des services de sauvetage et d'intervention en cas d'incendie de Vancouver, il détient le grade de capitaine, et est actuellement président de l'Association des pompiers professionnels de la Colombie-Britannique et du Fonds au profit des grands brûlés de l'Association des pompiers professionnels de la Colombie-Britannique.

Carmen possède plus de 37 ans dans le service d'incendie avec la section locale 1582 d'Oakville en Ontario, où il a pris sa

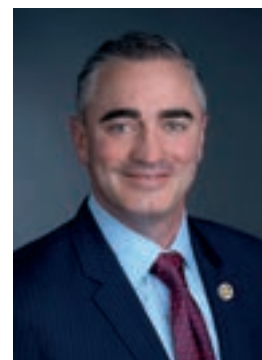
retraite en tant que capitaine. Il a également été président de sa section locale pendant près de 20 ans, a été président de l'Association des pompiers professionnels de l'Ontario pendant deux mandats et a été représentant des services du district sur le terrain de l'AIP pendant de nombreuses années.

Gord et Carmen apportent une vaste expérience alors qu'ils commencent leurs nouveaux postes. Ils travailleront en étroite collaboration avec Sean et le personnel du Bureau canadien en tant qu'équipe pour renforcer l'AIP.

L'AIP est votre syndicat, et ces changements visent à vous permettre d'accéder plus facilement aux services dont vous et votre famille avez besoin. Je suis reconnaissant envers Sean, Gord, Carmen et envers toute l'équipe canadienne pour leur contribution à notre engagement continu envers l'excellence.

Soyez vous-mêmes, soyez forts, soyez pompiers!

Edward A. Kelly,
président général de l'AIP



VOS NOUVELLES, PHOTOS D'INTERVENTIONS, ACTIVITÉS, TWEETS...

Consultez le site de l'Association : WWW.ADPM.QC.CA



LA LATMP ET L'EXAMEN MÉDICAL EXIGÉ PAR L'EMPLOYEUR

La *Loi sur les accidents du travail et les maladies professionnelles*¹ (LATMP) prévoit qu'un employeur peut exiger qu'un travailleur souffrant d'une lésion professionnelle se soumette à un examen médical², suivant la réception d'un rapport médical du médecin traitant de ce travailleur, qui se prononce sur³ :

- le diagnostic;
- la date ou la période prévisible de consolidation de la lésion, la nature, la nécessité, la suffisance ou la durée des soins ou des traitements administrés ou prescrits;
- l'existence ou le pourcentage d'atteinte permanente à l'intégrité physique ou psychique du travailleur;
- l'existence ou l'évaluation des limitations fonctionnelles du travailleur.

En contrepartie de ce droit, l'article 210 de la LATMP prévoit que l'employeur a l'obligation de préciser au travailleur les raisons qui l'incitent à exiger cet examen médical et d'assumer le coût de l'examen ainsi que les dépenses engagées par le travailleur pour s'y rendre :

210. L'employeur qui requiert un examen médical de son travailleur donne à celui-ci les raisons qui l'incitent à le faire.

Il assume le coût de cet examen et les dépenses encourues par le travailleur pour s'y rendre.

Lorsque l'employeur respecte les modalités prévues à l'article 210 de la LATMP, le travailleur a l'obligation de se présenter à cet examen médical et, à défaut de le faire, la Commission des normes, de l'équité, de la santé et de la sécurité du travail (CNESST) pourra suspendre l'indemnité de remplacement du revenu (IRR), et ce, jusqu'à ce que le travailleur accepte de se soumettre à l'examen médical exigé⁴.

Néanmoins, il appert de la jurisprudence relative à l'application de l'article 210 de la LATMP que malgré le libellé de cette disposition, le défaut de l'employeur de ne pas informer le travailleur des raisons qui l'incitent à exiger l'examen médical, n'est pas de nature suffisante à invalider la convocation.

En effet, dans la décision *Lessard et Centre d'accueil Nazaire Piché*⁵, une travailleuse souffrant d'une entorse lombaire avait omis de se présenter à un examen médical exigé par son employeur sous prétexte que l'avis de convocation ne précisait pas les motifs de l'examen.

Le tribunal a déterminé que bien que l'employeur ait fait défaut de se conformer à l'article 210 de la LATMP, la travailleuse devait tout de même se présenter à l'examen médical

puisque celle-ci pouvait facilement s'enquérir des motifs de la convocation au début de l'examen et qu'elle n'a pas fait la démonstration que ce défaut de l'employeur lui a causé un préjudice.

Ce principe a également été appliqué par le tribunal dans l'affaire *Sévigny et CSSS de Laval*⁶. Une travailleuse ayant reçu le diagnostic d'entorse lombaire contestait les résultats d'une expertise soumise par l'employeur sous prétexte que l'avis de convocation ne précisait pas les motifs pour lesquels cet examen était exigé.

Le tribunal a réitéré le principe selon lequel le défaut de l'employeur d'informer un travailleur de la raison de l'examen médical n'invalide pas la valeur de cet examen. Il a, par ailleurs, déterminé que dans ce cas-ci, la travailleuse avait été informée du mandat du médecin de l'employeur au début de la rencontre.

Cela dit, dans la décision *Gatogato et Résidences Soleil Manoir du Musée*⁷, le tribunal a infirmé la décision de la CNESST qui avait suspendu l'IRR de la travailleuse sous prétexte qu'elle ne s'était pas présentée à un examen médical exigé par l'employeur.

Dans cette affaire, l'employeur avait omis d'indiquer, dans l'avis de convocation, les raisons justifiant l'examen médical. En plus, la travailleuse avait informé l'employeur d'un manque de ressources financières pour se rendre à Montréal, et ce dernier n'avait pas répondu à cette demande.

Considérant que l'employeur n'a pas respecté ses obligations prévues à l'article 210 de la LATMP, le tribunal a considéré que la travailleuse avait une raison valable de ne pas se présenter à cet examen médical et a annulé la suspension de l'IRR.

En somme, invoquer le défaut d'un employeur d'indiquer les raisons d'une convocation à un examen médical n'est pas une raison suffisante pour omettre de s'y présenter, selon la jurisprudence.

L'employeur doit toutefois assumer le coût de l'examen et les dépenses engagées pour s'y rendre, à défaut de quoi, le travailleur aura un motif valable de ne pas s'y présenter.

Cela dit, chaque cas reste un cas d'espèce. C'est pourquoi nous vous invitons à communiquer avec votre association dès la survenance d'une lésion professionnelle, afin de vous assurer que vos droits dévolus par la LATMP soient adéquatement protégés.

Par **PLB Avocats**

1. RLRQ ch. A-3.001

2. Article 209 LATMP

3. Article 212 LATMP

4. Article 142 2) (a) LATMP

5. [1987] CALP 322

6. 2006 CALP 54

7. 2015 QCCLP 623

« NOUS AVONS TOUS UNE MISSION »

Lorsque nous avons exercé pendant de nombreuses années, un métier ou une profession qui a marqué notre histoire de vie personnelle, conjugale et familiale, cela demeure bien présent dans notre vécu et nos façons de vivre. Je rencontre des personnes qui, à l'âge vénérable de 80, 90 ou 95 ans, ont toujours à cœur de servir une mission reliée à celle d'avoir été pompier pendant plus de 30 ans et qui sont profondément imprégnées de cette vision de l'humanité dans laquelle elles ont déposé le meilleur d'elles-mêmes.

Pour beaucoup de ces hommes, le fait d'avoir été soutenu par une épouse ou conjointe, par leurs enfants et d'autres membres de leur famille, leur a permis de se sentir appuyés dans l'engagement qu'ils ont renouvelé chaque jour consacré à ce métier. C'est pourquoi retrouver des collègues qui avaient ce même désir, était pour eux une source de motivation profonde, ancrée dans le sentiment bien concret de faire partie d'un corps de métier hors du commun, sachant qu'ils iraient même peut-être jusqu'à faire don de leur vie. Dans la « prière du pompier », cet aspect est clairement exprimé « s'il m'arrivait que, ma vie puisse être prise, veille sur ceux que je te confie par amour ». En s'adressant à Dieu directement, chaque pompier reconnaît ses limites et remet toute sa bravoure et son courage entre les mains du Tout-Puissant.

Pour agir et servir en tant que pompier, il faut être conscient que chaque intervention interpelle le sens même des valeurs et des principes qui guident les individus et donnent un sens à la vie de toute personne humaine. Être membre de ce corps de métier, c'est savoir reconnaître les forces et habiletés de chaque membre. Si un membre est souffrant ou éprouve des difficultés, c'est le courage et le soutien de ses confrères qui lui permettront de se relever. Au son de l'alarme qui retentit, ce sont les membres composant cette équipe d'intervention qui sont appelés à se ressaisir et à laisser résonner en eux cet appel. Le membre plus fragile ou moins vigoureux peut être tout autant efficace, car il se sent faire partie de cette équipe. Sans égard au danger qui les guette, c'est ainsi qu'ils se lancent droit devant pour chasser la peur qui peut les envahir. C'est véritablement la force d'impact qui se manifeste par le fait que tous ceux qui forment ce groupe d'intervention se soutiennent les uns les autres. Il n'y a pas de place pour l'individualisme, l'égocentrisme ou pour prétendre être plus fort et courageux que les autres membres du groupe.

Depuis mon arrivée comme aumônier en 2017, j'ai été invité à rencontrer des pompiers qui avaient besoin de s'exprimer et de parler de leur vécu, et ce, le plus librement possible, sans aucune contrainte. Lorsque la personne souhaite partager des réalités humaines par lesquelles elle se sent confrontée à sa fragilité et à sa vulnérabilité, il est bien difficile de trouver un écho dans le cœur et l'esprit d'un membre de son équipe de travail. Il faut parfois faire le tour de plusieurs casernes avant que la personne se sente accueillie et respectée dans ce qu'elle vit. Par conséquent, n'osant pas déranger leurs confrères et consœurs et aborder dans les conversations entre

collègues des sujets liés à des aspects de la vie humaine et ses dimensions (physique, psychique et spirituelle), ces personnes se renferment sur elles-mêmes, au risque de mettre en danger leur santé et leur sécurité, de même que celles de leurs confrères ou consœurs de travail. Cette situation peut même amener ces travailleurs à choisir de quitter le travail, étant désespérés de trouver l'aide et le soutien dont ils ont besoin, pour espérer se relever et reprendre goût à la vie. Si le taux de suicide au Québec chez les hommes de 30 à 45 ans a diminué jusqu'en 2017, il stagne et demeure toujours aussi élevé chez les 45 à 60 ans. En cette période automnale et à la veille de cet hiver 2023, il faut que chaque pompier ou pompière faisant partie d'une caserne ou d'un service au sein du Service de sécurité incendie de Montréal sache qu'il ou elle a accès en tout temps à une personne entièrement dédiée à les servir.

Sachez mettre de côté la dénomination religieuse pour venir rencontrer un homme qui vous accueillera avec ouverture et dans TOUT ce que vous êtes! Peu importe le sexe, le rang ou la caserne/service, le PADRE est là pour vous écouter et vous accueillir dans tout ce que vous vivez. Plusieurs d'entre vous resteraient grandement surpris de mon ouverture d'esprit et de cœur, ayant moi-même traversé des épreuves et franchi des étapes de vie. Rien n'est tabou. Tout peut être déposé sur la table, surtout si vous y mettez aussi votre cœur. Si j'accompagne un pompier de Laval depuis plus d'un an et demi, parce qu'il a fait une recherche sur Internet et m'a trouvé, je souhaite que, en dehors ou en lien avec le PAE, vous sachiez que vous avez accès à des **services professionnels en accompagnement humain et spirituel** lorsque vous communiquez avec moi.

Le fait qu'une personne partage une richesse aussi considérable que son vécu humain est un des motifs qui suscite en moi l'admiration et l'accueil de ce vécu. Écouter attentivement des histoires de vie me permet de prendre conscience de la contribution que chaque personne peut déposer dans le terreau de cette humanité. C'est ainsi qu'il s'en trouve enrichi. Grâce à chaque personne qui passe en laissant son empreinte dans la vie de quelqu'un d'autre, prenez conscience que votre propre présence en ce monde sera un héritage qui mérite pleinement que l'on prenne le temps de s'y arrêter, et, surtout, de l'honorer et d'en faire mémoire lorsque chaque occasion s'y prête.

À vous qui êtes présents et qui composez le cœur et formez le corps de l'APM, que Dieu vous comble de son courage et de sa force d'Amour. Il me fera toujours honneur de vous servir et de vous donner, à mon tour, le meilleur de moi-même.

Padre Bernard Vadnais, aumônier, accompagnateur sur le plan humain et spirituel



Meilleurs souhaits de Noël et du jour de l'An

Au nom de toute l'équipe de l'Association, nous souhaitons vous faire part de nos vœux sincères de bonheur, de santé et de prospérité à vous et vos proches, à l'occasion de ce chaleureux temps des fêtes!

LE COMITÉ EXÉCUTIF

Chris Ross, président

Richard Lafortune, vice-président

Luc Boisvert, secrétaire

Marc-André Gosselin, trésorier

LES DIRECTEURS

Jean-Marc Hétu, district 1

François Rochette, district 2

Steve Boulay, district 3

Gregory Simoneau, district 4

Sébastien Massé, district 5

Guy Thérroux, district 6

Julien Bourque-Bourassa, district 7

Nicholas Jean, district 8

Félix Lafrance, district 9

Simon Lalanne Camirand, district 10

Benoît Deschamps, district 11

Matthieu Barba, district 12

LE PERSONNEL DE L'APM

Lorraine Babin

Sylvie Fugère

Sarah Gagnon (temporaire)

Linda Gingras

Constance Hudon

Catherine Rousse

Charlotte Vaillancourt

LE COMITÉ DE SURVEILLANCE

Philippe Blanchette Nagy

Jean-François Danis

Philippe Lanciault

LE COMITÉ D'ÉLECTIONS

Éric Charette

Simon Couture Conan

Jonathan Montpetit

Nicolas P. Lafontaine

PROMOTIONS

Nous désirons vous informer que les employés suivants ont été promus. Nous les félicitons et nous leur souhaitons bon succès dans leur nouvelle fonction!

Capitaines

Matricule	Nom	Prénom	Date
100007685	COMEAU	ANTHONY	28 FÉVRIER 2022
710803000	ENGLAND	PASCAL	
723843000	LABROSSE	MATHIEU	
742797000	LAPALME-LEMIEUX	SÉBASTIEN	
680408000	MERCIER	PATRICK	
161665999	MORENCY	ÉRIC	
769857000	RIOUX	JASMIN	
100010538	BARIBEAU	YANICK	18 JUILLET 2022
100011748	BENOIT-TÉTREAU	LOUIS-PHILIPPE	
100011752	BÉRUBÉ	JEAN-SÉBASTIEN	
100001939	BRIEN	SIMON	
770044000	CERTOSINI	SANDRO	
748719000	CHÂTEAUNEUF	PHILIPPE	
730710000	COALLIER	MARTIN	
730729000	CROTEAU	MIGUEL	
606793000	DAVID	JEAN-FRANÇOIS	
255289999	DÉRY	PATRICE	
7801764000	DESJARDINS	PHILIPPE	
100007700	GALARNEAU	CHRISTIAN	
139049999	MAYER	MARTIN	
100004831	MICHAUD	JONATHAN	
100014245	MICHAUD-JACOB	IAN	
100017836	PILOTTE	OLIVIER	
686278000	POITRAS	SIMON	
100017970	ROLLAND	FRANCIS	
778776000	ROUSSEL	LOUIS-DENIS	

Capitaine instructeur - Centre de formation

Matricule	Nom	Prénom	Date
646080000	CLERMONT	BENOIT	28 FÉV. 2022

Capitaine au RCCI

646259000	SAULNIER	LOUIS	8 NOV. 2021
-----------	----------	-------	-------------

Lieutenants

100017943	GAUTHIER-MOORE	ALEXANDRE	28 FÉV. 2022
100020838	GROLEAU	DOMINIC	

Lieutenant à la certification des conducteurs (935)

1000048721	TOUSIGNANT	KEVIN	18 JUIL. 2022
------------	------------	-------	---------------

Lieutenant préposé à l'entretien

769820000	MORIN	ÉRIC	24 OCT. 2022
-----------	-------	------	--------------





**Le spécialiste
de la viande
du Grand Montréal**

Ouvert au public!



**Suivez-nous et profitez de
toutes nos promotions!**



**6802, boul. des Grandes-Prairies
Saint-Léonard QC H1P 3P3
Tél. : 514 807-6725
entrepotdeviandes.com**



L'altruisme a un coût, des études démontrant que

**1 POMPIER SUR 3 SOUFFRIRA DE
SYNDROME POST-TRAUMATIQUE
ET/ OU DE DÉPENDANCE.**

**Notre équipe est disponible 7 jours sur 7, contactez-nous.
Nous répondrons à vos questions en toute confidentialité.**

514 795 8811 PREMIERSREPONDANTS@CLINIQUENOUVEAUDEPART.COM



NOUVEAU DÉPART
SM CANADA

Canada



VOS DÉPUTÉS
FÉDÉRAUX LIBÉRAUX

**FIERS DE
SOUTENIR**

YOUR FEDERAL
LIBERAL MPs

**PROUD
TO SUPPORT**

**L'ASSOCIATION
DES POMPIERS
DE MONTRÉAL**



TRÈS HON. JUSTIN TRUDEAU
MP / Député
Papineau
Justin.Trudeau.c1c@parl.gc.ca
514 277-6020



RACHEL BENDAYAN
MP / Députée
Outremont
Rachel.Bendayan@parl.gc.ca
514 736-2727



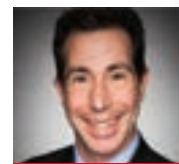
FAYÇAL EL-KHOURY
MP / Député
Laval-Les Îles
Faycal.El-Khoury@parl.gc.ca
450 689-4594



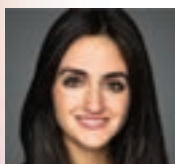
HON. MARC GARNEAU
MP / Député
Notre-Dame-de-Grâce –
Westmount
Marc.Garneau@parl.gc.ca
514 283-2013



HON. STEVEN GUILBEAULT
MP / Député
Laurier – Sainte-Marie
Steven.Guilbeault@parl.gc.ca
514 522-1339



ANTHONY HOUSEFATHER
MP / Député
Mount Royal / Mont-Royal
Anthony.Housefather@parl.gc.ca
514 283-0171



EMMANUELLA LAMBROPOULOS
MP / Députée
Saint-Laurent
Emmanuella.Lambropoulos@parl.gc.ca
514 335-6655



PATRICIA LATTANZIO
MP / Députée
Saint-Léonard – Saint-Michel
Patricia.Lattanzio@parl.gc.ca
514 256-4548



SORAYA MARTINEZ FERRADA
MP / Députée
Hochelaga
Soraya.MartinezFerrada@parl.gc.ca
514 283-2655

MACONNERIE 2.0 INC
ENTREPRENEUR GENERAL



RBQ 5796-4355-01

MACONNERIE2.0@GMAIL.COM

@MACONNERIE2.0INC

514-622-3077

CHERS  POMPIERS!

**VOUS PENSEZ À NOUS...
ALORS NOUS PENSONS
À VOTRE BONHEUR.**

L'équipe Voyage Stew vous offre
des conditions spéciales, pour vous et votre famille!

Contactez-nous et indiquez le mot magique : « Pompier ».

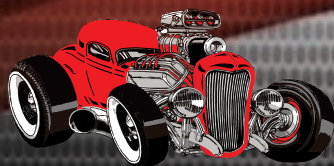
Découvrez nos offres sur :

www.stewtravel.com

+ 1 438 488-9080  info@stewtravel.com

VOYAGE

STEW



514 324-0052



*Le télégramme réinventé
pour être présent
quand c'est le temps!*



WWW.TELEGRAMMES.COM

Le seul et unique service de télégramme!

IMMOBILIER ~ AFFAIRES ~ CONDOLÉANCES ~ FÉLICITATIONS
ANNIVERSAIRE ~ HOSPITALISATION ~ NAISSANCE

Notre mission

Transmettre les messages de nos clients rapidement, avec précision, de façon officielle, dans plusieurs langues, et ce, en utilisant les technologies de communication les plus récentes et les plus innovatrices. Répondre spécifiquement à vos besoins en toute confiance, discrétion et confidentialité.

Mettez notre expertise à votre service

Téléphone : 1 88 TELEGRAM ou 1 888 353-4726

Télécopieur : 1 800 363-7087

Courriel : info@telegrammes.com

***Encourageons nos annonceurs! Leur collaboration rend
possible la distribution gratuite de notre revue!***



PRODUITS PÉTROLIERS



pcdupuis.ca

-Lubrifiants -Lave-vitre
-Urée/DEF -Race fuels
Tél. : 450-657-9950

Jean-François Dupuis
Développement des affaires

Cell. : 514-913-2491
351-9950

DIESEL -PROPANE -ESSENCE -MAZOUT -LUBRIFIANT

CENTRE DE SERVICE
DEMO
PNEUS & MÉCANIQUE

Éric & Josh 514.766.5811
4548, rue Wellington, Verdun QC H4G 1W7

Déneigement • Paysagiste
DEMO

Éric & Josh 438.226.1302

E&J

deneigementdemopaysagiste@outlook.com

f /Déneigement Demo Paysagiste E&J



TOITUREMAYER
VOS EXPERTS DE TOITURE MONTRÉAL

RBQ : 5665-6747-01

ENTIÈREMENT ASSURÉ

TOITURES DE TOUT GENRE - PLAT ET INCLINÉ
TOITS BLANCS • ÉLASTOMÈRE • GOUDRON • BARDEAUX

(Moshe) Eric Mayer

Tél. : 514 292-3742

Téléc. : 514 273-8847

Courriel : eric@mayer-roofing.com

Web : www.mayer-roofing.com



Une clinique spécialisée dans le diagnostic et le traitement de l'apnée du sommeil

QU'EST-CE QUE L'APNÉE DU SOMMEIL?

Le SAHS (syndrome d'apnées et d'hypopnées du sommeil) est un désordre du sommeil occasionné par des limitations de débit, des pauses respiratoires et/ou des obstructions partielles (hypopnées) et complètes (apnées) des voies aériennes. Les apnées peuvent être causées par une obstruction des voies aériennes supérieures et/ou par une interruption de l'automatisme de la respiration.

**RABAIS EXCLUSIFS
POUR LES POMPIERS**

10 % sur tout le matériel

20 % sur l'examen
à domicile



Des professionnels de la santé spécialisés en apnée du sommeil

6 cliniques : Montréal - Ville Mont-Royal - Dorval - Longueuil - Nicolet - Pierreville

Une gamme complète d'appareils et d'accessoires

Suivis et examens diagnostiques à domicile

Joignables 24/7

OFFREZ-VOUS UNE CONSULTATION
GRATUITE AVEC UN INHALOTHÉRAPEUTE!

514 604-8484

laboiteacpap.ca





**DÉPISTAGE AUDITIF
GRATUIT DANS
NOS 19 CENTRES**
Jusqu'au 31 décembre 2023

1 800 550-8554
ALCOBECTHÉRIE
5845, ch. de la Côte-des-Neiges
Buc. 475, Montréal

**Centres
Masliah**
AUDIOPROTHÉSE ET
Une écoute attentive
depuis 1988

**Votre environnement de travail
est bruyant?**

Des audioprothésistes
pour les personnes
qui l'entendent

**CONSULTEZ NOS
PROFESSIONNELS
DE L'AUDITION**

centresmasliah.com

Une évaluation doit être faite par l'audioprothésiste afin de déterminer
si le trouble d'audition convient aux besoins du patient.

0000



BELLEVUE
CLINIQUE D'OPHTALMOLOGIE

4135, rue de Rouen
Montréal QC H1V 1G5
514 256-0007
cliniquebellevue.com

**Nous avons
votre santé à l'œil**





**Expert
Extermination**

- Gestion parasitaire
- Service à domicile
- Identification d'insectes
- Service rapide et discret
- Vente de produits


Membre de l'Association
Québécoise de la Gestion
Parasitaire

Tél. : 514 279-4444
Tél. : 514 279-9099
Télec. : 514 279-2101
info@expertextermination.ca

ADRESSE DE LA BOUTIQUE
5790, avenue Christophe-Colomb
Montréal (Québec) H2S 2G1
www.expertextermination.ca



Pub Burgundy Lion

Tél. : 514.934.0888
Télec. : 1.866.853.8669
www.burgundylion.com

2496, Notre-Dame O.
Montréal (Québec)
H3J 1N5 Canada

BURGUNDY LION

Décoration SOLECRA inc.

RENE ABI-YAGHI
Spécialiste en revêtement de fenêtre sur mesure

Stores, persiennes, stores souples
et parures de fenêtre motorisées



3155, rue Marcel
Ville Saint-Laurent QC
H4R 1B3

514 641-7844
rabiyaaghi@solecrablinds.com
www.solecrablinds.com

Ruby Legault, président



CAD CONCEPT CONSULTANTS

- Dessins, conception et ingénierie
- Plan personnalisé, maison neuve, agrandissement, rénovation, duplex, etc.

514.949.2231

@info@cad-concept.ca www.cad-concept.ca



5 Super destinations pour la Famille!

Québec 1 877 824-1703 - Trois-Rivières 1 888 998-5881
Lachenaie 1 450 582-8288 - St-Jérôme 1 888 868-8604
Ste-Agathe-des-Monts 1 866 527-9206

hotelslixigroup.com

PUBLICITESAUWAGE.COM

f in @

PUBLICITÉ
sauvage

BAUDOIN
WART



DANNY | 438.377.3248
ANTHONY | 438.377.3308

10768, AVENUE SALK
MONTRÉAL-NORD
H1G 4Y1

Épouseur des scabines
pour les pneus

ATELIER DE MÉCANIQUE
514.323.4747

ADP



JMG
Solutions d'affaires Inc.

SOCIÉTÉ DE COMPTABLES PROFESSIONNELS AGRÉÉS

- ☑ COMPTABILITÉ
- ☑ FISCALITÉ
- ☑ SERVICE JURIDIQUE
- ☑ SERVICE-CONSEIL
- ☑ MARKETING

514 255-2111
INFO@JMG SOLUTIONS.CA
2272, Fleury Est, Montréal QC H2B 1K6



Steve Bastien
Directeur général

23, avenue Milton
Lachine (Québec) H8R 1K6

Téléphone : 514 481-0451, poste 203
Télécopieur : 514 481-2899
Cellulaire : 514 386-2655

Entrepreneur général
Licence RBQ : 2865-3681-12
Certifié ISO 9001

sbastien@nrj.ca
www.nrj.ca



Franco Gagliano
DIRECTEUR DES OPÉRATIONS

6086, Sherbrooke E., Montréal H1N 1C1

T : 514.255.2922
M : 514.943.9005
F : 514.255.2067

✉ franco@plazaantique.com
www.plazaantique.com

Proxim

Pharmacie N. Ahrid et R. Moustapha

Nadia Ahrid et Rana Moustapha
Pharmaciennes propriétaires

Livraison gratuite

1420, rue Legendre Est, local 7
Montréal QC H2M 1H5

T 514.383.1060
F 514.383.4071

ahridnmoustaphar@groupeproxim.org



Audi
West-Island

4550, boulevard Saint-Jean, D.D.O. QC H9H 2A6
514 426-7777 | audiwestisland.com

Ouvert les samedis
de 10 h à 16 h



audiwestisland

On se déplace pour vous!

PENSKE

UNE MEILLEURE FAÇON DE DÉMÉNAGER

Présentez cette publicité à **PENSKE Saint-Laurent**
situé au 2500, boulevard Pitfield
Saint-Laurent QC H4S 1Z7
pour 10 % de rabais sur votre prochaine location.

514 333-4080 - gopenske.ca

Offre valide au 2500, boul. Pitfield, St-Laurent QC H4S 1Z7 et sous réserve de disponibilité. D'autres termes et conditions peuvent s'appliquer.

Snowdon Toddlers

Day Nursery / Garderie de Jour

514 739-9560

6416, boul. Décarie, Montréal QC H3X 2K2

Crème & Café

514 363-2581

1, 8^e Avenue, LaSalle (Québec) H8P 2M6

SAMIR SNEIJ

PHARMACIEN-PROPRIÉTAIRE

8440, boulevard Lacordaire, Saint-Léonard (Québec) H1R 2A5

Tél. : 514 322-8160 • Téléc. : 514 322-7644

Pharmacie Samir Sneij

Affiliée à



Dentisterie générale
& esthétique

**CLINIQUE DENTAIRE
ORCHIDÉE**

Dr T.Huan Do
Chirurgien Dentiste

514.722.3506

8075, Saint-Denis
Montréal QC H2R 2G2
JOUR • SOIR • URGENCE

JEAN-PIERRE BART Architecte

1751, rue Richardson, suite 4114, Montréal QC H3K 1G6
jpbart@jeanpierrebart.com • www.jeanpierrebartarchitecte.com



Gouter Tropical

**Mettez du soleil
dans votre assiette...**



Suivez-nous f

8549, Pie-IX, Montréal
Tél. 514 419-8702 / 514 419-4310
514 322-6506 / 514 322-5252
438 384-1689 / 438 385-0606

12265, boulevard Rolland, Montréal-Nord
Tél. 514 507-1991

www.goutertropical.com



**Nestlé
parmalat**

Dist. VINCENZO GUERRIERO
DISTRIBUTEUR LAIT ET CRÈME GLACÉE
MILK AND ICE CREAM DISTRIBUTOR

ANGELINA GUERRIERO

514.886.1919

Bur. : 514.369.1145 • 514.334.2676 • Téléc. : 514.369.2961

MARTINO PAVENTI
Vice-président

T. 514.648.1042, poste 298
martinop@jpmetalamerica.com

JPMMA Est. 1968

WWW.JPMAGLOBAL.COM

7335, Henri-Bourassa Est, Montréal (Québec) H1E 3T5

ABSORBPUR
www.absorbpur.ca
1 800 667-6649

*Quand l'absorption
sauve des vies*
When absorption
means saving lives



RBQ # 8333 9838 05



Perry Stavrakos
Tél. : 514 624-0903 • 1 877 806-1946 • Fax : 514 624-3650



BISHOP & BAGG
52, RUE ST-VIAEUR O.
MONTREAL (QUEBEC)
H2T 2K8
TÉL. : 514 277-4400



**969, rue Rachel Est
Montréal QC H2J 2J4
514 522-5175
suivez-nous sur**
f i
www.MaPouleMouillee.ca



Ernesto Calderon
Directeur général
Tél. : 514 483-7777
Télec. : 514 485-5556
Sans frais : 514 918-6453
ecalderon@gabriel.ca
7050, rue St-Jacques Ouest
Montréal QC H4B 1V8
www.nissangabrielstjacques.com

L'œufrier
déjeuner & diner
BOUFFERIE DE VILLE
DISPONIBLE SUR L'ŒUFRIER.CA
Uber Eats DOORDASH SKIP THE DISHES



3714, NOTRE-DAME OUEST • 438 387-3714 • OUVERT DE 8 H À 14 H 7/7

**Le Groupe Lagoria
L'intermarché**

9025, Maurice-Duplessis 514 648-1883	8700, boul. Langelier 514 323-0740	5001, rue Jarry Est 514 324-5666
5915, rue Bélanger 514 259-4216		8725, boul. Viau 514 321-3335

Toujours Meilleur Marché
@groupelagoria - www.groupelagoria.ca

**LES RÉSIDENCES CALDWELL
CALDWELL RESIDENCES**
Danny Cobrin
Building Manager / Gérant des Immeubles
5750, AVENUE LEMIEUX, BUREAU 116
MONTREAL QC H3W 3G1
TÉL. : 514 737-7774, POSTE 217 • TÉLÉC. : 514 737-6365
E-mail : danny@caldwellresidences.com

STÉNOGRAPHES OFFICIELS
Riopel Gagnon Larose & Associés
OFFICIAL COURT REPORTERS

Rosa Fanizzi
430, rue Sainte-Hélène, bureau 306, Montréal (Québec) H2Y 2K7
Tél. : 514 286-5454 • Téléc. : 514 286-6655
Courriel : rfanizzi@riopelgagnonlarose.com



sacrée soirée.
PLACEMENT DE PERSONNEL SPÉCIALISÉ EN
HÔTELLERIE ET RESTAURATION
sacreesoiree.com 514.524.9905



Sylvain Gagnon

5825, boul. Métropolitain Est

Montréal (Québec) H1P 1X3

Tél. : 514.325.8825 / Cell. : 514.910.4343

www.chariotsgagnon.com / sgagnon@chariotsgagnon.com



SOLUMOBILE

ACCESSOIRES ET RÉPARATION

info@solumobile.com

7373, boulevard Langelier, local G1, Saint-Léonard QC H1S 1V7

Josée Desrosiers

Sexologue et psychothérapeute

514 562-5913

MEMBRE OPSQ : 201311-057
Permis OPQ : 61293-15

Clinique Homathérapie
3744, rue Ontario Est
Montréal H1W 1S2

Incorporated Golden Trumpet Services

LA. Consultant

Administrateur de base de données

Oracle

SQL Server

Téléphone : 514 993 6886

Courriel : client@gtsi.ca

Gérald UGRINA

Consultant, Infrastructure TI

gugrina@nuforceit.com

514.705.5741

NüForce TI
Le service TI v2.0

Code Promo
POMPIERS
-15%

Installation, dépannage, recommandations
Ordinateurs, Internet, Réseautique



Léger 4951

- HUILE À CHAUFFAGE
- DIESEL
- ESSENCE
- LUBRIFIANT
- URÉE
- AVIATION



INFORMEZ-VOUS
SUR NOS
ÉQUIPEMENTS

Fournisse
Chauffe-eau
Thermopompe

Assura
25°C

Climatiseur
Bi-Energie
Réservoir au mazout



Léger

CHAUFFÉ AU PROPANE

LOCATION DE BOUTEILLES
LIVRAISON À DOMICILE
VENTE, INSTALLATION ET
ENTRETIEN DE SYSTÈME
DE CHAUFFAGE



PETROLELEGER.CA

PROPANELEGER.CA

info@petroleleger.ca | www.propaneleger.ca | info@propaneleger.ca
514 453-5766 | 800-267-5766 | 460, Grand Boulevard, L'Île-Perrot

LOCO

ÉPICERIE ÉCOLOGIQUE
•• ZÉRO DÉCHET ••



LOCO
VILLERAY
422, Jarry Est

LOCO
VERDUN
4437, Wellington

LOCO
CASTELNAU
337, De Castelnau Est

LOCO
PLATEAU
368, Mt-Royal Est



ROYAL LEPAGE

EXPERT

Agence immobilière

Franchise indépendante et autonome

www.royallepage.ca

L'IMMOBILIER

différemment

Stanley Nau

COURTIER IMMOBILIER

514 999-2317

www.ripstanleynau.com

ACHAT • VENTE • LOCATION



Canada College
Collège Canada

www.collegecanada.com

Contactez-nous! 514 868-6262

1231, rue Sainte-Catherine Ouest, 5^e étage, Montréal QC H3G 1P5



info@collegecanada.com



HELIX

Helix Uniformé Ltée

1600, 46^e Avenue, Lachine (Québec) H8T 3J9

Téléphone : 514.828.0057

helix-uni.ca

Plomberie

Plumbing

Transilvania inc.



Commercial - Résidentiel
Construction - Réparations - Rénovations
Inspection par caméra



RBQ : 8255-4130-53
Mike Bandas
Cell. : 514 809-8670
Tél./Fax : 514 769-3331

1845, de l'Église, suite 2
Montréal H4E 1G9
dezo25xl@yahoo.ca



Fafard & Gervais inc.

PLOMBERIE - CHAUFFAGE - GAZ

6986, avenue Azilda
Anjou (Québec) H1K 3A1

Tél. : 514 352-3436
Téléc. : 514 352-2194
sylvain.gervais@fafard-gervais.com



DORIS DIMITRI

DORIS DIMITRI INC.

COURTIER IMMOBILIER AGRÉÉ DA
CERTIFIED REAL ESTATE BROKER AEO

1460, Sherbrooke O., suite 200
Montréal (Québec) H3G 1K4
dorisdimitri@dorisdimitri.com

www.dorisdimitri.com
T. 514.260.4589



Me Jean-Louis Poulard avocat - droit criminel

poulard.avocat@gmail.com

1947, av. Papineau
Montréal QC H2K 4J3

Tél. : 514 804-9085
Téléc. : 514 878-2244

Avec les hommages :

Tél. : 514 636-4141

Garderie Bourke Ouest

2348, chemin Herron, Dorval (Québec) H9S 1C5

LANCEMENT D'UNE ENTREPRISE

FORMATION GRATUITE #100 % EN LIGNE

INSCRIVEZ-VOUS

438 483-1923

-Horaire de soir, de jour ou en fin de semaine
-Durée : 14 semaines de formation
-Possibilité de prêts et bourses



En partenariat avec



Joe Frezza

Gérant des opérations fixes
Fixed operations manager

CONSEIL



Excel Honda

5400, rue Paré, Mont-Royal QC H4P 1R3
Tél. : 514 342-6360 • Téléc. : 514 342-7739
Ligne directe : 514 342-5339, poste 2254
Cell. : 514 464-5500
jfrezza@excelhonda.com
www.excelhonda.com



Spécialisés dans tous les produits alimentaires
et cosmétiques africains, antillais et latinos.

MARCHÉ Paradise LASALLE

Specialize in all African, West Indies and Latino Food and Cosmetics.

9047, RUE AIRLIE, LASALLE (QUÉBEC) H8R 2A4 TÉL. : 514 364-2955

Joyeuses fêtes!

R.B.Q. 1117-5833-85



RENÉ PERRON
COUVREURS ROOFER

DEPUIS 1924
SINCE

URGENCE 24/7 • ESTIMATION GRATUITE

514.327.1100 • Téléc. : 514.327.1102

9150, Pascal-Gagnon, Saint-Léonard (Québec) H1P 2X4
info@perroncouvreur.com • www.perroncouvreur.com



11 ANNÉES
GARANTIE



SPARTAN
Protection Incendie

9360-1516 Qc inc. RBQ 5739-1203-01

SERVICE 24 HEURES
514 772-6600 ou 514 755-2756

COMMERCIAL • INDUSTRIEL • RÉSIDENTIEL
ALARME INCENDIE • GICLÉURS • CONTRÔLE D'ACCÈS • CAMÉRA DE SÉCURITÉ
EXTINCTEURS PORTATIFS • ÉCLAIRAGE D'URGENCE • ÉLECTRICITÉ • BOYAUX D'INCENDIE



TOITURE ET RÉNOVATION • GESTIONJBCONSTRUCTION.COM • RBQ : 5810-4415-01

438 221-4904**CARROSSERIE ET MÉCANIQUE**7142, chemin de la Côte-des-Neiges, Montréal QC H3R 2L9
Tél. : 514 647-2143**N28 SKIN**

PAR STÉPHANIE DEGRAFF

T : 514 443-7111

C : info@n28skin.com

W : n28skin.com

Docteur S ABLAGE**Tél. : 438 520-8512**
RBQ : 5775-0325-01**CMNA**

CANADA MÉTAL NORD-AMÉRIQUE

8271, rue Lafrenais
Montréal (Québec)
H1P 2B1**Tél. : 514 327-2011**
1 800 363-7110www.canadametal.com275, rue Sherbrooke Ouest
Montréal (Québec)
H2X 1Y1submissionartsunited.com**ALARME
EXCELLENCE**
L'Excellence à votre service**1 855 814-2563****Éric Rouleau**
Président514 895-2563
erouleau@alarmeexcellence.com
7240, rue Cordner
Lasalle (Québec)
H8N 2W8
www.alarmeexcellence.com**Brébeuf**

Collège Jean-de-Brébeuf

Tél. : 514 342-9342
www.brebeuf.qc.ca

3200, chemin de la Côte-Sainte-Catherine, Montréal (Québec) H3T 1C1

**LE REPOS SAINT-FRANÇOIS D'ASSISE**
COLUMBARIUMS - MAUSOLÉES - CRÉMATORIUM - CIMETIÈRE
RSFA.CA6893, RUE SHERBROOKE EST, MONTRÉAL (QUÉBEC) H1N 1C7
514 255-6444**Garage Perrin**Alignement
Mécanique générale
Vente de pneus neufs & usagés
ENTREPÔT : 514.744.67011460, ch. Côte-Vertu (près MÉTRO), Saint-Laurent H4L 1Z7 **514.332.5033**1750, rue Deguire
Saint-Laurent QC
H4L 1M7
TÉL. : 514 744-2867
info@summit-school.com

Importateur de fruits et légumes

**courchesne
larose****514 525-6381**9761, boul. des Sciences
Anjou (Québec) H1J 0A6

Vous pourriez annoncer ici

Les productions audio FX Montage sonore
Sound editing

Michel B. Bordeleau
Tél. : 514 233-3972
1207, rue St-André
Montréal QC H2L 3S8
michelb@audiofx.ca

Alivin CANADA

4242, boul. St-Laurent, bureau 205
Montréal QC H2W 1Z3
Tél. : 514 844-8532
www.alivin.ca

Carrefour Jeunesse Emploi
Rivière-des-Prairies

Rosemarie Pereira, directrice générale

11965, av. Rita-Levi-Montalcini
Montréal (Québec) H1E 5K7
Téléphone : 514 648-8008, poste 228
pereirar@cje-rdp.org • www.cje-rdp.org

carmichael
des gens voués à l'excellence

Entretien d'évacuateurs et systèmes CVAC

3822, avenue de Courtrai
Montréal QC H3S 1C1
Tél. 514 735-4361
Téléc. 514 735-2300

CARSTAR
Carrosserie et vitres d'auto

CARSTAR Montréal-Ahuntsic
montrealahuntsic@carstar.ca
11430, rue Hamon
Montréal QC H3M 3A3
Tél. : 514 337-0690 www.carstar.ca

Al dente
TRATTORIA

Spécialités Italiennes - Italian Specialties

5768, Monkland
Montréal QC H4A 1E9
514.486.4343
aldente@canada.com

MICHELLE CYR ASSELIN, directrice générale de la Maison des greffés Lina Cyr

MAISON DES GREFFÉS LINA CYR
1989, rue Sherbrooke Est, Montréal (Québec) H2K 1B6
Téléphone : 514 527-8661 • Télécopieur : 514 527-8663
michelineasselin@videotron.ca • www.maisondesgreffes.com

KERVOR.ca
Dental Studio Dentaire

Dental Work for Connoisseurs

1310, av. Greene, local 540
Westmount QC H3Z 2B2
Tél. : 514 989-7887

PHILION LEBLANC BEAUDRY
AVOCATS s.a.

Me Bernard Phillon • bphillon@plba.ca
565, boul. Crémazie Est, bureau 5400
Montréal (Québec) H2M 2V6
Téléphone : 514 387-3538
Télécopieur : 514 387-7386

CPE Beau Sourire inc.

NICOLAS L. MÉSIDOR
Directeur général

3333, boul. Rosemont
Montréal QC H1X 1K4
514 727-5321, poste 201
beausourire51@gmail.com

Purolator

BUANDERIE VILLERAY LTÉE

4740, RUE DE ROUEN, MONTRÉAL QC H1V 3T7
TÉL. : 514 259-4531
TÉLÉC. : 514 259-1548
benoitlaurent@buanderievilleray.com

Vianou
BOULANGERIE • PÂTISSERIE

Haitienne, Adventiste, Dominicaine,
Latino-Américaine, Africaine, Libanaise,
Jamaïcaine, Italienne, Française, etc.
Chez VIANOU, la qualité avant tout

6362, Pascal, MtL-Nord (Québec) H1G 1T6 • 514 328-7275

MFL
MONTRÉAL FAMILY LAW

Muriel Librali
Teitelbaum Librali
Avocats - Attorneys

Muriel Librali
Avocate - Attorney, B.A., M.A., LL.B.

1, Westmount Square, local 900
Westmount QC H3Z 2P9
Tél. 514 931-1788, poste 211
muriel@montrealfamilylaw.com
www.montrealfamilylaw.com

SAI
Services
automobiles

Charles St-Ambre, FRCR, FRCR, associé
201, av. Laurier Est, bureau 400
Montréal QC H2T 2E8
T 514 370-8480 • F 514 818-8887
LVP 888 878-8470 - estab@saiautomobile.com

CONSTRUCTION Lilja
C.O.R.P.

Entrepreneur général
Commercial - Industriel - Institutionnel

6235, chemin Saint-François, Ville Saint-Laurent QC H4S 1B6
Bureau : 514 751-2886 • www.constructionliljacorp.ca

Montréal - Hamilton

Papillon
INTERNATIONAL INC.

MATHEW CUFFARO
514 272-1919

AquaDiva LA DIVA flexi.

Antonio Lapenna • CPA Auditor - Partner

Tél. : 514.789.2700
Téléc. : 514.789.2702
tonyl@lacpa.ca
info@lacpa.ca

6050, rue des Grandes-Prairies, bureau 102
Saint-Léonard (Québec) H1P 1A2
cpa Société de comptable professionnel agréé
Chartered Professional Accountant Corporation

Sœurs de la Providence
Province Émilie-Gamelin

Administration provinciale
5553, rue de Salaberry
Montréal (Québec) H4J 1J5
www.sprovidencegamelin.com

Boulangerie et Pâtisserie Romina

2285, avenue Charland
Montréal QC H1Z 1B5
514 383-0900

CHIN-CHOW

104-6700, ch. de la Côte-des-Neiges, Montréal QC H3S 2B2
Tél. : 514 735-3982

M^e François Menassa
B.Sc., M. SC. (crim.), LL.B., D.D.N.

Notaire et conseiller juridique
Title attorney and legal adviser

1255, boul. Laird, bureau 366
Ville Mont-Royal QC H3P 2T1
Tél. : 514 903-1740
Fax : 514 903-1905
francois.menassa@notarius.net

Bayshore
Soins à domicile
Ressources Humaines / Human resources

Employé(e) ou client(e)?
Employee or client?

514.879.5657

Nous avons une place pour toi!
We have a something for you!

Demands client / Client inquiries
@ : montrealprivate@bayshore.ca

STE
SERVICE DE TRANSMISSION EXPRESS
centreducamionste.com
stetruckcenter.com

CENTRE DE MÉCANIQUE DE CAMIONS LOURDS ET LÉGERS SPÉCIALISÉ EN TRANSMISSIONS ET DIFFÉRENTIELS

VENTE • RÉPARATION • INSTALLATION
3190, Louis-A.-Amos, Lachine QC H8T 3J2
514 636-3777 | 1 800 827-9918

COMITÉ SOCIAL DE L'ASSOCIATION DES POMPIERS ET POMPIÈRES DE MONTRÉAL INC.

Par **Benoît Deschamps**, responsable du comité social



RABAIS CORPORATIFS



WWW.ADPM.QC.CA



CALENDRIER DES ACTIVITÉS*



SOIRÉE DANSANTE ET HOMARD À VOLONTÉ 27 mai 2023



TOURNOI DE GOLF À confirmer



PARTIE D'HUÎTRES À confirmer



DÉPOUILLEMENT D'ARBRE DE NOËL 16 décembre 2023

*Veuillez vous référer au site Web de l'Association des
Pompiers et Pompières de Montréal pour plus de détails :
www.adpm.qc.ca.



JAN PRO ENTRETIEN MÉNAGER COMMERCIAL

FRANCHISES DISPONIBLES

Browns
BrownsShoes.com

Proxim Pharmacie Sylvie Caron inc.

5515, rue Saint-Jacques, local 100, Montréal QC H4A 2E3
T 514 303-0660 • F 514 485-6767 • carons@groupeproxim.org

Lundi au vendredi :
9 h à 18 h
Samedi : 10 h à 15 h
Dimanche : Fermé

PHARMACIEN DE GARDE • SERVICE DE LIVRAISON

Membres affiliés à **Proximed**

espace aird
ATELIER • BUREAU • LOFT • STUDIO
ESPACES POUR ARTISTES CRÉATIFS

Perry Di Voia
CELL. : 514.969.3342
info@espaceaird.com
2063, Aird, bur. 108
Montréal H1V 2V9



DÉPANNEUR AU COIN DE LA TROIS

594, 3^e Avenue, Lachine H8S 2T7

514 634-4650

RBQ 1126-2763-16



PEINTURE INC.

PEINTURE - ENDUIT - APPLICATION DE VINYLE

FRED JASS Tél. : 514 489-0998
CASE POSTALE 52 Cell. : 514 996-3836
MONTRÉAL QC H4A 3P9 Téléc. : 514 489-8941

R.B.Q. : 5613-1253-01

SYSTÈME INCENDIE LECLERC

ADJOINT PRÉSIDENT
JONATHAN LECLERC
JLECLERC@INCENDIELECLERC.CA
Cell. : 438 930-4071
Tél. : 514 439-4071

8141, BOULEVARD YVES-PRÉVOST, ANJOU (QUÉBEC) H1K 1V7



46, Ste-Anne, local 2
Pointe-Claire QC
H9S 4K2

514 694-0380
babarbooks@gmail.com
livresbabarbooks.com

Pièces AUTO 10451, av. Drapeau
Montréal-Nord QC H1H 0A3
Tél. : 514.325.2226
514.325.4573

Réparation • Mécanique générale • Débrosselage
Carrosserie • Peinture • Assurance acceptée

Garage AUTO 10461, av. Drapeau
Montréal-Nord QC
H1H 0A3
Tél. : 514.313.8660

garage7jours.com
garage7jours@outlook.com

CHANTAL CODERRE
DIRECTRICE DES PROGRAMMES
SOCIÉTÉ RESSOURCES-LOISIRS
POINTE-AUX-TREMBLES

12125, rue Notre-Dame Est, Montréal (Québec) H1B 2Y9



Tél. : 514 645-4519, poste 224
Cell. : 514 250-6961
chantal.coderre@srpat.org
centreroussin.org

AVANCIE
LA TECHNOLOGIE DERRIÈRE VOTRE RÉUSSITE

Produits et services pour professionnels
NOTAIRES, AVOCATS,
HUISSIERS, COMPTABLES
Tél. : 514 657-2035 / 1 877 282-6244
avancie.com



L'INSTITUT LINGUISTIQUE DEPUIS PLUS
la référence pour apprendre l'anglais DE 50 ANS!

INSTITUT LINGUISTIQUE PROVINCIAL INC.
4930, rue Hochelaga, Montréal QC H1V 1E7
T 514 254-6011 F 514 254-1784 E ilp@2546011.com

Carmen Beulac 4372, av. Pierre-De Coubertin
Directrice des finances Montréal (Québec)
carmen@octo.ca H1V 1A6

GESTION GROUPEMENT D'ACHATS
T 514 525 8515, poste 201 | F 514 525 4409 | www.octo.ca

Corporation de Crédit du Canada 620, ch. Bord-du-Lac
Bureau 200, Dorval QC
MONTREAL TORONTO NEW YORK
T : 514.633.4475
1.877.695.4445

KAREN DAVID
karen@canadiancredit.ca
www.canadiancredit.ca

OMBRA SOLE

Emilio Petrongolo
Directeur Marketing et R & D
Cell. : 514 513-2229 • emilio@ombrasole.com

Usine et Salle d'exposition
8460, rue Pascal-Gagnon, Saint-Léonard
Montréal (Québec) H1P 1Y4
Usine • Tél. : 514 325-3332
Salle d'exposition • Tél. : 514 325-7776
S.F. : 1 877 525-7776 • info@ombrasole.com



KAWA & GARO

CAFÉ & RESTAURANT



7967, Hochelaga
Montréal (Québec)
H1L 2K9
Tél. : 514 894-1239

TAMPERGUARD

Solutions de sécurité inviolables

LALLEMAND INC.

Tél. : +1 514 522 2133

1620, Préfontaine | Montréal | H1W 2N8 | Canada

www.lallemmand.com • info@lallemmand.com



PUPUSERIA

PRODUITS MEXICAINS ET LATINO-AMÉRICAINS

4985, boul. Léger, Montréal-Nord QC H1G 1J7
514 329-0565



Tony Giancola - Président

Fabrication des moules | Usinage de précision | R&D
Prototypes 3D | Conception des produits

Tél. : 514 881-2233 • Cell. : 514 823-1363 • Téléc. : 514 881-2410
11455, av. Philippe-Panneton, Montréal QC H1E 4M1
tony.giancola@precitecsolutions.com • www.precitecsolutions.com



www.kinomuffler.ca
514 721-5191

kinomufflers@hotmail.com

8657, 8^e Avenue, Montréal QC H1Z 2X4

CAJH
MAÎTRES COIFFEURS

743, Atwater
Montréal (Québec)
H3J 2K3
T 514.932.6303
1.877.232.6303

Vous êtes une personne immigrante
ou réfugiée qui vient d'arriver au Québec?

PROMIS peut vous aider dans toutes
vos démarches d'installation et d'intégration!

Pour en savoir plus promis.qc.ca ou 514 345-1615



Vous êtes une femme de 18 ans et plus
cherchant un hébergement temporaire?

La résidence **Marie-Goretti**
propose plusieurs séjours à petits prix!



Glen Coull

72H, boulevard Brunswick, D.D.O. (Québec) H9B 2C5

RBQ 1371-4506-01

Bureau : 514 685.4950
fidelearsenault.ca

Nos portes franchies...
la guérison commence

Auberge Transition

Centre de consultation pour femmes victimes de violence
Consultation Center for Abused Women

C.P. 266 Succursale N.D.G., Montréal (Québec) H4A 3P6
T: 514 481-0495 F: 514 481-8926
aubtrans@gmail.com

SUELEE
DIVISION TACTIQUE - TACTICAL DIVISION

6336, boul. des Grandes-Prairies
Saint-Léonard, Montréal (Québec) H1P 1A2
T. 514 327-2399 • 1 800 555-5723
www.suelee.ca • info@suelee.ca

Service 24/7 514 891-9203
f.suelee.ca

Restaurant **Ho Quom**

Cuisine Authentique
Vietnamienne

2605, Jean-Talon Est, Montréal QC H2A 1V1

COMMANDEZ EN LIGNE
www.hoquom.ca
Apportez votre vin
514 507-8598

CONSTRUCTION
OPERA
FINITION DE BÉTON

FINITION DE PLANCHER DE BÉTON
www.constructionopera.com
construction.opera@bellnet.ca
RBQ : 8003-3566-65

Clinique de denturologie
You Him Tea

Prothèses complètes
et partielles amovibles
Prothèses sur implants, etc.

9271, boul. Viau, Montréal QC H1R 2V7 514.831.7688

COMPLEXE LE BARON
SIEGE SOCIAL

6020, rue Jean-Talon Est, bur. 850
Montréal (Québec) H1S 3B1
Tél. : 514 255-4441
Télé. : 514 255-4456

Restaurant
Martini Pizza

Nous n'achetons que des produits de première qualité
METS ITALIENS • PIZZAS • SOUS-MARINS

514 388-9672 • 514 387-0220
9481, LAJEUNESSE (COIN LOUVAIN)
LIVRAISON RAPIDE ET GRATUITE MINIMUM 8 \$

SOLUTIONS MULTI-NETTOYAGE

ESTIMATION GRATUITE! 514.910.6257

SERVICES : RÉSIDUEL, COMMERCIAL ET INDUSTRIEL
NOS SERVICES SONT DE QUALITÉ ET
ILS SONT OFFERTS SELON VOS BESOINS
6087, rue Pascal, Montréal QC H1G 1T1
ambi.entretien@gmail.com

GUARD-X INC.
PROTECTION INCENDIE
FIRE PROTECTION

Alarmes Incendie - Extincteurs - Glacières - Systèmes d'extinction - Ingénierie
Fire Alarms - Extinguishers - Freezers - Fire suppression systems - Engineering

T 514 277-2127
F 514 277-1518
www.guard-x.com
Guard-X inc.
10600, boul. Parkway
Montréal QC H1J 1R6

Gulf
LUBEXPRESS

André Piché
Propriétaire
Lun. au ven. : 8 h à 18 h
Jeudi jusqu'à 20 h
Sam. : 9 h à 15 h

CHANGEMENT D'HUILE RAPIDE
8055, boul. Langelier, St-Léonard QC H1P 2B7
Tél. : 514 852-9181
Fax : 514 852-3832
info@gulfubexpress.com

24KUTS
SALON BARBIER

6479, rue Beaubien Est
Montréal QC H1M 1B1
514 903-5887

LES MARCHÉS OASIS
Halal

1513, boul. Henri-Bourassa E., Montréal QC H2C 1H6 Tél. : 514 227-1897

Kiko
MUFFERS Kiko
Le solución problema del RRRRIDO

8532, 9^e Avenue
Montréal QC H1Z 2Z5
514 722-6603
514 722-0091

Francisco
9499, boul. Henri-Bourassa Est
Montréal QC H1E 1P7
514 643-0007
514 643-2512

kikomuffer.ca • kikomuffer@hotmail.com

Transport - Remorquage - Déneigement
24 h, 7 jours, local ou longue distance
Lourd et Léger

514 259-5955
Sans frais : 1-877-257-9595
www.transport-remorquage.com

Produits écologiques
faits au Québec

La Mistinguette
Boutique écoresponsable

Mode, bijoux et accessoires
Produits de soins corporels - Savon en vrac
Articles pour la maison... et plus encore

4537, Wellington
Verdun (Québec) H4G 1W8
514 508-8887
www.lamistinguette.ca • info@lamistinguette.ca

Développement Immobilier Sylmig
Div. 9253-0161 Québec inc.

Rénovation générale
RBQ : 5640-2399-01

Sylvain
514 582-5650
sylmig25@outlook.com

Finition intérieure / extérieure • Plancher de bois et flottant
Pose de gypse • Céramique • Peinture • Joints • Patio

PAIN D'ÉP
BOULANGERIE ARTISANALE

3296, RUE ST-ANTOINE OUEST
(COIN AVENUE GREENE)
MONTRÉAL (QUÉBEC) H4C 1A7
MÉTRO LIONEL-GROULX
T. 514 507-5356

Hommages aux Pompiers
4002 5007

Entraide
ukrainienne
de Montréal
inc.

Суспільна
служба
українців
Монреалія

3300, boul. Rosemont, bureau 201
Montréal (Québec) H1X 1K2
Tél. : 514 729-9540
Télé. : 514 729-2745
entraide1@bellnet.ca

BOUCHERIE CHARCUTERIE
LIVRAISON GRATUITE

761, rue de Liège Ouest
Montréal QC H3N 1B1 514 271-7921

Dunn's
MONTREAL'S ORIGINAL
DEPUIS
SINCE 1927

514 731-2424
dunnscarie@gmail.com
www.dunnscarie.ca
7385, boul. Décarie, Montréal QC H4P 2G8

CARLOS LONDONO
Déménagement et livraison

514.621-2163 Carlos Transport

CONWELL INDUSTRIEL INC.

1185, Jean-Talon Est
Montréal (Québec) H2R 1V8 Canada
Tél. : 514 278-0880
Télé. : 514 278-3236

M.A.S.C.A.R-AUTO
MEILLEUR PRIX GARANTI

Maintenance
Assistance
Scanner
Contrôle
Antirouille
Réparation

8515, rue du Champ-d'Eau
Saint-Léonard, Montréal QC H1P 1Y1
Cellulaire : 514 962-4269
Bureau : 514 326-2512
MÉCANICIEN : LARBI SEDIKI
mascar-auto@hotmail.com

MFLEURS

VOTRE ATELIER DE BOÎTE DE ROSE DE LUXE

9260, Henri-Bourassa Ouest
Saint-Laurent H4S 1L5
info@mfleursmtl.com
514.334.7405
www.mfleursmtl.com



2288, FLEURY EST • MONTRÉAL H2B 1K6

Visitez nos sites Web
www.cupidon-fleuriste-florist.com
www.cupidonfleuriste.com
TÉL. : 514 382-6111
SANS FRAIS : 1 800 361-6111
TÉLÉC. : 514 382-5025



www.delimiami.com
3090, rue Sherbrooke Est

525 0600



OUVERT
24H

**Scrapbook centrale**

PRODUITS • CLASSES • CROPS

NATALIE WEISER
Courriel : scspecialorders@gmail.com

3349, boul. des Sources
D.D.O. (Québec)
H9B 1Z8

Tél. : 514 683-5558
888 383-5558

**LogicaSport**

www.LogicaSport.com



161, St-Viateur O.
Montréal QC H2T 2L4

Nos spécialités
Cochon de lait - Petit Cochon - Dinde
Lapin - Pommes de terre au four
Saucisses

TÉL. : 514-271-3728



Technicien certifié cd5

9328-9759 Québec inc.

Luc Desjardins
Président

399, rue Marien
Montréal QC H1B 5R8

514 797-2572



LOGISTIQUES PBR
PBR LOGISTICS

Robert Ouellette, président

rouellette@pbrlogistics.com

www.pbrlogistics.com

514 648-6674 □ 514 820-9225

11500, Henri-Bourassa Est
Montréal QC H1C 1S9

Avec les hommages :

Tél. : 514 277-8300

COIFFURE SHELLEY WIG & HAIR SALON

5894A, avenue du Parc, Montréal (Québec) H2V 4H4



desécores
CONSTRUCTION

RBQ : 5728-5702-01

François D. Boudreau
ENTREPRENEUR GÉNÉRAL
514.224.8238 info@desecores.com

Ébénisterie Steadman

Robert E. Steadman Cell. : 514 623-5987

steadmanroberte@gmail.com



L. Jean Caron, président

4200, boulevard Saint-Laurent, bur. 1140
Montréal (Québec) Canada H2W 2R2
T 514 908-5141 (direct) F 438 320-6227
ljcaron@antrev.com www.antrev.com



PORTES • FENÊTRES • PEINTURE EN POWDER

FRANCO PALMITANO
franco.palmitano@gmail.com
8183, BOUL. LANGELIER
SAINT-LÉONARD (QUÉBEC) H1P 2B7
T 514.326.0082 514.326.0086
C 514.574.9311 RBQ 5787-5817-01

INSERTECH
TECHNOS ET ENGAGÉS

4820, RUE MOLSON | INSERTECH.CA

- ORDIS ÉCORESPONSABLES
- RÉPARATION ET ENTRETIEN
- COURS/ACCOMPAGNEMENT



Dépanneur
Cité
L'Acadie

514 507-3885

10580, place de l'Acadie
Montréal (Québec) H4N 0B3



**LIQUIDATION
D'ÉLECTROMÉNAGERS**

1601, Dickson, Montréal QC H1N 3T4
info.mtl@bonprixelectromenagers.com

Ahmed Feki • 514 899-1122

**Académie de Karaté Shotokan à Saint-Léonard**

WWW.KARATESHOTOKANSAINTELEONARD.CA

YOUTUBE.COM/SHOTOKANSTLEONARD

ANGELO BAACO, instructeur

T : 514.967.2293 • E : ANGELO.BAACO@GMAIL.COM



2334 2801 QUÉBEC INC.

URGEL BLAIS, président

360, rue Merton, Saint-Lambert QC J4P 2W5
urgel.blais@placements-cga.com

Cell. : 514 592-4520
Téléc. : 450 465-8612

www.logements-le-jardin.com

**& TOM
CAPUCINE**

2305, ch. Rockland
Ville Mont-Royal QC
H3P 3E9
t. 514.342.0005 • f. 514.341.0005
www.tometcapucine.com



Judo adulte
compétitif et récréatif

Judo ado élite

Judo enfant (5-13 ans)

1822A, rue des Carrières
Montréal (Québec) H2G 1W3

Contacts

Sarah Mazouz - 514 651-2922
(Jeux olympiques de Rio et de Tokyo)
smazouz@ernstlaraquefitness.com

Ernst Laraque - 514 701-3767
Directeur technique et entraîneur
(Jeux olympiques de Sydney et d'Athènes)



Service et tranquillité d'esprit

Roger Rivard
Représentant

5644, rue Hochelaga, Montréal (Québec) H1N 3L7 Canada

Tél. : 514 256-0050 • Cell. : 514 583-3694 • Téléc. : 514 256-1650
roger@transportslacombe.com • www.transportslacombe.com



SERVICES
D'ENTRETIEN
D'IMMEUBLES

info@nicovalservices.com

514.770.2241

www.nicovalservices.com

CHARCUTERIES

VIENS

COLD CUTS

ALIMENTS VIENS

4556B, ST-LAURENT
MONTREAL QC H2T 1R3
514 379-4666

ALIMENTSVIENS.CA
@ALIMENTSVIENS

CENTRE DE PNEUS MONTRÉAL-EST

BEAU. BON. PAS CHER

Tony Venafro

11251, RUE NOTRE-DAME EST
MONTRÉAL-EST QC H1B 2W2 • 514 507-5177

8100, BOULEVARD PIE-IX
MONTREAL QC H1Z 4P1
514 376-5454

9464, BOULEVARD LACORDAIRE
SAINT-LÉONARD QC H1R 0C4
514 327-1646

Tim Hortons

ALWAYS FRESH
TOUJOURS FRAIS

Marc Lamarche, 9066-1208 Québec inc.

CHEZ SIMON CANTINE URBAINE

8517, rue Hochelaga, Montréal (Québec) H1L 2M1

438 375-9281

MTLPLOMBERIE.CA

info@mtlploMBERIE.ca

514 312-2737

8955B, rue Meilleur
Montréal (Québec) H1R 2A3

NORTHROYAL RENOVATION

Extérieur • Intérieur
Isolation
Carrelage

Réparation de fondations
Drain français
Armoires de cuisine • Douche vitrée

Farhad R.B.Q. : 5751-5074-01

356, rue de l'Église
Montréal QC H4G 2M4

514 730-1833
info@northrr.ca
www.northroyalrenovation.com

ANGUS SHOPS

LABARAKE

Caserno à Manager

SKIP THE DISHES

DOORDASH

UBER eats

POUR EMPORTER ET LIVRAISON

COMMANDEZ AUJOURD'HUI

514.521.0777 | INFO@LABARAKE.COM | LABARAKE.COM

3165, RUE RACHEL EST, MONTRÉAL (QUÉBEC) H1W 1A3

Avec les hommages :

Tél. : 438 838-6858

Environnement Paval inc.

11655, 39^e Avenue, Montréal QC H1E 6H1

SERVICE DE MAINTENANCE JGG

ENTRETIEN RÉNOVATION

R.B.Q. 5683-1010-01 (REQ) - 2246947883

Installation de :

- Céramique
- Plancher flottant
- Armoires / Comptoirs
- Salle de bain complète

Jean-Guy Girard
Contracteur

Téléphone - 438 396-5392
girardjeanguy@rocketmail.com

Catherine Colosimo

Montréal (Québec) - 514 262-7497

colosimoart@gmail.com catherinocolosimo.com

Guérin Scholar's Press

Éditions de Recherche

www.guerinscholarspress.com

Tél. : 438-934-9894

EBENE MODE

6000, BOUL. HENRI-BOURASSA EST, MTL H1G 2T6
438 886-5120 / 514 400-2337

7275, RUE SHERBROOKE EST, MTL H1G 2T6
514 400-9486 / 438 886-5120

www.ebenemode.ca ebenemode vyamaska@yahoo.ca

CASA MINHOTA

Cuisine Portugaise • Bar

3959, boul. Saint-Laurent, Montréal QC H2W 1Y4

Tél. : 514.842.2661 Téléc. : 514.842.7491

www.casaminhota.com casaminhota@bellnet.ca

Avec les hommages :

BSHYS Électrique

Tél. : 514 224-3003

4956, rue Belleville, Pierrefonds (Québec) H8Z 2S7

DHB VALVES

12850, rue Jean-Grou
Montréal (Québec) H1A 3N5

Téléphone : 1 514 353-4196

www.dhbvalves.com

RBQ : 5684-1406-01

La Boîte à outils AB

2010, rue Jacques-Hertel, Montréal QC H4E 1R1

514 791-1652

STICK2™

Communication Graphique

stick2.com

LESPAPICHURROS

#199

7275, rue Sherbrooke E.
Montréal QC H1N 1E9

lespapichurros@gmail.com
514 999-5190

BESOIN D'AIDE?

Lucie Bélanger, TRA

THERAPEUTE EN RELATION D'AIDE

514 769-5183

lucieb91@hotmail.com

www.tramontrealsud.ca

COOPERATION INTERNATIONALE
DES THERAPEUTES EN RELATION D'AIDE
DU CANADA

Twilight Capital

Nikolas Perrault, CFA
CEO

Tour de la Bourse, 43^e étage
800, Square Victoria
Montréal (Québec) H4Z 1H1

nikolas@twilightcapital.ca

514 566-2462

DENICOURT

ARPENTREURS | GÉOMÈTRES
QUÉBEC LAND SURVEYORS

LES EXPERTS DE LA MESURE DEPUIS plus de 40 ans!

Plus de 250 000 dossiers près de chez vous

1 877 882-3096 | DENICOURT.CA

Montréal | Grand Montréal | Estrie

Agricole • Commercial • Industriel • Résidentiel

Sébastien Rheault | Arpenteur-géomètre | Président

Les Entreprises

HENRIPIN

ESTIMATION GRATUITE

Les Entreprises Henripin Inc

Roger Henripin • 514 995 0966

INSTALLATION • FABRICATION

- ESCALIERS • RAMPES • SOUDURES
- BALCONS DE FIBRE DE VERRE
- POUTRES D'ACIER • TERRASSES / PATIOS / PERGOLAS
- AUVENTS • GRILLAGES DE SÉCURITÉ

lesentrepriseshenripin@gmail.com

www.entrepriseshenripin.ca



TÉL. 514 694-4922
TÉLÉC. 514 694-1933
linda@wmi.qc.ca

METALS INC.
LINDA KREWERTH
149, ALSTON
POINTE-CLAIRE QC H9R 5V8

WWW.WORLDCOMNAILSUPPLY@GMAIL.COM

WORLD COM BEAUTY SUPPLY INC.

Distributeurs de produits de manucure

127, CRÉMAZIE O., MONTRÉAL QC H2N 1L5
TÉL. 514 333.1792 514 333.2839 TÉLÉC. 514 333.0319
COURRIEL : IMEXNAILSUPPLY@GMAIL.COM

Avec les hommages :

4002 5147



METOFIL INTERNATIONAL inc.

PRODUITS EN FIL MÉTALLIQUE
EMBOUTISSAGE DE MÉTAUX
MATÉRIAUX POUR COFFRAGE
ANCRAGES POUR MAÇONNERIE

11840, 55^e Avenue
Montréal (Québec) H1E 2K3
Tél. : 514 354-7090
info@metofil.ca



Tél. : 514 484-9661

5950, chemin de la Côte-des-Neiges, bureau 475
Montréal (Québec) H3X 1Z6

Un verre n'est jamais assez?

AA87.ORG Alcooliques Anonymes
514.376.9230

Avec les hommages :

4002 5015

Tous nos hommages :

Les Productions de l'Encrier Itée



BOCLE INC.

ENTREPRENEUR EN ÉLECTRICITÉ

André Boivin • bocle.inc@hotmail.com

1689, TOUR-DU-LAC 5165, GOUIN EST
RIVIÈRE-ROUGE QC J0T 1T0 MONTRÉAL-NORD QC H1G 6A3
TÉL. : 819 275-1215 TÉL. : 514 327-6494



ACCUEIL ET INTÉGRATION • PARENTS JEUNESSE
FRANÇISATION • EMPLOI • FEMMES DU MONDE
ÉDUCATION POPULAIRE ET VIE COMMUNAUTAIRE
la diversité nous rapproche

www.cari.qc.ca 514 748-2007

Avec les hommages :

Missionnaires
des Saints Apôtres

Tous nos hommages :

4002 5215



Cuisine indienne

514 · 421 · 3130
5011, boul. des Sources
Pierrefonds (Québec)

GESTION IMMOBILIÈRE
PARÉ ET CHARRON

Location de logements
Montréal – Ahuntsic
514 382-3208



DÉBLOCAGE DE RÉSEAUX • VENTE DE PORTABLES • ACCESSOIRES • RÉPARATIONS
5910, CÔTE-DES-NEIGES, MONTRÉAL QC H3S 1Z5 • 514.733.7386 • 514.919.8472
2287, CHEMIN GASCON, TERREBONNE QC J6X 4H3 • 450.326.0911
WWW.REVOLUCCELL.COM • INFO@REVOLUCCELL.COM



FINANCES
AU FÉMININ

JO-ANNE CARETTE

Représentante de courtier
en épargne collective
Téléphone : 514 508-5082



Michael Rosati

2200, Transcanadienne
Pointe-Claire (Québec) H9R 1B1
T : 514.631.2022 • C : 514.821.7038
E : michaelrosati@intramodal.ca
Intramodal.linkedin.com

AVOCAT EN DROIT DE LA FAMILLE

REYNOLDS AVOCAT

10390, GRANDE ALLÉE
MONTRÉAL (QUÉBEC) H2L 2M3
tél. : 514 272-8748 téléc. : 514 272-5139
jeanreynoldsavocat@videotron.ca



Les Sœurs Missionnaires
du Christ-Roi

5555, rue de Salaberry
Montréal QC H4J 1J5
www.missionnairescr.org

Apportez votre vin

Lin-time

4619, Wellington, Verdun (Québec) H4G 1X1

Avec les hommages :

ENTREPRENEUR GÉNÉRAL
RÉNOVATION ET CONSTRUCTION
CUISINE ET SALLE DE BAIN
LICENCE R.B.Q. 2992-1681-51
CELL. 514 983-3868



PIÈCES D'AUTO ORIGINAL
475, Michel-Jean, Dorval QC
T. 514 4.888.2000 • F. 514.835.1807
PIÈCES D'AUTO ORIGINAL
1441, boul. Paréville, Pierrefonds QC
T. 514 4.884.8604 • F. 514.884.8605
PIÈCES D'AUTO ORIGINAL
4250, rue St-Jacques Ouest, Montréal QC
T. 514 4.888.8007 • F. 514.835.2048



Yann Bris

1960, rue Notre-Dame O.
Montréal (Québec)
H3J 1M8
Tél. : 514 507 5017
spanel.ca

Dépanneur 32^{ème}

Livraison de
9 h à 22 h 30

13181, René-Lévesque Est, Pointe-aux-Trembles



514.498.4935



YANNIS PALMER, partenaire

11678, BOUL. DE SALABERRY
DOLLARD-DES-ORMEAUX (QUÉBEC) H9B 2R8

T 514 685.0380 • C 514 473.4299
F 514 685.0804
YPALMER@PMOISSON.COM

Votre participation est importante pour nous

École de Conduite Mario Enzo
Depuis 1964 - Cours Anglais et Français
6381, boul. Robert, St-Léonard QC H1P 1N2

ecoleconduite.marioenzo@bellnet.ca 514 852-2833
www.conduitemarioenzo.com Pino Ragusa • Vincenzo Sposato

KLFLO
mollers inc.

Jacek Kasprzyk, président
225, avenue Avro
Pointe-Claire (Québec) H9R 6A9
T. 514.459.0153 F. 514.459.0157
info@klflo.com www.klflo.com

Services financiers
Pierre Bélanger
Mélanie Séguin
CONSEILLÈRE EN
SÉCURITÉ FINANCIÈRE
514 351.3471

BELANGER@STIMPTQ.CA

M^{re} Melissa Lauren Neuwald Woodelman
Notaire & Conseillère juridique / Notary & Legal Counsel
5105, rue Sherbrooke O./W., Suite 320, Montréal (Québec) H4A 1T0
514.907.9450 • www.melissaneuwald.com • m.neuwald@notarius.net

Parquet Deluxe LaSalle inc.
P.D.L. inc.
Spécialiste en planchers de bois franc
Hardwood Floors Specialist
Import-Export Wood Flooring
8811, Elmslie LaSalle QC H8R 1V4
Tél. : 514 364-9760
info@parquetdeluxe.com www.parquetdeluxe.com

CÉRAMIQUE BRASSARD
www.ceramiquebrassard.com
ANDRÉ BRASSARD Artisan carreleur
brassard_a@yahoo.fr 514.387.2219

ACRO YOGA BALLET BARRE CALLISTHÉNIE
CARDIO-BOXE ESSENTIALS METAFIT (HIIT) METAPWR
MUSCULATION PILATES TRX YOGA ZUMBA
inspireaplus.ca
514 770 5778 Rosemont
COURS EN PETIT GROUPE ET ENTRAÎNEMENT PRIVÉ

TFI Foods
Les Aliments TFI Ltée
Paul Kang, directeur général
6850, P.E.-Lamarche, St-Léonard QC H1P 3L6
t: 514 327-7507, poste 208
f: 514 327-0758 / 514 327-0662
c: 514 820-6888
e: paul.kang@taifoongmtl.ca
www.tfifoods.com

DCA
Décoration Conseil Aménagement Itée
Boutique et Service de Décoration
1333, rue Fleury Est
Montréal QC
514 385-6631
decorationconseildca.com

Tous nos hommages :
EQUIPEMENT ELISLE INC.

PEINTURE JDP
5 1 4 4 9 7 - 1 9 2 6

Avec les hommages : Tél. : 514 274-4480
Parisolab inc.
7355, boul. de l'Acadie, bur. 1008, Montréal QC H3N 2V7

S.C. & CO.
TÉL. 514.381.5963 | 333, CHABANEL OUEST, BUREAU 555
TÉLÉC. 514.381.4064 | MONTRÉAL (QUÉBEC)
H2N 2E7

Comptabilité & Impôt Solutions inc.
Comptable - Fiscaliste, Spécialiste
canadienne à la paie
438 931-5510
Irina Enachi
Irinaenachi@yahoo.com
9110, boulevard Lacordaire H1R 2B3

Tous nos hommages :
Répare-moi vite

Puits De Lumière
SKYLIGHTS MONTREAL
Made In Canada
Produit du Canada
www.skylightsmontreal.ca
info@skylightsmontreal.ca
Montréal 438 492-1584
Ottawa 613 606-1584
Fabrication et installation professionnelles de puits de lumière
à Montréal, Ottawa et Québec

F.X. Depuis 1926
Jean Bissonnette
Électricien
F.X. Ponton Ltée
ENTREPRENEURS ÉLECTRICIENS
3950, WELLINGTON, VERDUN QC H4G 1V3
514 768-2534 • téléc. : 514 768-0325 • www.fxpointon.ca

IMAX Esthétique
3389, Jean-Talon Est, Montréal QC H2A 1W7
438 935-0508 Pour prendre rendez-vous!
Soins du visage - Soins corporels
Épilation à la cire
Extension de cils

Spécialiste EUROTECH
Diagnostic électrique
Mécanique générale
Mehmet Demirag
Tél. 514 225-1312
Cell. 514 582-0313
info@eurotechspecialist.com
www.eurotechspecialist.com
4850, boul. Saint-Charles
Pierrefonds (Québec) H9H 3E1

ENTREPRISE ELECTRIQUE FLOR & SAN INC.
R.B.Q. : 8303-5816-34
MARTIN ROCHON
1380, rue Prieur Est
Montréal (Québec) H2C 1L2
C : 514 668-4931
martin@florsan.ca

Tous nos hommages : Tél. : 514 947-1964
Acupuncture Truc Kim Dung
3220, boul. Rosemont, Montréal QC H1Y 1M7

entracte
rénovation
514 475-7907

Cantine EMILIA
7901, rue Saint-Dominique, Montréal QC
514.543.4313 • cantineemilia.ca
75, rue Saint-Viateur O., Montréal QC
438.375.9010 • @cantineemilia
30, rue Sainte-Catherine O., Montréal QC
438.836.6463
franchises disponibles

Avec les hommages : Tél. : 438 380-2886
Boutique de l'Amitié
2480, rue Bélanger, Montréal QC H2G 1E5

MARIE-MADELEINE LOCHET
Comptable professionnelle agréée
Services comptables pour les entreprises
canadiennes et françaises
Offerts en français et en anglais
Canada 438 490 2924
France 06 95 75 17 50
info@consulting-mmca.com
consulting-mmca.com

BARBIER
Réservez en ligne! - Book online!
barbiertourduchapeau.ca
4148, rue de Verdun
438 387-4694
facebook

NM Spa Beauté
Votre bien-être, notre priorité
Coiffure
Soins esthétiques
Manucure
Pédicure
Pose de cils
514.839.1711
NM Spa Beauté
#nmspa.beauté
www.nmspa.beauté.com

WILENSKYS
34, av. Fairmount Ouest
Montréal QC H2T 2M1
514 271-0247
www.wilenskys.com

S2
DESIGN & CONSTRUCTION
CHARLES SENEZ
PRÉSIDENT
514 476-5080
CSENEZ@S2DC.CA
S2DC.CA
RBQ 5687-6857-01

IA
Groupe financier
7655, boul. Newman, bur. 207
LaSalle (Québec) H8N 1X7
514 364-0179
C. : 514 265-4653
francis.gagne@agc.ia.ca
1 888 364-0179 F. : 1 877 781-7403
Francis Gagné, B. Sc.
Conseiller en sécurité financière
Industrielle Alliance,
Assurance et services financiers inc.
Cabinet de services financiers

Index des annonceurs

ABSORBANTS POUR VOITURES

ABSORBPUR.....21

ACTUAIRES

SAI SERVICES ACTUARIELS • CHARLES ST-AUBIN,
FICA, FSA, ASSOCIÉ.....25

AGENCES DE PLACEMENT EN ALIMENTATION

SACRÉE SOIRÉE.....21

AGENCES DE VOYAGES

STEW TRAVEL.....16

AIDE AUX IMMIGRANTS

PROMIS.....28

ALARMES

ALARME EXCELLENCE INC.....24

ALARMES D'INCENDIE

GUARD-X INC.....29

ALARMES ET CAMÉRAS DE SURVEILLANCE

SYSTÈME DE SÉCURITÉ PERSTA.....21

ALCOOLQUES ANONYMES

ALCOOLQUES ANONYMES.....32

ALIMENTATION

MARCHÉ PARADISE LASALLE.....23

ALIMENTATION-MARCHÉS

LE GROUPE LAGORIA • L'INTERMARCHÉ.....21

MARCHÉ IRMA.....28

ALUMINIUM ET REVÊTEMENT EXTÉRIEUR

FIDÈLE ARSENAULT INC.....28

APPARTEMENTS À LOUER

GESTION IMMOBILIÈRE PARÉ ET CHARRON.....32

APPARTEMENTS-LOCATION

APPARTEMENTS LE JARDIN.....30

ARCHITECTES

JEAN-PIERRE BART, ARCHITECTE.....20

ARCHITECTURE-DESSINS

CAD CONCEPT CONSULTANTS.....19

ARPEUTEURS-GÉOMÈTRES

DENICOURT, ARPEUTEURS-GÉOMÈTRES.....31

ART

CATHERINE COLOSIMO.....31

ART ET CULTURE

ESPACE AIRD.COM.....28

ASSURANCE-COURTIERS

BURROWES COURTIER D'ASSURANCES.....

.....COUVERT EXTÉRIEUR ARRIÈRE

ATELIERS DE MÉCANIQUE

ATELIER DE MÉCANIQUE ADP.....19

AUTOMOBILES-CONCESSIONNAIRES

AUDI WEST-ISLAND.....20

AUVENTS-GAZEBOS-RIDEAUX

MOTORISÉS-MANUFACTURIERS.....

AUVENTS OMBRASOLE.....28

AVOCATS EN DROIT FAMILIAL

REYNOLDS AVOCAT.....32

BALCONS, RAMPES ET ESCALIERS

LES ENTREPRISES HENRIPIN INC.....31

BARBIERS

SALON BARBIER 24 KUTS.....29

BOUCHERIES ET ÉPICERIES

LES MARCHÉS OASIS.....29

BOULANGERIES

PREMIÈRE MOISSON.....32

BOULANGERIES ARTISANALES

BOULANGERIE PAIN D'ÉPI.....29

BOULANGERIES ET PÂTISSERIES

VIANOU BOULANGERIE • PÂTISSERIE.....25

BOUTIQUES

BOUTIQUE DE L'AMITIÉ.....33

BOUTIQUES D'OUTILLAGES ET ÉQUIPEMENTS

TACTIQUES

SUELEE.....29

BOUTIQUES-CADEAUX

LA MISTINGUETTE.....29

BUANDERIES

BUANDERIE VILLERAY LTÉE.....25

CAFÉS

KAWA ET GARO.....28

CAMIONS-RÉPARATION ET ENTRETIEN

STE SERVICE DE TRANSMISSION EXPRESS.....25

CANTINES

CHEZ SIMON CANTINE URBAINE.....31

CARROSSERIES

PREMIUM BODY SHOP.....24

CELLULAIRES

REVOLUCCELL.....32

CELLULAIRES-RÉPARATION

SOLUMOBILE.....22

CENTRES D'EMPLOIS

CARREFOUR JEUNESSE EMPLOI RIVIÈRE-DES-PRAIRIES.....25

CENTRES D'ENTRAÎNEMENT

INSPIRE A+.....33

CENTRES D'HÉBERGEMENT

MAISON DES GREFFÉS LINA CYR.....25

CENTRES DE LA PETITE ENFANCE

CPE BEAU SOURIRE INC.....25

CÉRAMIQUE

CÉRAMIQUE BRASSARD.....33

CHARCUTERIES

ALIMENTS VIENS.....31

CHARIOTS ÉLÉVATEURS-LOCATION

LES CHARIOTS ÉLÉVATEURS GAGNON.....22

CHAUSSURES

BROWNS CHAUSSURES.....28

CIMETIÈRES

LE REPOS SAINT-FRANÇOIS D'ASSISE.....24

CLINIQUES D'OPHTALMOLOGIE

CLINIQUE D'OPHTALMOLOGIE BELLEVUE.....18

CLINIQUES DU SOMMEIL

LA BOITE À CPAP.....17

COIFFURE

COIFFURE SHELLY WIG & HAIR SALON.....30

BARBIER TOUR DU CHAPEAU.....33

COLLÈGES

COLLÈGE JEAN-DE-BRÉBEUF.....24

COMMUNAUTÉS RELIGIEUSES

SŒURS DE LA PROVIDENCE PROVINCE ÉMILIE-GAMÉLIN.....25

COMMUNICATIONS GRAPHIQUES

STICK 2.....31

COMPTABILITÉ

COMPTABILITÉ ET IMPÔT SOLUTIONS INC.....33

CONSULTING MMCA SERVICES CONSEILS •

MARIE-MADELEINE LOCHET, CPA.....33

COMPTABILITÉ ET FISCALITÉ

JMG SOLUTIONS D'AFFAIRES INC.....19

COMPTABLES PROFESSIONNELS AGRÉÉS

ANTONIO LAPENNA • CPA AUDITOR - PARTNER.....25

CONCESSIONNAIRES

EXCEL HONDA.....23

CONCESSIONNAIRES D'AUTOMOBILES

NISSAN GABRIEL ST-JACQUES.....21

CONSEILLERS EN SÉCURITÉ FINANCIÈRE

FRANCIS GAGNÉ, CONSEILLER EN SÉCURITÉ

FINANCIÈRE • IA GROUPE FINANCIER.....33

CONSTRUCTION

CONSTRUCTION OPÉRA INC.....29

S2 DESIGN & CONSTRUCTION.....33

COOPÉRATIVES

CORPORATION DE CRÉDIT DU CANADA.....28

COURRIER-SERVICE

PUROLATOR.....25

COURS DE LANGUES

INSTITUT LINGUISTIQUE PROVINCIAL INC.....28

COURTIERS IMMOBILIERS

DORIS DIMITRI INC. • CHARISMA AGENCE IMMOBILIÈRE.....23

STANLEY NAU • ROYAL LEPAGE.....22

COUVREURS

RENÉ PERRON COUVREURS.....23

CRÊPERIES

SPANEL CRÊPES & GOURMETS.....32

DÉCORATION ET DESIGN

DÉCORATION CONSEIL AMÉNAGEMENT LTÉE.....33

DENTISTERIE

DENTAL STUDIO KERENOR STUDIO DENTAIRE.....25

DENTISTES

CLINIQUE DENTAIRE ORCHIDÉE.....20

DENTUROLOGISTES

CLINIQUE DE DENTUROLOGIE YOU HIM TEA D.D.....29

DÉPANNEURS

4002 5007.....29

DÉPANNEUR CITÉ L'ACADIE • BONI-SOIR.....30

DÉPANNEUR AU COIN DE LA TROIS.....28

DÉPANNEUR 32ÈME.....32

DÉPUTÉS

TRÈS HONORABLE JUSTIN TRUDEAU, DÉPUTÉ PAPINEAU;

Index des annonceurs (suite)

RACHEL BENDAYAN, DÉPUTÉE OUTREMONT; FAYÇAL EL-KHOURY, DÉPUTÉ LAVAL-LES ÎLES; HONORABLE MARC GARNEAU, DÉPUTÉ NOTRE-DAME-DE-GRÂCE-WESTMOUNT; HONORABLE STEVEN GUILBEAULT, DÉPUTÉ LAURIER-SAINT-MARIE; ANTHONY HOUSEFATHER, DÉPUTÉ MONT-ROYAL; EMMANUELLA LAMBROPOULOS, DÉPUTÉE SAINT-LAURENT; PATRICIA LATTANZIO, DÉPUTÉE SAINT-LÉONARD-SAINT-MICHEL; SORAYA MARTINEZ FERRADA, DÉPUTÉE HOCHELAGA	15
DISTRIBUTEURS	
DISTRIBUTION VINCENZO GUERRIERO	20
COURCHESNE LAROSE IMPORTATEUR DE FRUITS ET LÉGUMES	24
DONS	
MISSIONNAIRES DES SAINTS APÔTRES	32
RÉPARE-MOI VITE	33
DROIT CRIMINEL ET PÉNAL	
ME JEAN-LOUIS POULARD, AVOCAT - DROIT CRIMINEL	23
DROIT DU TRAVAIL	
PHILION LEBLANC BEAUDRY, AVOCATS S.A.	25
DROITS MATRIMONIAUX	
MFL • MONTREAL FAMILY LAW • TEITELBAUM LIBRATI ET MURIEL LIBRATI, AVOCATS	25
ÉCLAIRAGE	
SKYLIGHTS MONTREAL	33
ÉCOLES	
ÉCOLE LE SOMMET / SUMMIT SCHOOL	24
ÉCOLES DE CONDUITE	
ÉCOLE DE CONDUITE MARIO ENZO	33
ÉDITEURS	
GUÉRIN SCHOLAR'S PRESS	31
ÉDUCATION	
COLLÈGE CANADA / CANADA COLLEGE	22
ÉLECTRICIENS	
BOCLE INC.	32
F.X.PONTON LTÉE	33
ÉLECTROMÉNAGERS	
BONPRIX ÉLECTROMÉNAGERS	30
EMBALLAGES	
TAMPERGUARD	28
ENTREPÔTS	
LES ENTREPÔTS INTRAMODAL	32
ENTREPRENEURS ÉLECTRICIENS	
BSYS ÉLECTRIQUE	31
ENTREPRENEURS GÉNÉRAUX	
CONSTRUCTION LILJA C.O.R.P.	25
ENTREPRISES ÉLECTRIQUES	
ENTREPRISE ÉLECTRIQUE FLOR & SAN	33
ENTRETIEN COMMERCIAL	
JAN-PRO	28
ENVIRONNEMENT	
NRJ	19
ENVIRONNEMENT PAVAL INC	31

ÉPICERIES	
SUPERMARCHÉ LIÈSSE SUPERMARKET	29
ÉPICERIES ÉCOLOS-ZÉRO DÉCHET	
LOCO	22
ESTHÉTIQUE	
N28 SKIN	24
WORLDCOM BEAUTY SUPPLY INC.	32
EXTERMINATION	
EXPERT EXTERMINATION	18
EXTERMINATION-PRÉVENTION	
LD GESTION PARASITAIRE	30
FABRICANTS-COMPOSANTES DE LIGNES ÉLECTRIQUES	
HELI UNIFORME LTÉE	22
FINANCES	
TWILIGHT CAPITAL	31
FLEURISTES	
MFLEURS	30
FLEURISTES ET BOUTIQUES-CADEAUX	
CUPIDON FLEURISTE	30
FONDATEURS	
ENTRAIDE UKRAINIENNE DE MONTRÉAL INC.	29
FONDERIES	
CANADA MÉTAL NORD-AMÉRIQUE	24
FORMATION	
UNIVERSAL FORMATION MONTRÉAL	23
GARAGES	
MASCAR-AUTO	29
GARAGE PERRIN	24
CARSTAR MONTRÉAL-AHUNTSIC	25
GARAGE KIKO MUFFLERS	29
GULF LUBEXPRESS	29
SPECIALISTE EURO TECH	33
GARDERIES	
SNOWDON TODDLERS DAY NURSERY / GARDERIE DE JOUR	20
GARDERIE BOURKE OUEST	23
GESTION DE PROJETS	
CONSTRUCTION DES ÉCOTES	30
GESTION IMMOBILIÈRE	
ANTREY & ASSOCIÉS INC	30
COMPLEXE LE BARON	29
HOMMAGES	
LE GROUPE 4-CB • CARMEN BEAULAC	28
LES PRODUCTIONS DE L'ENCRIER LTÉE	32
LES SŒURS MISSIONNAIRES DU CHRIST-ROI	32
ÉQUIPEMENT DELISLE INC.	33
4002 5147	32
ACUPUNCTURE TRUC KIM DUNG	33
4002 5215	32
L.TEOLIS CONSTRUCTION	32
HÔTELS	
SUPER 8	19
IMPORTATIONS	
CONWELL INDUSTRIEL INC	29
INFORMATIQUE	
AVANCIE	28
PARISOLAB INC	33

INFORMATIQUE VENTE ET RÉPARATION	
INSERTECH	30
INFORMATIQUE-CONSULTANTS	
NÜFORCE TI	22
JUDO	
KISEKI JUDO	30
KARATÉ	
ACADÉMIE DE KARATÉ SHOTOKAN À SAINT-LÉONARD	30
LIBRAIRIES	
LIVRES BABAR BOOKS	28
LIVRAISONS	
CARLOS TRANSPORT	29
LOCATION-CAMIONS	
PENSKE SAINT-LAURENT	20
LOGICIELS	
ORION SOFTWARE	32
LOGICIELS INFORMATIQUES	
INCORPORATED GOLDEN TRUMPET SERVICES	22
LOGISTIQUE	
LOGISTIQUES PBR	30
LOISIRS	
CENTRE COMMUNAUTAIRE ROUSSIN / CENTRE RÉCRÉATIF ÉDOUARD-RIVET	28
MAÇONNERIE	
MAÇONNERIE 2.0 INC.	15
MAINTENANCE ET SERVICES	
SERVICE DE MAINTENANCE JGG	31
MAISONS D'HÉBERGEMENT ET D'AIDE POUR FEMMES	
AUBERGE TRANSITION	29
MANUFACTURES DE MÉTAL	
METOFIL INTERNATIONAL INC.	32
MÉCANIQUE GÉNÉRALE	
CENTRE DE SERVICE DEMO / DÉNEIGEMENT • PAYSAGISTE DEMO	17
CENTRE DE PNEUS MONTRÉAL-EST	31
MENUISERIE	
ÉBÉNISTERIE STEADMAN	30
MÉTAUX	
WERNER MÉTALS INC.	32
NETTOYAGE	
NICOVAL SERVICES	30
AMBI SOLUTIONS MULTI-NETTOYAGE	29
NOTAIRES	
ME MELISSA LAUREN NEUWALD NOODELMAN, NOTAIRE ET CONSEILLÈRE JURIDIQUE	33
NOTAIRES ET CONSEILLERS JURIDIQUES	
ME FRANÇOIS MENASSA, NOTAIRE ET CONSEILLER JURIDIQUE	25
ORGANISMES COMMUNAUTAIRES	
INTERCULTURELS	
CARI ST-LAURENT SERVICES AUX IMMIGRANTS	32
PÂTISSERIES ET BOULANGERIES	
BOULANGERIE ET PÂTISSERIE ROMINA	25

Index des annonceurs (suite)

PEINTURE

PEINTURE JDP 33

PEINTURE ET RÉNOVATION

METEOR PEINTURE INC. 28

PÉTROLE

PÉTROLE LÉGER / PROPANE LÉGER 22

PHARMACIES

JEAN COUTU • PHARMACIE SAMIR SNEJ 20

PROXIM • PHARMACIE N. AHRID ET R. MOUSTAPHA 19

PROXIM • PHARMACIE SYLVIE CARON INC 28

PIÈCES D'AUTOMOBILES

PIÈCES AUTO 7 JOURS • GARAGE AUTO 7 JOURS 28

PIÈCES D'AUTO DORVAL – SOURCES – ST-HENRI 32

PIZZERIAS

MARTINI PIZZA 29

PLANCHERS

PARQUET DELUXE LASALLE INC. 33

PLOMBERIE

FAFARD & GERVAIS INC. 23

PLOMBERIE TRANSILVANIA INC. 23

MTL PLOMBERIE 31

PORTES ET FENÊTRES

P.F. LANGELIER 30

PRÉSENTOIRS-FABRICANTS

JPMA 20

PRODUCTIONS

LES PRODUCTIONS AUDIO FX 25

PRODUITS ALIMENTAIRES

LALLEMAND INC. 28

PROTECTION-INCENDIES

SPARTAN PROTECTION INCENDIE 23

SYSTÈME INCENDIE LECLERC INC. 28

PUBLICITÉ

PUBLICITÉ SAUVAGE 19

PUBS

PUB BURGUNDY LION 18

RÉFRIGÉRATION ET CLIMATISATION

CARMICHAEL 25

RELATIONS D'AIDE-THÉRAPEUTES

LUCIE BÉLANGER, THÉRAPEUTE EN RELATION D'AIDE 31

REMORQUAGE ET TRANSPORT

TRANSPORT R.F.A. INC. 29

RÉNOVATION DE SALLES DE BAINS

LA BOÎTE À OUTILS AB 31

RÉNOVATION RÉSIDENTIELLE

ENTRACTE RÉNOVATION 33

RÉNOVATIONS

DÉVELOPPEMENT IMMOBILIER SYLMIG 29

NORTHROYAL RENOVATION 31

RÉSIDENCES POUR ÂÎNÉS

LES RÉSIDENCES CALDWELL RESIDENCES 21

RESTAURANTS

CASA MINHOTA 31

MIAMI DELI 30

LES PAPIS CHURROS 31

DUNN'S DÉCARIE 29

WILENSKY 33

L'IN-TIME 32

RESTAURANTS CHINOIS

RESTAURANT CHIN-CHOW 25

RESTAURANTS CRÉOLES

RESTAURANT GOÛTER TROPICAL 20

RESTAURANTS DÉJEUNERS-DÎNERS

L'ŒUFRIER 21

RESTAURANTS DÉJEUNERS-DÎNERS-SOUPERS

TIM HORTONS 31

RESTAURANTS INDIENS

BOMBAY CHOUPATI 32

RESTAURANTS PORTUGAIS

MA POULE MOUILLÉE 21

CANTINE EMILIA 33

RESTAURANTS VIETNAMIENS

RESTAURANT HO GUOM 29

RESTAURANTS-APPORTEZ VOTRE VIN

AL DENTE TRATTORIA 25

RESTAURATION

LABARAKE 31

RESTOS-CAFÉS

CRÈME & CAFÉ 20

RESTOS-PUBS

BISHOP AND BAGG 21

RÔTISSERIES

SERRANO BAR-B-Q 30

SABLAGE

DOCTEUR SABLAGE 24

SACS À MAIN

PAPILLON INTERNATIONAL INC. 25

SALLES DE RÉCEPTION

PLAZA ANTIQUE 19

SALONS DE COIFFURE

CAJH MAÎTRES COIFFEURS 28

SANTÉ ET SERVICES

CENTRES MASLIAH - AUDIOPROTHÉSISTES 18

SANTÉ-BEAUTÉ

IMAX ESTHÉTIQUE 33

SCRAPBOOKING ET ARTISANAT

SCRAPBOOK CENTRALE 30

SERVICES FINANCIERS

FINANCES AU FÉMININ • JO-ANNE CARETTE 32

SERVICES FINANCIERS PIERRE BÉLANGER • MÉLANIE

SÉGUIN, CONSEILLÈRE EN SÉCURITÉ FINANCIÈRE 33

SEXOLOGUES

JOSÉE DESROSISERS, SEXOLOGUE ET

PSYCHOTHÉRAPEUTE 22

SILENCIEUX

SILENCIEUX QUALITÉ MUFFLERS 16

SILENCIEUX-SPÉCIALISTES

KINO SILENCIEUX 28

SOINS INFIRMIERS À DOMICILE

BAYSHORE SOINS À DOMICILE 25

SPAS

NM SPA BEAUTÉ 33

SPORTS

SAU • SUBMISSION ARTS UNITED 24

STÉNOGRAPHES

RIOPEL, GAGNON, LAROSE & ASSOCIÉS 21

STORES

DÉCORATION SOLECRA INC. 18

THÉRAPEUTES

CLINIQUE NOUVEAU DÉPART 14

TOITURES

TOITURE MAYER 17

TOITURES-RÉNOVATION

GESTION JB CONSTRUCTION INC. 24

TRANSPORT DE PÉTROLE

PRODUITS PÉTROLIERS DUPUIS 17

TRANSPORTS

TRANSPORTS LACOMBE 30

USINAGE CNC

KLFLO METERS INC. 33

USINAGE DE PRÉCISION

PRECITEC SOLUTIONS 28

USINES ALIMENTAIRES

LES ALIMENTS TFI LTÉE / TFI FOODS 33

VALVES INDUSTRIELLES

DHB VALVES 31

VENTILATION

4002 5015 32

VÊTEMENTS AFRICAINS

ÉBÈNE MODE 31

VÊTEMENTS DE SPORT

LOGICA SPORT 30

VÊTEMENTS DE SPORT-FABRICANTS

S.C. & CO. 33

VÊTEMENTS POUR ENFANTS

TOM & CAPUCINE 30

VIANDES-GROSSISTES

L'ENTREPÔT DE VIANDES 14

VINS ET SPIRITUEUX

ALIVIN CANADA. 25



Prévention des incendies

LE PREMIER RESPONSABLE C'EST TOI !

10 CONSEILS POUR PRÉVENIR LES INCENDIES



AVERTISSEUR DE FUMÉE

- Installez un avertisseur de fumée par étage, y compris au sous-sol.
- Préférez un modèle à cellule photoélectrique qui déclenche moins d'alarmes inutiles.
- Changez-le selon la date de remplacement indiquée sur le boîtier par le fabricant.



PLAN D'ÉVACUATION EN CAS D'INCENDIE

- Repérez deux issues possibles.
- Identifiez un point de rassemblement situé à l'extérieur et avisez tous les occupants de la résidence.
- Répétez les gestes à poser lors d'une évacuation en cas d'incendie avec tous les occupants.



COMMENT ÉVACUER VOTRE RÉSIDENCE

- Fermez les portes derrière vous pour empêcher la propagation des flammes et de la fumée dans les autres pièces ou dans les autres logements.
- Composez le 9-1-1 une fois à l'extérieur de votre domicile.



ARTICLES DE FUMEUR

- Ne jetez pas de mégots dans les pots de fleurs ou sur le paillis.
- Déposez les mégots dans un contenant métallique.



SOURCE DE CHALEUR

- Éloignez les rideaux et les meubles à au moins 10 cm des radiateurs ou des plinthes électriques ou de toute autre source de chaleur.



ÉLECTRICITÉ

- Confiez l'installation électrique de votre domicile à un maître électricien.
- Utilisez des appareils électriques homologués au Canada et portant les sigles CSA et ULC.



MONOXYDE DE CARBONE

- Installez un avertisseur de monoxyde de carbone si vous avez un garage attenant à votre domicile ou si vous utilisez des appareils de chauffage ou de cuisson non électriques.
- Suivez les normes du fabricant pour l'installation de votre avertisseur de monoxyde de carbone.



PRÉVENIR LES FEUX DE CUISSON

- Surveillez constamment les aliments qui cuisent et utilisez une minuterie.
- Ne chauffez jamais d'huile dans un chaudron pour faire de la friture, peu importe le type de chaudron; utilisez une friteuse thermostatique.



RAMONAGE DES CHEMINÉES

- Confiez l'inspection et le ramonage de votre cheminée à un expert, une fois par année, avant la période du chauffage. Ce conseil est également de mise pour les tuyaux d'évacuation des foyers à granules.



CENDRES CHAUDES

- Laissez refroidir les cendres chaudes à l'extérieur dans un contenant métallique muni d'un couvercle également en métal.
- Attendez au moins sept jours avant de les transvider dans le bac à déchets.

SI041.2 (2021-06)

En collaboration avec votre service de sécurité incendie

[Quebec.ca/prevention-incendies](https://quebec.ca/prevention-incendies)



Prévention des incendies

LE PREMIER RESPONSABLE C'EST TOI!



Pour une urgence incendie, composez le 9-1-1.

En collaboration avec votre service de sécurité incendie

[Quebec.ca/prevention-incendies](https://quebec.ca/prevention-incendies)



Prévention des incendies

LE PREMIER RESPONSABLE C'EST TOI!

LES PRINCIPALES DISTRACTIONS À ÉVITER EN CUISINE



ÊTRE PRÉOCCUPÉ OU PRESSÉ

- Utilisez une minuterie pour vous rappeler le temps de cuisson.
- Vérifiez si vous avez fermé la cuisinière et le four avant de quitter la pièce ou votre domicile.
- Ne laissez aucun objet sur la cuisinière.



INTERVENIR AUPRÈS DES ENFANTS

- Si un autre adulte est présent, demandez-lui de s'occuper des enfants pendant que vous cuisinez.
- Demeurez près de la cuisinière en tout temps lorsque vous l'utilisez.
- Faites les devoirs avec vos enfants avant ou après avoir terminé la préparation du repas.



JOUER À DES JEUX VIDÉO

- Surveillez toujours les aliments sur la cuisinière.



SORTIR POUR ALLER FUMER OU VAPOTER

- Demeurez toujours dans la cuisine lorsque vous vous servez de la cuisinière.
- À l'extérieur, éteignez toujours vos mégots dans un cendrier, jamais dans un pot de fleurs, dans le paillis ou au sol.



FAIRE DU TÉLÉTRAVAIL

- Si vous préparez votre repas, prévoyez une plage horaire pour accorder toute votre attention à cette tâche.
- Évitez de répondre à vos courriels ou au téléphone pendant que les aliments sont en train de cuire.



ENTREtenir UNE CONVERSATION AVEC SES INVITÉS

- Acceptez l'aide qu'on vous propose en cuisine afin de ne pas être la seule personne à superviser les différentes étapes.
- Avant de quitter la cuisine, assurez-vous que les appareils de cuisson sont bien fermés.



EFFECTUER PLUSIEURS TÂCHES EN MÊME TEMPS

- Concentrez-vous sur votre tâche en cuisine; le reste peut attendre.
- Lorsque vous utilisez la cuisinière et le barbecue pour préparer un repas, faites-le tour à tour et non en même temps. Sinon, déléguez l'utilisation du barbecue à une autre personne.



CONSULTER SON TÉLÉPHONE OU SA TABLETTE

- Laissez votre téléphone intelligent ou votre tablette hors de votre portée quand vous cuisinez.
- Concentrez-vous sur la tâche que vous effectuez en cuisine lorsque vous vous servez d'un appareil de cuisson.
- Évitez de consulter les médias sociaux, de répondre à vos courriels ou de parler au téléphone pendant que les aliments sont en train de cuire.

SI-04.1 (2020-08)

Pour une urgence incendie, composez le 9-1-1.

En collaboration avec votre service de sécurité incendie

[Québec.ca/prevention-incendies](https://quebec.ca/prevention-incendies)

LA RETRAITE EST LE DÉBUT D'UNE VIE NOUVELLE

ARCHAMBAULT, BENOIT

CAPITAINE

Entrée : 20/06/1988

Retraite : 13/07/2022

Caserne : 49-38-05-44-37-55-75-14

ARCHAMBAULT, SYLVAIN

POMPIER

Entrée : 03/07/1990

Retraite : 15/07/2022

Caserne : 26-38-19

BAILEY, GÉRALD WENDELL

POMPIER

Entrée : 08/11/1995

Retraite : 15/05/2022

Caserne : 76

BARDIER, PIERRE

LIEUTENANT - SERVICE SOUTIEN

Entrée : 16 /01/2006

Retraite : 15/07/2022

Caserne : DRM-DST

BÉLANGER, SYLVAIN

CAPITAINE

Entrée : 03/07/1990

Retraite : 31/08/2022

Caserne : 10-15-46-64-55-51-53

BERTHELETTE, YANN

POMPIER

Entrée : 06/06/2000

Retraite : 27/05/2022

Caserne : 37-44-04-75-16

BLAIN, JACQUES JR

POMPIER

Entrée : 08/06/1992

Retraite : 20/06/2022

Caserne : 15-42-58

BOISVERT, ALAIN

CAPITAINE

Entrée : 07/08/1989

Retraite : 28/05/2022

Caserne : 48-39-78-03-08-28-45

BRAULT, ÉRIC

LIEUTENANT

Entrée : 28/09/1992

Retraite : 10/06/2022

Caserne : 08-33-63-20-25-45-04

BRISEBOIS, CARLE

LIEUTENANT

Entrée : 08/06/1992

Retraite : 04/07/2022

Caserne : 35-23-CF-27-38-08-75-65-61-42-72-56-DST

CAISSY, ROBERT

POMPIER

Entrée : 11/01/1993

Retraite : 04/07/2022

Caserne : 71-57

CAPUTO, PATRICK

POMPIER

Entrée : 14/01/1991

Retraite : 04/11/2022

Caserne : 55-37-62

CARRIER, PIERRE

LIEUTENANT

Entrée : 03/10/1991

Retraite : 18/05/2022

Caserne : 14-51

CARTIER, JOËL

POMPIER

Entrée : 24/06/2002

Retraite : 06/05/2022

Caserne : 64

CHARLAND, BENOIT

LIEUTENANT

Entrée : 09/01/1989

Retraite : 23/06/2022

Caserne : 41-48-05

CHARTRAND, ALAIN

POMPIER

Entrée : 27/05/1991

Retraite : 31/05/2022

Caserne : 15-04-45

CHRISTOFFERSEN, DANIEL

POMPIER

Entrée : 08/06/1992

Retraite : 16/09/2022

Caserne : 39-26-35-56

CYR, STÉPHANE

CAPITAINE

Entrée : 24/08/1987

Retraite : 27/05/2022

Caserne : 26-29-05-46-31-16

DAOUST, MICHAEL

POMPIER

Entrée : 19/11/1987

Retraite : 16/07/2022

Caserne : 64

DENIS, LUC

POMPIER

Entrée : 25/01/1993

Retraite : 04/08/2022

Caserne : 03-10-38

DESORMEAUX, ÉRIC

POMPIER

Entrée : 13/07/1987

Retraite : 16/07/2022

Caserne : 10-40-27-29

DIONNE, SÉBASTIEN

POMPIER

Entrée : 07/07/1995

Retraite : 28/10/2022

Caserne : 75-30-40

DOYON, MARTIN

LIEUTENANT

Entrée : 25/01/1993

Retraite : 28/05/2022

Caserne : 27-33-23-63-46-48-45

DUCHARME, DOMINIC

CAPITAINE

Entrée : 08/06/1992

Retraite : 31/10/2022

Caserne : 03-15-13-23-58-14

DUPRÉ, MARIE-JOSÉE

POMPIÈRE

Entrée : 03/07/1990

Retraite : 07/18/2022

Caserne : 19

FIZET, FRÉDÉRIC

POMPIER

Entrée : 16/01/2006

Retraite : 20/08/2022

Caserne : DRM-53-54-DST

FOURNIER, SERGE

CAPITAINE

Entrée : 03/07/1990

Retraite : 14/11/2022

Caserne : 39-43-49-44-45

FRÉREAU, ANDRÉ

POMPIER

Entrée : 10/04/2007
Retraite : 30/06/2022
Caserne : 28-13-09

GERMAIN, STÉPHANE

POMPIER

Entrée : 12/11/1998
Retraite : 11/06/2022
Caserne : 33-64

GOSSELIN, RENÉ

POMPIER

Entrée : 19/06/1989
Retraite : 20/06/2022
Caserne : 39-40-05

GROSSO, PATRICK

POMPIER

Entrée : 03/07/1990
Retraite : 19/07/2022
Caserne : 19

HAMELIN, GILBERT

LIEUTENANT

Entrée : 20/06/1988
Retraite : 27/06/2022
Caserne : 23-13-22-45-05

IRELAND, THOMAS

POMPIER

Entrée : 16/01/2006
Retraite : 09/07/2022
Caserne : 53-46-33-57-34-55

LABBÉ, HUGUES

CAPITAINE

Entrée : 28/09/1992
Retraite : 27/06/2022
Caserne : 40-35-44-49-17-43-73-51-71-74

LAFONTAINE, SIMON

LIEUTENANT

Entrée : 03/07/1990
Retraite : 18/05/2022
Caserne : 23-55-72

LAMARRE, PIERRE-YVES

POMPIER

Entrée : 20/06/1988
Retraite : 30/09/2022
Caserne : 20-29-30-50-DST

LAPOINTE, GUY

CAPITAINE

Entrée : 09/01/1989
Retraite : 01/06/2022
Caserne : 44-29-41-17-18-09-49-32

LÉVESQUE, SYLVAIN ROGER

LIEUTENANT

Entrée : 20/06/1988
Retraite : 29/05/2022
Caserne : 05-30-49-27-10-71-59

NAGY, ALEXANDER

POMPIER

Entrée : 16/01/2006
Retraite : 17/11/2022
Caserne : 78-77-63-56

PELLETIER, ÉRIC

LIEUTENANT

Entrée : 03/01/1990
Retraite : 06/05/2022
Caserne : 18-17-79-72-DST

PERRON, SERGE

POMPIER

Entrée : 08/06/1992
Retraite : 09/06/2022
Caserne : 42-37-17-35-14

PILON, RICHARD

LIEUTENANT

Entrée : 27/05/1991
Retraite : 10/07/2022
Caserne : 33-27-23-63-74-52-59-67

POIRIER, CHRISTIAN

POMPIER

Entrée : 14/11/1994
Retraite : 31/08/2022
Caserne : 35-44

RACICOT, ÉRIC

POMPIER

Entrée : 03/07/1990
Retraite : 08/08/2022
Caserne : 48-42-35-71

ROSA, FRANÇOIS

CAPITAINE

Entrée : 08/06/1992
Retraite : 05/11/2022
Caserne : 49-26-13-05-25-53-78-63-54-51
52-58-TRÉSORIER APM

ROUSSE, FRANÇOIS

POMPIER

Entrée : 19/06/1989
Retraite : 05/11/2022
Caserne : 46-27-29-57-59

SÉNÉCAL, JACQUES

POMPIER

Entrée : 11/01/1990
Retraite : 19/06/2022
Caserne : 63-CF-66

VACHON-DEGAGNÉ, KARINE

LIEUTENANTE

Entrée : 08/06/1992
Retraite : 09/06/2022
Caserne : 44-23-76

WOODFINE, ANDREW

POMPIER

Entrée : 10/05/1994
Retraite : 31/05/2022
Caserne : 76-54-52



FONDS DE BIENFAISANCE DES POMPIERS DE MONTRÉAL (FBPM)



Saviez-vous que nous, les pompiers de Montréal, avons mis en place un fonds de bienfaisance venant en aide aux gens dans le besoin à Montréal?

Comme vous le savez déjà, nous aidons régulièrement les citoyens de Montréal lors de nos multiples interventions, mais nous leur venons aussi en aide par l'entremise de dons remis à divers organismes qui améliorent le quotidien d'enfants et de personnes dans le besoin à Montréal. Depuis les cinq dernières années, c'est plus de 100 000 \$ qui ont été redistribués à une cinquantaine d'organismes œuvrant sur le territoire de l'île de Montréal.

La majorité de cette somme est amassée par un prélèvement automatique sur la paie. Vous pouvez vérifier si vous contribuez au FBPM en regardant la section RETENUES de votre talon de paie. Si vous contribuez, vous trouverez une indication « FONDS BIENFAISANCE POM » accompagnée du montant de votre contribution. Sinon, vous pouvez remplir le formulaire au bas de cette page ou encore celui en version numérique disponible sur le site Web de l'APM sous l'onglet *Notre syndicat - FBPM*. Vous devez par la suite l'acheminer au bureau de l'APM à l'attention de M^{me} Lorraine Babin ou par courriel à lbabin@adpm.qc.ca. Le montant de la déduction à la source sera automatiquement inscrit sur votre relevé pour fins d'impôts. Il s'agit d'une excellente façon d'aider financièrement les Montréalais dans le besoin. Sachez que 1 \$ amassé

est 1 \$ redistribué. Les administrateurs du FBPM ne perçoivent aucuns frais d'administration, et tous les membres du conseil d'administration y travaillent de façon bénévole.

Parlant du conseil d'administration, je profite de cette tribune pour remercier sincèrement Serge Sochodolsky qui était à la présidence du FBPM depuis de nombreuses années. Merci Serge pour tout le temps que tu as investi au FBPM pour aider les gens dans le besoin!

Voici le nouveau C. A. du FBPM :

- **Président** : Alex Desjardins
- **Vice-président** : Jean-François Allard
- **Secrétaire** : Daniel De Césaire
- **Trésorier** : Marc-André Gosselin
- **Administrateur** : René Choquette
- **Administrateur** : Claude Bélanger

Au nom de tous ceux à qui nous venons en aide, merci pour vos généreuses contributions!

Alexandre Desjardins, président FBPM



Fonds de bienfaisance des pompiers de Montréal

Option 1 Retenue à la source	Option 2 Contribution comptant
Nom : _____ Prénom : _____ Numéro de paie : _____ N.A.S. : _____ ☐ Retraité ☐ Actif (Caserne-groupe : _____) ☐ 2 \$ par paie ☐ 10 \$ par paie ☐ 5 \$ par paie ☐ _____ \$ par paie <i>Le montant de la déduction à la source sera automatiquement inscrit sur votre relevé pour fins d'impôt.</i> Signature : _____ Date : _____	Contribution totale : _____ \$ ☐ Argent ☐ Chèque Nom : _____ Prénom : _____ Adresse : _____ Ville : _____ Code postal : _____ ☐ Retraité ☐ Actif (Caserne-groupe : _____) <i>Un reçu officiel pour fins d'impôt vous sera expédié sur demande.</i> ☐ Je désire recevoir un reçu pour fins d'impôt.



ADRESSE DE L'APM

2655, place Chassé, Montréal QC H1Y 2C3



La Fondation des
pompiers du Québec
pour les grands brûlés

Achetez vos cadeaux
en un clic et offrez-en
un aux grands brûlés,
c'est ça la magie de
Noël!



Visitez notre boutique

pour elle, pour lui, pour enfants et ... même pour pitou.

www.boutiquepompiers.ca

SAVIEZ-VOUS QUE ...?

UN BOMBARDIER S'ÉCRASE SUR LA VILLE

LA PRESSE
Le plus grand quotidien français d'Amérique
MONTREAL, MARDI 25 AVRIL 1944
PHIX : TROIS CENTS

LE PIRE ACCIDENT D'AVION JAMAIS SURVENU À MONTRÉAL

UN LIBERATOR S'ÉCRASE EN FLAMMES, DÉTRUISANT PLUS DE 10 LOGEMENTS

Outre tous les passagers du quadrimoteur, plusieurs des nombreuses personnes occupant les maisons ont perdu la vie—A 1 h., 9 corps retrouvés

Un avion "Liberator" de R.A.F. Transport Command qui venait de quitter un aérodrome de Montréal s'est écrasé ce matin dans le quartier de la ville bien connu sous le nom de Griffintown. Selon les premiers rapports tous les membres de l'équipage ont été tués.

A 1 h., le nombre des corps retrouvés était de 9.

L'appareil s'est écrasé en flammes dans un pêle-mêle de maisons formant l'angle des rues Ottawa et Shannon, non loin de la rue Colborne. L'incendie se déclara immédiatement. Les logis des familles Arthur Lewis, Victor Geoffroy, T. Hébert et Joe Wells, rue Shannon, s'écroulèrent plus tard et furent complètement anéantis sous le poids de l'appareil en flammes.

Par ailleurs les logis des familles Loyd Tremblay, Alb. Goulet, Wilfrid Vireux, Mme veuve J. Stevenson, Geo. Graham, Joe. Simard et Mme M. Morarty, rue Ottawa, ont été la proie des flammes et tous les étages supérieurs, touchés par l'appareil, étaient à midi à ciel ouvert.

4 maisons démolies, 6 incendiées

L'aviation frappa apparemment en volant au-dessus de la rue Shannon; il dévasta quatre maisons rue Shannon et son feuillage s'éleva sur une masse de débris et l'on perçut voir des corps mutilés.

Les maisons et pièces de maisons roulaient dans les rues voisines. Un gros moteur donna contre une citrouille rue Colborne.

Un témoin dit qu'il a vu un homme de l'équipage sauter en parachute et se blesser en atterrissant. Il a été transporté à l'hôpital.

Témoins échappés à la mort

Scène de l'épouvantable tragédie de ce matin

Une autre mesure de précaution

London interdit aux voyageurs en Grande-Bretagne de sortir du pays.

Washington, 25, (AP) — Une note de la secrétaire de l'aviation a déclaré que les avions qui ont été abattus par les forces allemandes qui se trouvent dans l'Europe, doivent être traités comme des avions ennemis. Les avions qui ont été abattus par les forces allemandes doivent être traités comme des avions ennemis. Les avions qui ont été abattus par les forces allemandes doivent être traités comme des avions ennemis.

Les avions qui ont été abattus par les forces allemandes doivent être traités comme des avions ennemis. Les avions qui ont été abattus par les forces allemandes doivent être traités comme des avions ennemis. Les avions qui ont été abattus par les forces allemandes doivent être traités comme des avions ennemis.

La une du journal La Presse, le jour de la catastrophe.

Le 25 avril 1944, un bombardier quadrimoteur Liberator qui venait d'être livré à l'Aviation royale du Canada quitta l'aéroport de Dorval pour son vol inaugural à destination de l'Angleterre. Vers 10 h 30, venant du mont Royal en direction sud, il survola le centre-ville. Les passants s'alarmèrent. L'avion perdait de l'altitude. Son aile droite accrocha le sommet d'un des édifices de la brasserie Dow. Comme il arrive souvent, les témoins fournirent des récits contradictoires. Certains déclarèrent que l'appareil explosa en vol, d'autres qu'il prit simplement feu et tournoya avant de s'écraser, d'autres encore virent les ailes de l'appareil « s'ouvrir comme une enveloppe » et leurs extrémités « battre¹ ». L'avion plongea finalement sur le quartier Griffintown et rasa plusieurs toitures en se déchi-quant, puis alla s'écraser sur deux maisons à logements de



Le travail des pompiers sur la rue Shannon.

1 La Presse, 25 avril 1944



Un bombardier quadrimoteur Liberator de l'Aviation royale du Canada, comme celui qui s'écrasa sur le quartier Griffintown le 25 avril 1944.

la rue Shannon au sud de la rue Ottawa. Les maisons furent nivelées sous le poids du fuselage. L'appareil de 18 tonnes mesurait 96 pieds de longueur et ses ailes avaient une envergure de 115 pieds. La partie avant du fuselage termina sa course en heurtant le mur de briques qui entourait une cour de marchandises où il fit un trou de 15 pieds de diamètre. Six autres maisons avaient pris feu et, en tout, une quinzaine de logis furent anéantis. Plusieurs sauvetages furent effectués par les pompiers et les policiers, mais les journaux firent état surtout de l'héroïsme d'un habitant du quartier, Jimmy Carroll, qui réussit à sauver *in extremis* deux femmes aux troisième et deuxième étages d'une des maisons incendiées. Trois enfants

eurent quant à eux la vie sauve pour avoir désobéi à leur mère qui leur avait ordonné de rester à la maison le temps qu'elle aille faire ses courses dans le voisinage. La recherche des victimes fut longue et pénible. On retira des ruines des deux maisons écrasées les corps de neuf personnes, dont celui d'un enfant de trois ans. Une femme de 56 ans, domiciliée à l'étage supérieur d'une maison de la rue Ottawa où le Liberator causa un premier impact, compta aussi au nombre des victimes. Les cinq membres de l'équipage de l'avion furent tués sur le coup et un agent de la circulation, Louis-Philippe Lemieux, qui allait rendre visite à sa belle-mère, fut broyé en pleine rue par une pièce de l'avion.



Une autre victime découverte dans les ruines.

Les fils du téléphone furent arrachés, les moteurs, ailes et autres pièces de l'avion furent éparpillés dans toutes les directions, paralysant le quartier Griffintown pendant toute la journée. Deux cents soldats de la réserve des Forces armées canadiennes stationnés à Longueuil furent appelés pour circonscrire le périmètre. L'ordre de retour fut donné aux pompiers à 12 h 21, mais plusieurs demeurèrent pour continuer à fouiller les décombres jusqu'à tard dans la soirée.

Jean-François Courtemanche

Extrait du livre *Le Feu Sacré. Une histoire des pompiers de Montréal*, Éditions Stromboli, 2005.

LE SOMMEIL

Plus de la moitié des Canadiens avouent réduire leurs heures de sommeil quand ils manquent de temps. Pour certains, le sommeil est tout simplement une option.

Pourtant, le sommeil est tout aussi essentiel à notre organisme que la satisfaction des autres besoins primaires comme manger, boire et respirer.

Pendant le sommeil, les organes, les tissus et les cellules se réparent et se régénèrent. Votre cerveau s'active et profite de ce temps afin de :

- Consolider les nouveaux apprentissages;
- Favoriser la mémorisation; faire le tri entre l'information importante qui doit être conservée et celle qui peut être mise de côté;
- Réparer les cellules du cerveau qui produisent la myéline, un matériau isolant qui protège les neurones et qui est indispensable dans l'acheminement des informations au cerveau;
- Faciliter la gestion des émotions.

C'est reconnu, les heures de sommeil en caserne n'ont pas un effet récupérateur et peuvent même représenter un défi. Après une course, il est difficile de retrouver le calme et la quiétude nécessaire pour pouvoir se rendormir.

Connaissez-vous la méthode 4-7-8?

Accessible à tous et très facile à mettre en place, cette méthode pourrait vous aider à vous rendormir plus rapidement.

Il suffit de vous installer confortablement dans votre lit, dos droit et pieds touchant le matelas. Positionnez ensuite le bout de votre langue contre votre palais, juste derrière vos incisives.

Commencez par expirer bruyamment tout l'air contenu dans vos poumons. Cet exercice de respiration est composé d'un cycle de trois étapes :

1. Inspirez lentement et profondément par le nez en comptant jusqu'à 4 (augmentation de l'apport en oxygène dans les poumons).
2. Retenez votre respiration en comptant jusqu'à 7 (l'oxygène est absorbé et pénètre dans le sang).

3. Expirez bruyamment par la bouche en comptant jusqu'à 8 (baisse du rythme cardiaque et expulsion du gaz carbonique des poumons).

Ce cycle doit être reproduit au moins 3 fois de suite.

(Source : sleepie.fr/comment-bien-dormir/methode-4-7-8)

Et la méthode 3-6-5?

La méthode 3-6-5 mise au point par le Dr David O'Hare peut vous accompagner pour mettre en place la cohérence cardiaque afin de favoriser le sommeil.

Contrairement à la méthode précédente, pour des raisons anatomiques et physiologiques, il est fortement conseillé de pratiquer la cohérence cardiaque dans une position assise, dos bien droit, mais souple et pieds au sol.

Il suffit de se concentrer exclusivement sur la respiration pendant 5 minutes.

1. Inspirez par le nez en 5 secondes.
2. Expirez par la bouche en 5 secondes.

Il suffit de pratiquer 3 fois par jour, 6 respirations par minute, pendant 5 minutes. Bien entendu, l'une de ces séances devra être réalisée juste avant le coucher.

La cohérence cardiaque est un outil de gestion du stress et des émotions. Elle est également reconnue comme étant une technique de lutte contre l'anxiété.

La méthode 3-6-5 s'avère une excellente stratégie à utiliser à la suite d'une intervention potentiellement traumatique!

Comme vous pouvez le constater, ces méthodes sont faciles, discrètes et ne requièrent aucun équipement! Les essayer, c'est les adopter!

Bonnes respirations!

Nathalie Ménard, agente désignée PAE



ÉQUIPE DU PAE

Vous pouvez avoir un accompagnement 7 jours par semaine, 24 heures sur 24 en composant le **514 240-9691**.

Merci de ne pas envoyer de message texte.

P	Bidégaré	Corine	73-3	514 806-0648
P	Desagné	Yohan	39-2	514 772-5560
P	Drapeau	Simon	17-2	514 883-4235
P	Galipeau	Marc-André	31-3	514 280-7831
C	Giguère	Éric	64-2	514 892-4916
C	Hooper	Jean-Claude	14-2	514 280-7814
L	Lalonde	Étienne	14-2	438 938-9659
P	Langevin	Guy	67-1	514 692-9325
C	Méthot	François	35-2	514 531-1060
P	Perreault-Varin	Francis	49-2	514 717-5992
C	Pilon	Normand	31-3	514 941-7334

Agente désignée : Nathalie Ménard **438 830-0490**

Vous pouvez également communiquer avec le PAE par courriel à **paeapmsim2003@gmail.com**.



Conseils de prévention



AUTO

- * **Inspectez la carrosserie** et faites des retouches pour éviter la rouille.
- * Munissez-vous d'**accessoires indispensables** comme :
 - Balai à neige;
 - Grattoir;
 - Pelle;
 - Tapis de sol d'hiver;
 - Câble de démarrage.
- * Prévoyez un **lave-glace antigel**.
- * Assurez-vous d'avoir **des pneus d'hiver** (selon la loi, ils doivent être installés à compter du 1^{er} décembre).
- * Une **inspection chez votre mécanicien** peut vous éviter bien des désagréments (freins, batterie, etc.).



HABITATION

- * **Vérifiez les gouttières d'eau**, celles-ci pourraient être bouchées par les feuilles mortes.
- * Assurez-vous que vos **appareils de chauffage** sont en **bon état de fonctionnement**.
- * **Calfeutrez les portes et fenêtres** peu étanches.
- * **Isolez les conduites d'eau** les plus exposées au froid.
- * Vérifiez l'**année de votre chauffe-eau** (la durée de vie est de 10 ans).
- * Et n'oubliez pas de **déneiger régulièrement la toiture** pendant la saison hivernale.

Contactez l'un de nos courtiers
1 888 522-2661 • www.burrowes.ca

Que la retraite soit dans 10, 20 ou 30 ans...

Préparez-vous!



Profitez-en! Vous êtes
admissible au REER
collectif de l'APM.

Pour adhérer ou pour plus d'information,
communiquez avec l'APM :

- Téléphone : 514 527-9691
- Courriel : info@adpm.qc.ca

L'Association des Pompiers et Pompières de Montréal
vous offre un REER collectif très avantageux.

Vous ne savez pas par où commencer?
Desjardins Assurances est là pour vous guider!



Desjardins
Assurances
Vie • Santé • Retraite

Veiller au bien-être financier des pompiers, c'est notre mission

Depuis sa création en 1945, notre caisse de groupes offre des produits et des services alignés aux besoins des pompiers de Montréal.

Afin de rester connectés à notre milieu et pour veiller aux intérêts de nos membres, nous entretenons un dialogue constant avec nos partenaires municipaux.

Notre conseil d'administration est d'ailleurs composé d'employés de la Ville de Montréal qui s'assurent que nos décisions soient toujours à votre avantage.

Si tout comme eux, vous souhaitez vous engager en tant qu'administrateur pour représenter nos membres, surveillez l'appel de candidatures qui sera diffusé en janvier 2023.

Suivez-nous pour ne rien manquer!

DesjardinsMunicipal.com

Facebook.com/CaisseRéseauMunicipal



Des services à distance et trois adresses pour vous servir!

2600, boulevard St-Joseph Est, Montréal (Québec) H1Y 2A4 - Siège social
Tél. 514 526.4971 | 1 800 465.2449

Nos administrateurs



Ronald Martin



Serge Sochodolsky



Maxime Cods



Éric Limoges



Benoît Jobin



Simon Lalanne Camirand



Octave Paradis



Marc-André Gosselin



Marie-Michelle Fréchette



Lyne Lachapelle



Jean-François Allard



Frantz Élie



Alex Desjardins



André Lepage



Richard Prud'homme

IN MEMORIAM

BEAUCHAMP, PIERRE

LIEUTENANT

Entrée : 19/07/1961

Retraite : 21/07/1991

Naissance : 01/06/1938

Décès : 29/04/2022

Caserne : 47

BÉGIN, RICHARD

LIEUTENANT

Entrée : 20/08/1956

Retraite : 24/01/1987

Naissance : 06/01/1936

Décès : 22/10/2022

Caserne : 45

BLAIS, CLAUDE

LIEUTENANT

Entrée : 03/08/1953

Retraite : 13/02/1984

Naissance : 29/02/1932

Décès : 20/09/2022

Caserne : 49

BOURGON, NORMAND

LIEUTENANT

Entrée : 15/06/1955

Retraite : 02/07/1984

Naissance : 29/09/1933

Décès : 27/05/2022

Caserne : 5

BOUTIN, GILLES

POMPIER

Entrée : 11/10/1966

Retraite : 03/06/1996

Naissance : 15/06/1945

Décès : 29/07/2022

Caserne : 38

BRIEN, PIERRE-PAUL

LIEUTENANT

Entrée : 16/02/1954

Retraite : 23/01/2018

Naissance : 18/11/1930

Décès : 09/10/2022

Caserne : 4

CORBEIL, MARIO

POMPIER

Entrée : 01/05/1972

Retraite : 11/10/2000

Naissance : 01/11/1948

Décès : 30/03/2022

Caserne : 44

DAUTH, JEAN

CAPITAINE

Entrée : 03/08/1953

Retraite : 02/01/1984

Naissance : 04/09/1930

Décès : 22/09/2022

Caserne : 10

DIONNE, RAYMOND R.

POMPIER

Entrée : 04/09/1962

Retraite : 15/09/1992

Naissance : 26/06/1939

Décès : 25/07/2022

Caserne : 50

GIGUÈRE, JEAN-YVES

POMPIER

Entrée : 04/09/1962

Retraite : 02/01/1992

Naissance : 24/06/1940

Décès : 01/10/2022

Caserne : 39

HERVIEUX, JACQUES

POMPIER

Entrée : 28/10/1964

Retraite : 14/06/1993

Naissance : 22/01/1942

Décès : 12/08/2022

Caserne : 42

JUTRAS, ANDRÉ

POMPIER

Entrée : 23/04/1956

Retraite : 16/08/1982

Naissance : 24/06/1934

Décès : 24/05/2022

Caserne : 46

LAJEUNESSE, MICHEL

LIEUTENANT

Entrée : 28/07/1969

Retraite : 11/11/1999

Naissance : 18/05/1947

Décès : 19/05/2022

Caserne : 38-43

L'ÉCUYER, YVES

POMPIER

Entrée : 11/10/1966

Retraite : 20/01/1987

Naissance : 24/10/1943

Décès : 25/10/2022

Caserne : 50

LEFEBVRE, MICHEL

POMPIER

Entrée : 28/10/1964

Retraite : 29/01/1991

Naissance : 19/04/1943

Décès : 25/07/2022

Caserne : 42

LORIOT, BERNARD

LIEUTENANT

Entrée : 28/07/1969

Retraite : 06/04/1989

Naissance : 11/03/1949

Décès : 10/07/2022

Caserne : 4

MARCOTTE, ROBERT

CAPITAINE

Entrée : 28/10/1964

Retraite : 23/04/1993

Naissance : 16/01/1943

Décès : 07/10/2022

Caserne : 30

MARTEL, JACQUES

POMPIER

Entrée : 29/06/1953

Retraite : 29/06/1983

Naissance : 14/12/1931

Décès : 10/10/2022

Caserne : 44

MILLARD, DONALD

LIEUTENANT

Entrée : 05/02/1962

Retraite : 02/01/1992

Naissance : 23/06/1940

Décès : 19/10/2022

Caserne : 39

MONTPAS, GÉRARD

POMPIER

Entrée : 29/06/1953

Retraite : 22/12/1983

Naissance : 29/01/1928

Décès : 01/06/2022

Caserne : 45

NANTEL, EUGÈNE

CAPITAINE

Entrée : 03/08/1953

Retraite : 13/02/1984

Naissance : 09/10/1931

Décès : 11/08/2022

Caserne : 38

PROVENÇAL, YVES

POMPIER

Entrée : 11/06/1956

Retraite : 17/06/1986

Naissance : 11/04/1935

Décès : 13/07/2022

Caserne : DRM

PROVENCHER, CHARLES E.

LIEUTENANT

Entrée : 21/04/1953

Retraite : 08/08/1983

Naissance : 09/05/1931

Décès : 02/09/2022

Caserne : 5

RICHARD, BERNARD

POMPIER

Entrée : 18/12/1972

Retraite : 01/08/2002

Naissance : 02/11/1949

Décès : 26/05/2022

Caserne : 71

ROY, DANIEL

POMPIER

Entrée : 19/08/1974

Retraite : 19/12/2005

Naissance : 18/02/1950

Décès : 29/09/2022

Caserne : 29-44

TREMBLAY, GASTON

POMPIER

Entrée : 29/08/1960

Retraite : 30/08/1990

Naissance : 17/08/1938

Décès : 15/09/2022

Caserne : 42



BURROWES

COURTIERS D'ASSURANCES



POURQUOI CHOISIR BURROWES ?

**POUR TOUS
VOS BESOINS
EN ASSURANCE!**

- ✓ En tant que **courtiers**, nous avons accès aux plus grands assureurs sur le marché.
- ✓ Vous bénéficiez de **taux négociés spécialement pour votre groupe**.
- ✓ Une **équipe** de courtiers **expérimentés** qui vous accompagne en cas de sinistre.
- ✓ **Service personnalisé!** Vous parlez toujours avec le même courtier.
- ✓ **Des concours exclusifs** pour les membres de l'APM.
- ✓ Quelle que soit votre situation, nous avons la **solution d'assurance qui vous convient**.

À VOTRE SERVICE

depuis **1950**

**Soumission
en ligne**

Contactez l'un de
nos courtiers
1 888 522-2661

www.burrowes.ca