

Joie de vivre en mouvement

Biodanza

Venez faire l'essai d'une séance

Un ensemble de mouvements
musique
vitalité
détente

Lucie Boisvert
Facilitatrice en Biodanza

Information : 450 568-2319 / lucieboisvertbio@gmail.com
238 Rg Chenal Tardif, Pierreville

lundi 29 janvier à 19h30 15\$
jeudi 1^{er} février à 13h30
Biodanza au rythme de la Lune
Vendredi 2 février à 19h30 20\$

f



PHOTO BIRTZ PHOTOGRAPHIE

Retour de la spectaculaire Course de canot

PAGE 6



AVOIR SA SANTÉ À COEUR

PAGES 8 et 9



Sylvie Boisvert et Réjean Descôteaux, dirigeants de la société Ambulance du Bas-Saint-François

PHOTO FRANÇOIS BEAUDREAU

Vente de la société Ambulance du Bas-Saint-François

La famille Descôteaux était associée aux services ambulanciers dans la région depuis 1956. PAGE 3

STATION SURPRISE

AU PLAISIR DE VOUS SERVIR !

Micheline Lavoie « Mimi » prop.
55, rue Maurault, Pierreville / 450.568.0098

Idées cadeaux pour les amoureux!

Ballon • Bonbon • Emballage cadeau • Location de machine à popcorn • Barbe à papa • Événement • Bonbonnière • Gâteau de bonbons • Articles de fête

Actualités



PHOTO FRANÇOIS BEAUDREAU

Dix personnes ont été évacuées par hélicoptère, dans l'après-midi du 15 janvier.

Série d'épreuves dans la vie d'un entrepreneur

Sylvain Desgranges de Saint-Zéphirin-de-Courval se relève d'un troisième malheur subi en moins d'un an.

Le malheur pèse sur la vie Sylvain Desgranges depuis plusieurs mois. Après avoir perdu sa demeure et sa place d'affaires dans un incendie, cet entrepreneur de Saint-Zéphirin-de-Courval a subi une inondation puis s'est retrouvé prisonnier d'un empilement de glace provoqué par un embâcle.

Pour commencer, sa maison et son entreprise de distribution alimentaire ont été la proie des flammes, le 3 mars 2017. Lui et sa femme ont tout perdu. « Nous avons dû recommencer à zéro », confie-t-il lors d'un entretien. « Il ne nous restait plus rien de ce que nous avions bâti. »

Tous deux sont partis s'installer dans un chalet mais un autre fléau les attendait.

« Nous avons été obligés de quitter à cause des inondations printanières. » Ils ont ensuite loué une roulotte de camping où ils sont partis vivre, avant de regagner leur chalet pour l'hiver, situé dans le rang de la Pointe-du-Nord-Est, à Yamaska. Ils y demeurent jusqu'en janvier alors qu'à l'instar d'autres résidents de l'endroit, ils sont prisonniers d'un embâcle long de six kilomètres, causé par un redoux et des pluies abondantes.

« Il n'y a pas d'autre moyen de sortir de là que par hélicoptère.

Heureusement, mon ami de la compagnie Rca Électrique a accepté de nous secourir. C'était généreux de sa part. Il a transporté dix personnes », explique Sylvain Desgranges, qui est monté le dernier à bord de l'appareil, le 15 janvier 2018.

Depuis leur dernière mésaventure, M. Desgranges vit chez son fils. Il poursuit ses activités en affaires depuis un local à Saint-Cyrille de Wendover.

L'entrepreneur est toujours en attente de règlement avec la compagnie d'assurance, près d'un an après le sinistre qui a rasé sa demeure et son entreprise. **[F.B.]**

PROGRAMMATION Hiver-Printemps 2018



81 rue Maurault
Pierreville QC J0G 1J0
450 568-1010

Lundi au vendredi de 8h30 à 16h30
lienmaisonfamille@cgocable.ca

Activités et services pour tous!
Venez nous rencontrer!

Surveillez notre page Facebook pour être
informés de nos activités spéciales à venir!

LeLienMaisondefamille

CAFÉS-CRÉATION

Envie de faire de l'art? Du scrapbooking? Des mandalas? Du tricot? De la couture? Venez profiter des locaux et du matériel de la Maison de la Famille! Tous les mardis matins à partir du 9 janvier jusqu'au 19 juin. Tous les derniers mardis du mois seront réservés à un **ATELIER DE CRÉATION SPÉCIFIQUE (5\$)**.

30 janvier : Confection d'un «pot à bonheur»

27 février : Atelier de mandalas

27 mars : Atelier de peinture

24 avril : Personnalisation de tasses à café

29 mai : Fabrication de tabliers

+ mardi le 6 mars : Créations familiales (parents/enfants)

LES CUISINES COLLECTIVES

9h à 11h ou 13h15 à 15h15 (3\$ personne seule ou 5\$/famille)

17 et 18 janvier / 31 janvier et 1^{er} février

14 et 15 février / 28 février et 1^{er} mars

14 et 15 mars / 28 mars et 29 mars

11 avril et 12 avril / 25 avril et 26 avril

9 mai et 10 mai / 23 mai et 24 mai

6 juin et 7 juin / 20 juin et 21 juin

ATELIERS DE STIMULATION

(Motricité, réflexes, alimentation, développement global, etc.)

5-10 mois : 5 ateliers de 2 heures, début le 23 janvier (30\$)

0-5 mois : 4 ateliers de 2 heures, début le 13 mars (25\$)

PLAISIRS PARTAGÉS AVEC BÉBÉ

23 janvier : Cuisine purée (5\$)

20 février : Atelier de portage no.1 avec Janie de Porter la vie

20 mars : Atelier de portage no.2 avec Janie de Porter la vie

27 mars : Dîner entre mamans / sensibilisation à l'alimentation

17 avril : Atelier de portage no.3 avec Janie de Porter la vie

15 mai : Visite du FitGym et marche en sentier

26 juin : Pique-nique au parc et jeux d'eau

LES CAUSERIES DU VENDREDI

8h45 à 11h15, Gratuit

19 janvier : «Le destin existe-t-il?» Animée au salon O'Thé Santé à Pierreville

2 février : «As-tu 5 minutes? », «Défaire les mythes sur l'agression sexuelle» animée par Jocelyne de CALACS

16 février : «Les émotions, les décoder pour mieux les vivre» par Marie-Pier de la Collective des Femmes

16 mars : «Le cannabis : en savoir plus pour risquer moins» par une intervenante de La Relance

13 avril : «Viser la justice sociale, récupérer notre trésor collectif» par Annie de La Collective des Femmes

27 avril : «Trouver l'équilibre entre le corps et l'esprit grâce au Qi-Gong» par Sylvie de La Ruche

11 mai : «Le stress» par Chantal de la Collective des Femmes

25 mai : «La réalité du travailleur de rue»

animée par Krystina de Centretien

1^{er} juin : Déjeuner entre participantes

LA BOÎTE À OUTILS

Début le 8 février, gratuit

Série de 9 rencontres en dyade parent/enfant (2 à 5 ans) afin d'explorer différentes façons de jouer, démontrer que tous les moments sont propices au jeu et qu'il faut peu de choses pour avoir du plaisir.

L'ESCOUADE EN CONGÉ (enfants de 8 à 11 ans)

9h à 16h lors des vendredis pédagogiques : 5\$/journée

8 janvier : Doudou et pyjama «Film/jeux de société»

26 janvier : Plaisirs d'hiver «Défi château de neige et jeux extérieurs»

9 février : Joyeuse St-Valentin! «Cuisine de cupcakes maison et cartes d'amitié»

23 février : Sports d'hiver «Patinage extérieur et marche en sentier»

5 mars : Réalisation d'un vidéoclip et activité spéciale avec Éducazoo

8 mars : Sortie hivernale

23 mars : Joyeuses Pâques! «Chasse aux cocos et décorations d'œufs»

20 avril : Le temps des sucres

4 mai : Bonne fête des mères! «Découverte culinaire et bricolage»

18 mai (flottante) : Pique-nique et sortie au parc

11 juin : Fête de la fin des classes «Olympiades»

RENCONTRES Y'APP +

25 janvier : La pression sociale qui accompagne le rôle de parent

19 avril : Apprendre à lire les étiquettes nutritives

Actualités



PHOTO FRANÇOIS BEAUDREAU

Sylvie Boisvert et Réjean Descôteaux d'Ambulance du Bas-Saint-François.

Dessercom Inc. acquiert Ambulance du Bas-St-François

Les services ambulanciers dans la région,
une affaire de famille depuis 1956.

PAR FRANÇOIS BEAUDREAU

L'entreprise Ambulance du Bas-Saint-François a été acquise au début janvier 2018 par la société Dessercom Inc.

« C'est une très bonne entreprise qui continuera à offrir à la population le service ambulancier auquel elle a droit », assure Réjean Descôteaux, ex-dirigeant chez Ambulance du Bas-Saint-François. Le montant de la transaction de nature privée n'a pas été dévoilé.

Ayant son siège social à Lévis, Dessercom Inc., une société à but non lucratif, gère une flotte de près de quatre-vingt-dix ambulances réparties dans trente-cinq points de service partout au Québec. La société emploie plus de huit cent cinquante personnes.

« Après 49 ans au service à la population, Sylvie et moi avons décidé de passer le flambeau à un autre, par la vente de notre entreprise », confie M. Descôteaux, exprimant sa gratitude envers les techniciens ambulanciers paramédics qui ont contribué à développer et maintenir ce service dans la région du Bas-Saint-François.

« Je remercie tous les membres de ma famille et plus particulièrement ma conjointe Sylvie Boisvert, mon frère Jean-Yves, Hélène Mondou et Chantal Laforce qui ont largement contribué à

faire grandir l'entreprise et la cause de la profession. »

Les services ambulanciers sont une affaire de longue date dans la famille de Réjean Descôteaux. Son grand père acheta en 1956 un véhicule qu'il fit convertir en ambulance à l'usine de camions incendie Pierre Thibault de Pierreville.

Féru d'histoire, il relate qu'en 1959, le véhicule ambulancier avait effectué dix-huit transports. Des années plus tard, M. Descôteaux prend une part active dans l'entreprise familiale. « Nous avons le service funéraire et le service ambulancier », rappelle-t-il. « Dès 1968, j'ai eu la chance d'assister mon père dans le transport de malade. Je ne pouvais pas conduire, car je n'avais pas de permis. »

Il devait passer tout près de cinquante années à développer le service ambulancier dans la région dans l'entreprise qui employait une dizaine de personnes. « Sylvie et moi, comme dirigeants d'entreprise, nous sommes fiers d'avoir contribué à cette amélioration. Je peux dire facilement que c'est grâce à notre dévouement et à notre travail acharné que le Bas-St-François est doté aujourd'hui d'un service ambulancier digne de bien servir sa population », conclut Réjean Descôteaux.

VÉHICULES D'OCCASION CERTIFIÉS

LES AVANTAGES :

- Inspection en 152 points et plus
- Garantie du manufacturier
- Assistance routière 24 heures
- Privilège d'échange

LES MEILLEURES OCCASIONS AU MEILLEUR PRIX !

OUVERT LE SAMEDI DE 9H À 15H

Buick Encore 2013 No Unité 1761010A Roues 18 po alum., caméra arrière, On Star, régulateur de vitesse 129 354 km 11 495\$	Chevrolet Trax LT 2015 No Unité 18667A Bluetooth, On Star, roues 16 po aluminium, régulateur de vitesse 21 931 km 15 795\$
Chevrolet Cruze 2014 No Unité 17P122A Roues 16 po acier, régulateur de vitesse, démarrreur à distance, Bluetooth, 52 054 km 11 295\$	GMC Sierra 1500 2011 No Unité 179666A Commande audio au volant, Bluetooth, groupe électrique, régulateur de vitesse 136 000 km 17 295\$
Chevrolet Cruze 2014 No Unité 18635B On Star, caméra arrière, démarrreur à distance, toit ouvrant électrique 76 931 km 11 995\$	GMC Sierra 1500 2016 No Unité 17P171A Chauffe-bloc, caméra arrière, écran tactile, On Star, groupe remorquage, 40 350 km SPÉCIAL 32 995\$
Chevrolet Equinox LT 2011 No Unité 18708A Caméra arrière, On Star, syst. sonore Pioneer, chauffe-bloc 127 428 km 11 895\$	

Avant de signer PASSEZ CHEZ

AUGER

CHEVROLET - BUICK - CAMION - CORVETTE

3725, boul. Louis-Fréchette
Nicolet

819 293-2121

www.augerautomobile.com

SANS FRAIS : 1 866 826-1596

Nous prenons en échange tous les autos.

Réjean Auger Conseiller	Danny Auger Conseiller	Gaby Auger Conseiller
Phillippe Bruel Conseiller	François Gras Conseiller	
Michel Lefebvre Conseiller	Justine St-Laurent Directrice commerciale & location court terme	

26 - 27 - 28 JANVIER 2018
Tournoi amical de snoot
 au profit des Loisirs de Pierreville
 sur la patinoire extérieure à Pierreville
 (secteur Notre-Dame)
Bourses
 aux gagnants et finalistes
 Catégorie: Équipe féminine,
 masculine ou mixte
 Coût inscription : 150\$/équipe
 Bar et casse-croûte
 sur place
 Info : Gaétan 450 568-6612 / 450 494-0157

SPÉCIAUX 1^{ER} AU 7 FÉVRIER

 FROMAGE RIVIERA 375 gr 4⁹⁹	 CROUSTILLES SÉLECTION 200 gr 3/ 6⁰⁰ variétés en magasin
 PAIN GADOUA 675 gr 1⁹⁹	 BIÈRE BUDWEISER 30 / 355 ml 34²⁰ cannettes consignées Prix minimum permis par la loi
 PLATEAU DE CRUDITÉS AVEC TREMPETTE 10 po 9⁹⁹	 BIÈRE BUD LIGHT 30 / 355 ml 31²¹ cannettes consignées Prix minimum permis par la loi

**À CHAQUE ACHAT DE 50\$ OU PLUS,
 COUREZ LA CHANCE DE GAGNER VOTRE PARTY «TAIL GATE»**

SUPER BOWL LII
 TIRAGE LE 2 FÉVRIER EN MAGASIN

metro
 ROUILLARD & FRÈRES INC.

21, rue Georges, Pierreville 450 568.3510

Actualités



PHOTO FRANÇOIS BEAUDREAU

Louis Plamondon, député de Bécancour-Nicolet-Saurel, Louise Pelletier, auteure et historienne et Serge Pélouquin, maire de Sorel-Tracy.

De Saint-Elphège à Paris

Un livre de l'historienne Louise Pelletier édité en France.

PAR FRANÇOIS BEAUDREAU

L'histoire d'une maison ancestrale située à Saint-Elphège retentit jusque de l'autre côté de l'Atlantique. En effet, un ouvrage consacré à la maison dite Cottrell, de l'historienne soreloise Louise Pelletier, vient d'être édité en France.

« C'était important de faire connaître l'histoire de cette maison-là », mentionne l'auteure lors d'une conférence de presse, à Sorel-Tracy, le 9 janvier dernier.

L'aventure a commencé il y a quelques années au hasard d'une balade. Un ami lui a fait découvrir cette maison de pierre qui se dresse dans le rang Saint-Antoine dans la municipalité de Saint-Elphège. Louise Pelletier a eu un coup de cœur. Elle devait ensuite consacrer deux années de recherche à fouiller quantité d'archives et rassembler une foule de documents afin de retracer le fil de l'histoire entourant cette maison, construite entre 1795 et 1810 par un certain Francis Cottrell, homme d'affaires notamment impliqué dans l'achat et la vente de terres.

« C'était un riche homme d'affaires de Sorel et marié à une Soreloise, Sarah Allen », relate l'historienne. « Il a oeuvré, à Sorel, à Saint-Elphège, à la Baie du Febvre, à Nicolet, à Montréal, à Québec et les Cantons de l'Est. Il est inhumé dans le cimetière du Christ-Church à

Sorel en 1855 et son corps fut déménagé dans le cimetière actuel en 1880 », ajoute Louise Pelletier, qui s'intéresse à l'histoire et au patrimoine de la région depuis plus de trente ans. Elle a d'ailleurs plus d'une dizaine de publications à son actif.

Pour Serge Pélouquin, maire de Sorel-Tracy présent à la conférence de presse, le travail de recherche historique de Mme Pelletier revêt une grande importance. « L'histoire de nos maisons patrimoniales est l'amorce de l'arrivée de nos familles sur le territoire », souligne-t-il.

Le livre de 126 pages, intitulé « La Maison Cottrell », est édité par la maison Edilivre-Aparis dans la collection Classique. « Elle vient d'ouvrir une porte aux auteurs québécois », estime le député de Bécancour-Nicolet-Saurel, Louis Plamondon qui, pour cette raison, compare l'auteure à une pionnière. Le député précise que Louise Pelletier s'intéresse à l'histoire et au patrimoine de la région depuis plus de trente ans. Elle a d'ailleurs plus d'une dizaine de publications à son actif.

Les personnes intéressées peuvent se procurer La Maison Cottrell en visitant le site Internet www.edilivre.com, www.amazon.fr ou encore à l'adresse www.fnac.com. L'ouvrage est également disponible sous forme manuscrite à l'imprimerie Sortrac de Sorel-Tracy.

Engouement pour le projet Fillactive

Le projet Fillactive, mis sur pied pour favoriser la pratique de l'activité physique chez les adolescentes, revient pour une troisième année à l'école secondaire La Découverte de Saint-Léonard-d'Aston.

Plus de 60 filles sont inscrites au projet. Chaque mardi, elles pratiquent différentes activités, comme le yoga, le Pilates, la Zumba ou la danse country en compagnie des animatrices Marie-Pierre Jutras et Mylène Turcotte. « L'idée est bien de donner le goût aux filles de bouger et de découvrir dans quelle activité physique elles se retrouvent le plus, pour ainsi leur donner le goût de bouger longtemps », souligne Mylène Turcotte, psychoéducatrice. « À partir du mois de

mars, les filles s'entraîneront à la course à pied pour atteindre l'objectif ultime le 17 mai soit courir un 5 ou un 10 km à Québec. Cette course regroupe environ 4 000 filles de toute la province. Tout un happening pour les filles de la Découverte. »

Fillactive est une organisation à but non lucratif fondée en 2007 dans le but de faire découvrir aux filles le plaisir et les avantages qui découlent de la pratique de l'activité physique. Selon les responsables de l'organisme, une fille sur deux abandonne l'activité physique à la puberté. Depuis ses débuts, Fillactive a sensibilisé des milliers d'adolescentes en Ontario et au Québec. [F.B.]



PHOTO GRACIEUSETÉ

Cette année, le projet vise à faire découvrir différentes activités physiques qui peuvent être pratiquées.



Les causeries du mercredi SANS INSCRIPTION ET GRATUIT!
LES SÉRIES ET LES ATELIERS POUR CET HIVER TOUT EST GRATUIT!

JANVIER

31 CE QUE MES ATTENTES DISENT DE MOI
par Karine Leclerc, animatrice

FÉVRIER

7 JOURNÉE ENGAGÉE !
à mettre à vos agendas Mesdames ! Les organismes se mobilisent... détails à venir !

14 APPRENDRE À COMMUNIQUER POUR PLUS D'AMOUR DE SOI
par Marie-Christine Simon, formatrice en communication selon la méthode ESPERE

21 LES ÉMOTIONS, LES DÉCODER POUR MIEUX LES VIVRE
par Marie-Pier Lupien, intervenante au centre

28 LE SILENCE D'UNE ROSE
par Nathalie Belley, auteure

MARS

7 HONORER SA FÉMINITÉ
par Karine Leclerc, animatrice

14 SUCCESSION ET MANDAT D'INAPTITUDE
par Maude Dumont, notaire

21 LA FAMILLE LACOSTE
par Francine Gélinas, professeure d'histoire à la retraite

28 RÉSEAUX SOCIAUX 101
par Anik Paradis, animatrice

Mesdames, en plus des activités de groupes et collectives, les intervenantes sont disponibles pour des rencontres individuelles. Vous n'avez qu'à téléphoner !

PROGRAMMATION HIVER PRINTEMPS 2018

Info. : 819 293-5958 Sans frais : 1 855 293-5958

AVRIL

4 CARREFOUR DE SAVOIRS SUR LES PRÉJUGÉS
par François Melançon, coordonnateur de l'AGÉPA

11 MOUVEMENTS DOUX POUR MIEUX VIVRE ®
par Marie-Pierre Comptois, praticienne en gymnastique holistique *** inscription obligatoire ***

18 VISER LA JUSTICE SOCIALE, RÉCUPÉRER NOTRE TRÉSOR COLLECTIF
par Annie Tanguay, intervenante au centre

25 LE BONHEUR EST-IL TOUJOURS CONFORTABLE ?
par Danielle L'Heureux, naturopathe et conférencière

MAI

2 LE STRESS
par Chantal Mongrain, intervenante au centre

9 VIEILLIR EN BEAUTÉ... UNE ÉTAPE À LA FOIS
par Isabelle Borduas, sexologue et psychothérapeute

VIE AU CENTRE

Projection du documentaire « Nous, les femmes qu'on ne sait pas voir » Avec les travailleuses du centre, venez visionner un documentaire produit par Le centre de femmes La Marie debout. Description : Diane, Lise, Nicole, Suzanne et Thérèse partent sur les routes du Québec afin de poursuivre une grande conversation avec des femmes. Ensemble, ces femmes qu'on ne sait pas voir nous offrent une courtrepoinde de paroles mêlant les accents comme les idées. Elles nous laissent entrevoir le paysage d'une vieillesse pleine de promesse, donnant à l'avancée en âge tout son sens de découverte.

Quand : Jeudi soir de 18 h à 20 h 30
Date : le 1^{er} mars 2018
Coût : GRATUIT***Mais soufflé et breuvage fournis ***
Vous devez vous inscrire avant le 22 février

Animations sur le territoire, gratuites! Vous devez téléphoner aux organismes pour vous inscrire.

Thèmes des animations	Ludolettre 819-399-3023 9h à 11h30	Le lien Maison de la famille 450-568-1010 9h à 11h30
Les émotions, les décoder pour mieux les vivre, Marie-Pier Lupien, intervenante	Jeudi le 1 ^{er} mars	Vendredi le 16 février
Viser la justice sociale, récupérer notre trésor collectif, Annie Tanguay, intervenante	Jeudi le 19 avril	Vendredi le 13 avril
Le stress, Chantal Mongrain, intervenante	Jeudi le 3 mai	Vendredi le 11 mai

HATHA YOGA MÉDITATION

avec Nancy Demers, enseignante de yoga et coach en bien-être intérieur

Le hatha yoga est un art de vivre contenant plusieurs exercices de respiration, de méditation, ainsi que des postures. Cela aide grandement à avoir une pleine présence à soi et aux autres, une meilleure santé physique et psychologique, une meilleure gestion du stress.

Quand : Lundi de 13 h 30 à 15 h
Date : les 12 et 26 février et les 5, 19 et 26 mars 2018
Coût : 15\$/membre, 25\$/non-membre

Vous devez vous inscrire avant le 5 février

GESTION DE CONFLIT

avec Karine Leclerc, animatrice

Dès que nous sommes en relation, l'acceptation, le refus ou le conflit deviennent différentes manières d'entrer en relation. On le cherche, on le fuit, on le provoque, on l'assume... Le conflit est un espace dans lequel on apprend à se connaître.

Quand : Jeudi le 22 février 2018 de 9 h 30 à 15 h 30
Coût : 10\$/membre, 15\$/non-membre

*** Apportez votre lunch ! Dessert et café fournis ***

Vous devez vous inscrire avant le 15 février

Pour celle dont la situation financière serait un empêchement, il est toujours possible de prendre une entente avec La Collective.

APPRENDRE À SE FOUTRE LA PAIX

avec Nicole Houle, animatrice

Parfois, dans notre quête de mieux-être, on s'impose des obligations qui nous entravent davantage qu'elles nous libèrent. Et si se foutre la paix faisait partie du processus de mieux-être qui nous interpelle tant...

QUAND : Jeudi de 13 h 30 à 16 h
Date : Les 15, 22 et 29 mars et les 5 et 12 avril 2018
Coût : 15\$/membre, 25\$/non-membre

Vous devez vous inscrire avant le 8 mars

NOURRIR SAINEMENT NOTRE SANTÉ MENTALE

avec Danielle L'Heureux, naturopathe et conférencière

Lors de ces ateliers, nous apprendrons à nous nourrir émotionnellement et mentalement. C'est-à-dire, comment nous garder en équilibre et surtout comment nous rendre de plus en plus autonome face à notre bien-être.

Quand : Mardi soir de 18 h 30 à 21 h
Date : Les 17 et 24 avril et les 1^{er} et 8 mai 2018
Coût : 15\$/membre, 25\$/non-membre

Vous devez vous inscrire avant le 10 avril

Dates importantes à mettre à votre agenda mesdames !

Journée internationale des femmes :
11 mars 2018 au Centre des arts populaires.
Action régionale des 6 centres de femmes MCQ:
semaine du 23 avril 2018, détails à venir!
Joignez-vous à nous !
AGA de La Collective : le 7 juin 2018 à 17 h
formule 5 à 7 !!! inscription obligatoire

JE SUIS LÀ
POUR VOUS!



DONALD MARTEL
Député de Nicolet-Bécancour

Jouer dehors

L'autre jour, alors que je sortais de chez moi, à Saint-Célestin, je me suis fait la réflexion suivante en jetant un coup d'œil tout autour. Il m'a semblé qu'on ne voyait presque plus jamais des jeunes du primaire ou des ados en train de jouer de manière amicale au hockey dans la rue, comme cela se faisait beaucoup dans des petites rues tranquilles il y a encore quelques années. Pourtant, au Québec, le hockey est non seulement notre sport national, mais une véritable passion qui existe et qui se perpétue depuis des générations!

Les jeunes passent aujourd'hui plus de temps qu'auparavant devant un ordinateur ou un appareil vidéo. Cela explique en partie ces changements d'habitudes. Mais, en même temps, je me dis que nous devrions peut-être réfléchir à l'idée d'encourager nos jeunes à aller jouer dehors plus souvent. Je suis convaincu que tout le monde y gagnerait. L'activité physique est très importante pour eux, mais en outre, la camaraderie et l'esprit d'équipe qu'on acquiert en participant à une activité de groupe ne sont pas non plus à négliger.

Je pense qu'en faisant cela, on donnerait peut-être aussi un coup de main à notre système d'éducation ainsi qu'à nos éducateurs et éducatrices sur qui on a peut-être tendance à reléguer trop de ces responsabilités que nous devrions en fait partager avec eux et elles.

Je ne veux pas ici du tout paraître moralisateur ou donner la leçon à quiconque. Encore une fois, c'est une simple réflexion. À l'aube de cette nouvelle année, une des résolutions que nous devrions peut-être prendre serait d'envoyer nos jeunes jouer dehors (et d'y aller avec eux)!



819 233-3521 • 1 855 333-3521
www.donaldmartel.com

Suivez notre député!



Étoile ★★★★★
DE LA SEMAINE



Lucie Desrochers
de Daveluyville
récipiendaire de la
Médaille du souverain
comme bénévole en chef du
Club des petits déjeuners de
l'École Sainte-Anne

Actualités

La spectaculaire Course de canot à glace Sorel-Tracy est de retour

Le coup d'envoi de la quatrième édition de la Course de canot à glace Sorel-Tracy sera donné au quai du Traversier le 24 février prochain dès 13 h.

Lors de cette de cette compétition de haut niveau, une trentaine d'équipes s'affronteront tout juste avant la grande finale de la saison.

« Ce sera l'occasion pour les compétiteurs de remporter plus de 4 500 \$ en bourses et d'améliorer leur classement pour espérer mettre la main sur la Coupe des Glaces, ultime trophée décerné par le Circuit québécois du canot à glace au terme des sept épreuves de la saison », souligne Jessica Brousseau, directrice de la Course de canot à glace Sorel-Tracy.

Le jour des compétitions, le site sera officiellement ouvert à partir de midi. L'entrée sur le site est complètement gratuite et il est suggéré d'arriver un peu



PHOTO BIRTZ PHOTOGRAPHIE / GRACIEUSETÉ

Quelques-uns des canots de la classe Sport lors de la Course 2017.

à l'avance afin de ne pas manquer le départ de la Course, qui est un des moments forts de l'événement.

La Course de canot à glace Sorel-Tracy est un événement organisé par le Regroupement indépendant pour la relance éco-

nomique de la région de Sorel-Tracy (RIRÉST), un organisme à but non lucratif qui vise à positionner Sorel-Tracy et sa région comme une destination touristique sur le fleuve St-Laurent avec le projet touristique Statera. [F.B.]

Gestion 3LB

enfouibec
au service de l'environnement depuis 1985

SOIRÉE PORTES OUVERTES

**Projet de
lieu d'enfouissement de sols contaminés**

Gestion 3LB vous invite à rencontrer son équipe qui vous informera et recevra vos commentaires sur son projet de lieu d'enfouissement de sols contaminés, qui inclut un centre de traitement des sols. Le terrain envisagé est situé au 2085, boulevard du Parc-Industriel, sur le territoire de la Société du parc industriel et portuaire de Bécancour.

Venez nous rendre visite!

Mercredi 31 janvier 2018 de 18h à 21h (visite libre)
Église multifonctionnelle de Bécancour
3025, av. Nicolas-Perrot
Ville de Bécancour

Pour information : info@enfouibec.com



PHOTO JEAN-FRANÇOIS MONGEON / GRACIEUSETÉ
Jeanne Lavallée joue également pour les Rebelles du Cégep de Sorel-Tracy en volleyball féminin.

Une expérience enrichissante pour une étudiante d'exception

Jeanne Lavallée parmi les finalistes nationales de la Fondation Boursiers Loran.

PAR FRANÇOIS BEAUDREAU

Jeanne Lavallée, finissante au Cégep de Sorel-Tracy, est du nombre des 88 finalistes sélectionnés sur plus de 5 000 demandes d'étudiants à travers le Canada pour participer aux entrevues nationales de la Fondation Boursiers Loran.

Au terme des délibérations d'un jury, 34 boursiers remporteront chacun une bourse d'études d'une valeur de 100 000 \$. La Fondation Boursiers Loran vise à valoriser l'excellence scolaire et à récompenser la détermination, l'engagement communautaire et le potentiel de leadership.

« Je suis très heureuse de participer à ces entrevues. Cette opportunité m'a permis de faire des rencontres enrichissantes qui me permettent d'agrandir mon ré-

seau, de discuter des idées et de développer des projets en plus d'acquiescer de l'expérience pour des entrevues futures. J'ai atteint mon objectif initial qui était d'être sélectionnée pour les entrevues nationales à Toronto et j'ai désormais très hâte de vivre cette expérience enrichissante », explique Jeanne Lavallée.

Elle précise que cette expérience lui permet notamment d'effectuer une grande réflexion personnelle sur ce qui a été accompli dans différents projets et sur ce que nous comptons en faire dans le futur.

« Ce ne sont pas des engagements de surface, Jeanne est une étudiante d'exception qui habite réellement son cégep! Partout où elle passe, elle laisse sa trace. Non pas parce qu'elle veut faire parler d'elle, mais parce qu'elle veut *leader*,

changer les choses », précise Jacques Gauthier, conseiller à la vie étudiante qui a recommandé l'étudiante à la Fondation Boursiers Loran. « Sa grande humilité fait d'elle une force tranquille ! »

Finissante en Sciences de la nature, Jeanne Lavallée compte poursuivre ses études universitaires en médecine. Elle espère s'engager dans Médecins sans frontières. Ses engagements au sein de la communauté étudiante sont nombreux. Elle est vice-présidente de l'Association générale des étudiantes et étudiants du Cégep de Sorel-Tracy, membre et présidente du conseil d'administration du Magasin du Monde et du c.a. du Café du Bourg et joue pour les Rebelles en volleyball féminin, entre autres. Notons qu'elle a travaillé à la mise en place du comité directeur où elle siège actuellement.

Cégep
de Sorel-Tracy

TOUJOURS PRÈS

DU SUCCÈS DES PROFS DE L'ACTION DE TOI DE CHEZ TOI

PRÈS
DE CHEZ TOI



30 minutes
de transport
de chez toi !

> estupres.com

ÉDUCATION
À L'ENFANCE

SCIENCES
NATURE

ENVIRONNEMENT

ÉDUCATION
SPÉCIALISÉE



**CHOISIR MIEUX,
SANTÉ ET VITALITÉ**

ESPACE TEMPS mouvement **Annick ou France** 170 St-Jean-Baptiste, Nicolet
espacetempsmouvement14@gmail.com
819 244-5296 / espacetempsmouvement.ca / [poids santé Nicolet](https://www.facebook.com/poids.santé.Nicolet)



450 881-1009

ACCÈS 24H/JOUR | 7 JOURS/SEMAINE | 365 JOURS/ANNÉE

PLAN ALIMENTAIRE | ENTRAÎNEMENT PRIVÉ

VENTE DE SUPPLÉMENTS

1203-5, Marie-Victorin, Odanak 450 881-1009

Ancestral Chaga NPN 80078809

**Pour une meilleure santé,
recherchez Ancestral Chaga,**
*produit d'excellente
qualité fabriqué en laboratoire*

Antioxydant & Immunitaire **Disponible en tisane
et en capsule.**

Sti Mina
Garcinia Cambogia

12⁹⁹\$ chq | SPÉCIAL 20\$/2

- Perte de poids
- Contrôle l'appétit
- Aide à éliminer les gras

Aussi disponible : Bioartri contre les douleurs musculaires

Laboratoire Mina 1101, Marie-Victorin, Odanak 450.568.5987



Santé

**5 conseils
pour vos
résolutions**

Que 2018 soit l'année au cours de laquelle vous vieillerez à votre santé. Si c'est l'une de vos résolutions du Nouvel An, vous devez prendre les mesures nécessaires pour que votre corps et votre esprit soient au meilleur de leur forme. Dans un cas comme dans l'autre, la priorité fondamentale est la même : une bonne alimentation. Voici cinq conseils sur le plan de la nutrition, qui vous aideront à tenir vos résolutions en ce sens.

L'habitude la plus fluide à prendre

Un des meilleurs moyens de préserver votre santé consiste à prendre l'habitude d'être toujours bien hydraté. Le corps humain est composé de 60 à 70 % d'eau. Il a besoin d'eau pour digérer les aliments, nettoyer la peau, transporter les nutriments jusqu'au cerveau et dans les différents organes pour assurer le maintien d'une bonne acuité cognitive et de diverses fonctions physiques, et bien d'autres choses. Contrairement aux boissons gazeuses, l'eau peut aider à gérer le poids corporel et à réduire l'apport calorique tout au long de la journée.

Même si les besoins de consommation d'eau varient selon l'état de santé et l'âge, il est conseillé, de façon générale, d'essayer de boire environ huit grands verres. Vous pouvez infuser des fruits et des fines herbes, comme des petits fruits et la menthe, qui vous donneront des boissons délicieuses et rafraîchissantes!

Nourrir, de l'intérieur et de l'extérieur

Le froid de l'hiver ne vient pas sans de nombreux inconvénients, comme la sécheresse de la peau et le ralentissement du métabolisme. Pour surmonter les nuits froides, une nutrition polyvalente est essentielle, ce qui nous amène à parler de l'huile de coco. Des études cliniques ont montré que l'huile de coco peut réduire les facteurs de maladie cardiaque dans l'organisme, aider à améliorer la digestion grâce à ses propriétés antibactériennes, améliorer le cholestérol HDL et abaisser le cholestérol LDL et peut même être utilisée comme hydratant topique.

Vous êtes ce que vous digérez

Une alimentation riche en aliments transformés et en sucre est reconnue pour stimuler la prolifération des bactéries, ce qui peut avoir un effet négatif sur le tube digestif et nuire à la capacité du corps de digérer et d'absorber les nutriments, après que les aliments sont décomposés dans l'estomac et déplacés dans l'intestin grêle. Si votre digestion se fait difficilement, le corps ne peut probablement pas absorber tous les nutriments nécessaires pour se maintenir dans un état optimal. Afin de rétablir votre santé digestive, songez à prendre ces suppléments et aides nutritionnelles qui vous seront d'un grand soutien.

Huile de coco. Mis à part l'hydratation de la peau et la stimulation du métabolisme, l'huile de coco a des propriétés antibactériennes qui peuvent aider à rééquilibrer la flore intestinale.

Fibres solubles.

L'alimentation canadienne est généralement carencée en fibres, surtout en fibres solubles qui contribuent à améliorer la santé cardiaque, qui abaissent le cholestérol et aident à stabiliser la glycémie. Les fibres alimentaires obtenues par la consommation de fruits, de légumes ou d'avoine constituent un excellent moyen d'améliorer votre santé digestive.

Probiotiques. Des souches comme *Lactobacillus rhamnosus* et *Lactobacillus acidophilus* en suppléments sont excellentes pour rétablir l'équilibre de la flore intestinale. Bouillon d'os. Non seulement la soupe est-elle idéale pour demeurer en santé et au chaud, mais une soupe faite avec un bouillon d'os est riche en minéraux qui soutiennent le système immunitaire et contiennent du collagène. Des études ont montré que ce dernier pouvait aider à cicatrifier les parois intestinales endommagées.

Nourrissez le corps, nourrissez l'esprit

En fin de compte, il y a un facteur essentiel à la réalisation de vos objectifs du Nouvel An – la volonté. Tandis que nous tentons d'adopter de meilleures habitudes nutritionnelles pour le bien de notre corps, il est important de nourrir aussi l'esprit, surtout pendant l'hiver. La méditation ou toute autre pratique de pleine conscience, comme le yoga ou des techniques de respiration simples, peuvent aider à apaiser l'esprit. C'est surtout important pendant l'hiver, lorsque notre humeur change en raison du peu d'ensoleillement et de la diminution des heures de clarté.

L'ingrédient prodigieux

Le curcuma est rapidement devenu un puissant ingrédient, reconnu parmi les adeptes d'une bonne santé. Le curcuma a fait l'objet d'études cliniques en tant que composé anti-inflammatoire naturel; les résultats de ces études ont montré son utilité pour les arthritiques, les athlètes et ceux qui aiment bouger, ce qui en fait un atout précieux par temps froid peu favorable à la mobilité des articulations et source de douleurs musculaires. Qu'il soit utilisé dans des recettes comme les plats au cari ou des boissons chai, le curcuma en poudre constitue de différentes façons une excellente addition à votre alimentation.

Utilisez ces 5 conseils tout au long de l'année pour accélérer les progrès vers vos objectifs, à commencer par maintenant! Après tous, le chemin vers un esprit et un corps en pleine forme commence toujours par un premier pas.

La science derrière les respirations profondes, le yoga et votre santé

(EN) Yoga avec des chèvres, yoga aérien, acroyoga... la popularité de cet exercice est indéniable. Mais qu'en est-il du lien entre le yoga et vos poumons?

Bien que certaines habitudes de vies associées au yoga, comme l'utilisation d'encens ou la présence de chèvres, ne soient pas toujours propices à une bonne santé pulmonaire, l'essence de la pratique, elle, l'est indéniablement.

Que vous pratiquiez le yoga à des fins de prévention ou de réadaptation, il s'accorde à merveille avec vos poumons.

Voici les trois principaux bienfaits des respirations profondes – un aspect clé de cette pratique.

1. Gérer le stress et réduire l'anxiété.

Des respirations profondes aident à gérer le stress et l'anxiété. Ce type de respiration a également un effet calmant.

2. Renforcer vos muscles respiratoires.

L'exercice est bénéfique à tous les muscles; les muscles respiratoires ne font pas exception.

3. Améliorer la capacité pulmonaire.

L'exercice régulier, y compris le yoga, aide à améliorer la capacité pulmonaire et la forme physique globale. Pour plus d'information sur les bienfaits de la respiration contrôlée : blogue.poumon.ca

Santé, bien-être



CLINIQUE
PODIATRIQUE SOREL-TRACY

*Le podiatre est à vos pieds
ce que le dentiste est à vos dents!*

Mes pieds • Ma santé • Mon podiatre

**Prendre soin de vos pieds...
c'est dans notre nature!**



Dre Mona Bourdages, podiatre
Dr Gabriel Moisan, podiatre

Notre clinique vous offre les services suivants :

- Orthèses podiatriques incluant : examen biomécanique, prise d'empreintes avec plâtre et prescription
- Infiltration glucocorticoïdes (cortisone)
- Traitements pédiatriques dès la naissance
- Traitements de callosités, plaies, verrues et problèmes dermatologiques
- Blessures biomécaniques et sportives
- Et pour toute autre pathologie du pied
- Chirurgie d'ongle incarné

205, Robillard, Sorel-Tracy 450 746.PIED (7433) cliniquepodiatriquesoreltracy.ca



Chiropraticien

355, rue Saint-Joseph
Nicolet

819 539-5092

Dr. P. R. Landry



Institut Céline

Céline Joyal
OSTÉOPATHE D.O.
membre R.I.T.M.A.

L'institut sera fermé
du 22 au 30 janvier inclusivement

Certificat-cadeau - Reçu d'assurance

251, Haut de la Rivière, Pierreville 450.568.3523 www.institutceline.ca

RESTAURANT
Comme chez Soi
Prop. André Gamelin

Joyeuse St-Valentin

POUR LA SAINT-VALENTIN
Venez fêter l'amour et l'amitié
en venant déguster un bon repas.

Maintenant ouvert
les mercredis
jusqu'à 20h

123, Marie-Victorin, St-François-du-Lac
Tél. & Téléc. : 450 568-2222

Apportez votre
vin & bière

Bonne St-Valentin

**Chocolaterie
Pâtisserie du Bile**

OUVERT
MERCREDI
AU SAMEDI

Offrez un coffret de chocolats
maison ou des fraises
enrobées de chocolat

ROSES
CHOCOLATÉES

Chocolat sans sucre disponible

50, rue Georges, Pierreville
450 568-5515 www.chocopdelille.ca

MONTAGES SPÉCIAUX

Cocktail bénéfice

7^e ÉDITION

EXPÉRIENCE CULINAIRE AUTOCHTONE
DÉCOUVERTES ARTISTIQUES
ENCAN SILENCIEUX
TIRAGES

MUSÉE DES Abénakis

LE JEUDI
22 MARS 2018
À 17H30

RÉGULIER 100 \$
MEMBRE 85 \$

MUSÉE DES Abénakis

www.museeabenakis.ca
108, rue Waban-Aki, Odanak
450 568-2600

PLUSIEURS RABAIS !

VENTE FIN DE SAISON !
sur marchandise automne-hiver

NOUVELLE COLLECTION !
Venez profiter pour choisir des vêtements de voyage

Boutique Jolyanne
48, Maurault, Pierreville 450.568.2920

Certificat-cadeau
Small à XXL - 3 à 18 ans

Actualités

À la rencontre des dirigeants des PME

La tournée Priorité PME tournée organisée par l'Opposition officielle s'arrête dans la région.

Le député de Richelieu à l'Assemblée nationale, Sylvain Rochon rencontrait des dirigeants de PME de la région, le 17 janvier dernier, dans le cadre de la tournée Priorité PME organisée par l'Opposition officielle dans le but de faire le point sur les principaux enjeux auxquels font face les PME. M. Rochon était accompagné de son collègue Alain Therrien, porte-parole de l'Opposition officielle en matière d'Économie. « Les PME jouent un rôle crucial dans l'économie du Québec et de chacune de ses régions », affirme Sylvain Rochon. « Ce sont nos entrepreneurs et nos entrepreneures qui, dans Richelieu, créent la prospérité; et le rôle de l'État est de les soutenir. »

La rencontre de Sorel-Tracy a permis de mettre en valeur le créneau tout à fait exceptionnel, dans la région, d'entreprises manufacturières du secteur de la métallurgie, de la fabrication et de l'usinage métallique, dont les produits sont notamment destinés au secteur de l'énergie.

Selon le député, ces entreprises souhaitent voir le gouver-

nement du Québec démontrer plus d'intérêt à l'égard de l'aspect manufacturier du contenu québécois. « Le respect de la règle de contenu québécois, appliqué au secteur manufacturier, est une croisade que je mène sans relâche auprès du ministre de l'Énergie et des Ressources naturelles et du président directeur général d'Hydro-Québec, Éric Martel, a insisté le député. Les multinationales s'acquittent trop souvent de leurs obligations à l'égard du contenu québécois en s'en tenant à l'ingénierie pour ensuite confier la fabrication à l'étranger. Il est temps que ça cesse ! », plaide le député de Richelieu.

« Ce que je retiens surtout, c'est que ça prend beaucoup d'audace et d'efforts pour démarrer une entreprise et la faire durer. J'estime que le rôle du gouvernement n'est pas d'entraver cette démarche par des exigences réglementaires et administratives excessives, mais au contraire, de donner aux PME tout l'air dont elles ont besoin pour grandir », souligne pour sa part Alain Therrien. [F.B.]

Gestion
Jean-Pierre Ducharme

Services de comptabilité informatisés

PME - PARTICULIERS - TRAVAILLEURS AUTONOMES

- ▶ Résultats & Bilans mensuels
- ▶ Rapports TPS/TVQ
- ▶ Paie
- ▶ Rapport D.A.S.
- ▶ Rapport C.N.E.S.S.T.
- ▶ T4-Relevé 1 & sommaires
- ▶ Relevé 31 & sommaires
- ▶ Impôts des particuliers
- ▶ Préparation du dossier annuel

263, Rg de la Grande-Terre, St-François-du-Lac QC J0G 1M0
Tél./Fax. : 579 206-0069
gestionjpducharme@cgocable.ca www.gestionjpducharme.ca

Actualités

Le Biophare acquiert une oeuvre de Soeur Vanasse

Le Biophare, institution muséale soreloise, a récemment fait l'acquisition d'un triptyque intitulé «Le Survenant», peint par Sr Jeanne Vanasse, religieuse chez les Soeurs de l'Assomption à Nicolet. Cette oeuvre picturale a été produite en 1993 afin d'être présentée lors d'une exposition de groupe à Sorel-Tracy. «Chacun des panneaux de cette oeuvre est consacré à un personnage du roman de Germaine Guèvremont: le père Didace Beauchemin, le Survenant et Angéline Desmarais», relate Marc Mineau, directeur général du Biophare. «L'acquisition de cette oeuvre importante a été rendue possible grâce à une initiative de M. Raymond Vanasse. Étant convaincu que cette peinture devait être conservée dans notre région, M. Vanasse a ren-

contré le député de Richelieu, M. Sylvain Rochon, ainsi que le député de Bécancour-Nicolet-Sauvel, M. Louis Plamondon, pour les inviter à contribuer à l'achat de cette oeuvre unique.»

PARCOURS

Sr Jeanne Vanasse étudie à l'École des Beaux-Arts de Québec de 1956 à 1960 sous la direction de Jean-Paul Lemieux. Elle poursuit ses études pour une année supplémentaire dans le but de devenir artiste et enseignante. Par la suite, elle enseigne les arts visuels au Collège de Nicolet puis au Cégep de Trois-Rivières. Elle y fonde le département des arts visuels à la fin des années 60. Aujourd'hui âgée de 95 ans, Sr Jeanne Vanasse poursuit toujours son travail de création.



PHOTO MAURICE PARENT / GRACIEUSETÉ

Sylvain Rochon, Louis Plamondon et Raymond Vanasse présentent l'oeuvre en trois tableaux.

50^{ième} ANNIVERSAIRE

JUSQU'À
50%
DE RABAIS

GRANDE VENTE

annuelle d'inventaire

SPÉCIAL 398\$
rég. 578\$

SPÉCIAL 298\$
rég. 528\$

TABOURET EN SUS

SPÉCIAL 688\$
rég. 898\$

OSCILLANT
PIVOTANT
INCLINABLE

Ameublements du Port
L'élégance au temps du confort
Ouvert le dimanche de 12h à 16h

LIQUIDATION DE
DÉMONSTRATEURS

VASTE CHOIX DE MEUBLES DE QUALITÉ SUPÉRIEURE

20% SUR TOUS NOS ACCESSOIRES DE DÉCORATION

3350, Boulevard Louis-Fréchette, Nicolet
819 293-4579 www.ameublementsduport.com

Serge Blondin
propriétaire

L A Z B O Y
Vivre confortablement.

Livres

AU BOULEVARD DU LIVRE

PAR CYNTHIA JOBIN



SECTION ADULTE

Après le temps des fêtes, ce moment durant lequel la plupart des gens court à gauche et à droite, plusieurs se remettent en question et prennent des résolutions dont celle de ralentir le rythme et d'être plus zen. Voici un livre qui nous invite justement à prendre le temps.



À fleur de peau
Saverio Tomasella
Guy Saint-Jean
Janvier 2018

Au premier abord, nous découvrons Flora, une jeune femme anxieuse, qui désire faire le point sur ses émotions, apprendre à mieux les gérer et les comprendre. J'ai beaucoup aimé la façon dont elle relativise les situations et les regarde avec optimisme. Il y a toujours deux côtés à une médaille et ce livre nous aide à voir le meilleur.

La narration est à la troisième personne, mais au cours du récit Flora nous ouvre ses pensées et nous laisse porter un regard sur de petits bouts de son journal dans lequel elle livre ses émotions du moment. C'est de cette façon que nous avons l'impression d'entrer dans sa tête, de mieux la connaître, et donc, de la comprendre. Flora est hypersensible, mais ce livre peut facilement s'adresser à tous ceux qui ont tout simplement envie de faire un bout de chemin vis-à-vis leurs émotions. L'auteur, psychanalyste de profession, nous amène à nous poser des questions, à calmer nos explosions d'émotions et d'apprendre à s'analyser avant d'agir ou de prendre la parole. Flora, de par les situations qu'elle vit, amène des outils que l'on peut transposer dans notre propre quotidien : techniques de visualisations et de respirations ou encore une boîte à colère. De plus, chaque fin de chapitre est résumée en une petite phrase de laquelle nous pouvons nous inspirer.

C'est un petit livre qui se lit rapidement et donne de belles pistes intéressantes, mais surtout qui fait du bien. Certains passages sont un peu trop profonds pour moi, mais tout va dans le même sens, celui de se retrouver, se recentrer. Plus que cela encore, Flora et Marc nous amènent à savourer chaque instant, à cheminer et à améliorer quelques aspects de notre vie.

Consultez les blogues

Adulte: <https://au-boulevard-du-livre.blogspot.ca>

Jeunesse: <http://au-boulevard-du-livre-enfants.blogspot.ca>

Le mystère des machines
Emily Hawkins & Tom Adams
Auzou
Novembre 2017

Ce livre est un réel bijou pour les enfants qui ont une grande soif d'apprendre. À la première page, le lecteur est invité à prendre place à bord d'un train en vue d'un voyage spécial. Effectivement, l'enfant sera propulsé aussi loin qu'en 1504 pour revivre quelques faits historiques qui ont révolutionné le monde. De page en page, il fera la connaissance de grands inventeurs tels que Léonard de Vinci, Carl Benz et les frères Montgolfier. Il découvrira les premiers prototypes des machines (vélo, voiture, train, tramway, sous-marins...), mais aussi leur fonctionnement. Grâce aux belles images, les enfants pourront observer et comprendre les mécanismes de la pédale,



des écluses, de la machine à vapeur, du bateau à vapeur, le moteur à combustion interne, l'immersion et l'émersion du sous-marin, et plus encore.

Grâce à des énigmes, les auteurs amènent le lecteur à vivre totalement l'aventure. Le professeur a disparu et le lecteur doit, entre autres, déchiffrer des codes morse, des lettres mélan-

« J'aime beaucoup voyager dans le temps et résoudre les messages codés. J'aime vraiment apprendre sur les choses du passé. »

– Alyson, 7 ans

gées, des plans cartésiens et des mots inversés à l'aide d'un miroir. L'enfant devra utiliser une feuille et un crayon pour résoudre certaines missives du professeur et, ainsi, découvrir la prochaine place à visiter. C'est un concept vraiment captivant qui, j'en suis certaine, fera fureur. De par les indices à décoder et la tonne d'informations, c'est un livre que je suggère et conseille amplement à des enfants de 8 ans et plus.

SECTION JEUNESSE

La fée pissenlit – Tome 1
Carine Paquin & Bach
Michel Quintin
Octobre 2017

Voici une magnifique bande dessinée pour ceux qui aiment le genre ou encore qui aimeraient s'y plonger pour la première fois. La grosseur des cases donne un rendu aéré et la quantité du texte est bien dosée. Les couleurs pastel, accompagnées des bouilles toutes rondes des personnages, amènent une grande douceur. C'est un petit plaisir visuel.

Dans cette histoire, chaque fleur donne naissance à une sorte de fée spécifique. Une mauvaise herbe n'a jamais donné naissance et, pourtant, la petite dernière est bien née d'un pissenlit. Les deux petites gardiennes, Rosaline et Coqueliquette, essaient donc de lui donner une nouvelle identité pour ne pas ternir la réputation des fées. Avec une grande



évidence, une panoplie de péripéties arrive : la fée pissenlit n'est pas faite pour faire le boulot qu'on lui dicte, soit celui d'une fée marguerite. Mais, cette dernière a plus d'un tour dans son sac et découvre, pendant une mission périlleuse, qu'elle détient un pouvoir secret bien différent des autres. Un talent que personne ne possède.

L'humour est au rendez-vous avec les drôles d'expressions, les jeux de mots, les petites mala-

« Mon personnage préféré est la fée pissenlit parce qu'elle est gentille, ne dit pas de mensonges et qu'elle a un pouvoir magique génial. J'aime beaucoup son amie l'abeille. »

– Magaly, 6 ans

dresses de la fée pissenlit et les petites blagues semées ici et là. Cette bande dessinée invite à s'aimer et à accepter les autres tels qu'ils sont en reconnaissant leurs qualités, qui peuvent parfois être bien différentes des nôtres. La fée pissenlit arrivera-t-elle à trouver sa place? Chez moi, nous attendons impatiemment la suite qui devrait probablement sortir cet automne.



CONTACT COMMUNAUTÉ

PIERREVILLE

Relance pour la dîme

Bonjour, en ce début d'année, nous revenons à la charge pour demander aux personnes qui auraient oublié de contribuer à la campagne de dîme 2017-2018. Nous avons vraiment besoin que tous nos paroissiens-paroissiennes nous aident à bien administrer notre paroisse. Notre situation financière est vraiment précaire. Il est important que tous et chacun y participent pour la survie de notre paroisse. Si vous avez égaré le formulaire, contactez-nous au bureau ou encore auprès des membres de l'assemblée de fabrique pour en recevoir un exemplaire. De plus, puisque nous sommes dans la période des déclarations d'impôt, pour tous les dons reçus avant la fin février 2018, nous pouvons vous retourner un reçu pour déduction valide pour l'année 2017. Merci beaucoup de votre compréhension et de votre collaboration.

— Simonne Girard, prés. au nom des membres de l'assemblée de fabrique.

NICOLET

La Ruche Aire ouverte

Club de Yoga du Rire. Offrez-vous des moments qui activent la vie en vous! Les séances sont offertes un mardi sur deux, en après-midi. Atelier d'expression par l'écriture avec Michèle Drevet. Écrire, c'est s'amuser avec les mots, s'écouter, se confier, se regarder vivre! Se comprendre mieux, s'aimer mieux. Aux deux semaines, les jeudis matins. Qi-Gong. Venez augmenter votre vitalité et votre sérénité avec Sylvie Lemay! Séance d'une heure, à tous les jeudis après-midis. Gratuit. Inscription en tout temps. Conférence gratuite avec Alain Bellemare le 30 janvier à 13h30 : Reconnaître les manipulateurs et s'en protéger. Ces activités ont lieu au 690 Mgr Panet à Nicolet. Bienvenue à tous. Pour information 819 293-6416.

PIERREVILLE

FADOQ de Pierreville

Bonne année 2018. Invitation pour tous à venir célébrer la St-Valentin au local de la FADOQ, mercredi le 14 février à 9h. Ginette, Denise, Valentin, Gilbert et Brigitte vous attendent pour déjeuner. 3\$ pour les membres et 5\$ pour les non-membres. Bienvenue à tous.

PIERREVILLE

Messes thématiques

Le comité des messes thématiques vous invite à célébrer la messe de la Saint-Valentin à l'église de Notre-Dame-de-Pierreville, dimanche le 11 février à 11 h. Une préparation spéciale saura vous faire vivre des moments de réflexion sur l'amour qui mène nos vies. Il faut prendre du temps pour faire fructifier les sentiments qui nous habitent à travers les gestes d'amitié que nous suggère cette fête. Donc, c'est un rendez-vous le 11 février à 11 h.

SAINT-DAVID

Je cuisine, je déguste et je partage



L'épicerie Métro Rouillard & Frères Inc. de Pierreville a remis 2000\$ à l'École Monseigneur-Brunault de Saint-David, notamment pour le projet «Je cuisine, je déguste et je partage». Cette bourse vise à encourager les élèves à développer de saines habitudes en les invitant à prendre part à des ateliers de cuisine, basés sur la santé et l'exercice physique, en vertu du programme Croque-Santé.

NICOLET

La Collective des femmes

La Collective des femmes de Nicolet et région vous invite à ses causeries gratuites et sans inscription tous les mercredis de 13h30 à 16h. 31 janvier: Ce que mes attentes disent de moi, par Karine Leclerc, animatrice. 7 février: Journée Engagée! Journée d'action et de manifestation, informez-vous au centre! 14 février: Apprendre à communiquer pour plus d'amour de soi, par Marie-Christine Simon, formatrice en communication. 21 février: Les émotions, les décoder pour mieux les vivre, par Marie-Pier Lupien, intervenante au centre. Les causeries ont lieu au Centre situé au 690, Mgr Panet à Nicolet. Téléphone: 819 293-5958 ou 1 855 293-5958.

PIERREVILLE

Café muffin avec le curé

Le 15 janvier dernier avait lieu notre premier «Café muffin» de l'année 2018. Malgré le froid polaire qui sévissait limitant nos effectifs à 19 personnes, la bonne humeur était au rendez-vous! Le sujet de conversation choisi ne pouvait être plus d'actualité: Harcèlement et abus sexuels. Le sujet, à la fois délicat et complexe, a été abordé ouvertement sous plusieurs angles différents. En cours de rencontre, quelques expériences personnelles bouleversantes ont été partagées entre participants(tes). Prochaine rencontre: lundi le 12 février de 9h à 10h30 à la Rôtisserie Vachon de Pierreville. — Pierre Houle, curé.

SOREL-TRACY

À la recherche de bénévoles

Le Centre d'Action Bénévole du Bas-Richelieu est à la recherche de bénévoles avec permis de conduire et véhicule pour assurer son service de popote roulante. Le service de la popote roulante offre la livraison de repas à domicile aux personnes âgées ou ayant des problèmes de santé. Le bénévole doit être disponible la semaine entre 9h30 et 12h30 environ. Il est possible de s'impliquer une fois par semaine ou plus, selon vos disponibilités! Cela ne prendra que peu de votre temps et vous partagerez une expérience enrichissante tout en rendant un immense service. Nous remboursons aussi l'essence selon le kilométrage parcouru. Pour plus d'informations, contactez Mme Denise D'Aigle au 450 743-4310.

SAINT-FRANÇOIS-DU-LAC

Assemblée générale annuelle



Assemblée générale annuelle de la Société Saint-Jean-Baptiste du Centre-du-Québec, section locale de Saint-François-du-Lac, mercredi le 28 février 2018 à 19h30 au centre communautaire

de Saint-François-du-Lac. Invité du bureau régional, M. Stéphane Lévesque. Sujet: Livre sur le hockey au Centre-du-Québec. Prix de présence et léger goûter. Bienvenue aux membres et aux non-membres. Information: Réjean Allard, président, 450 568-2350

BAIE-DU-FEBVRE

Dîner communautaire animé

Dîner communautaire organisé par le Centre d'action bénévole du Lac Saint-Pierre, le 28 février 2018, au Centre communautaire de Baie-du-Febvre. Les bienfaits de l'activité physique, conférence animée par Caroline Breault, kinésiologue au CIUSSS. Inscription obligatoire avant le 21 février au Centre d'action bénévole du Lac Saint-Pierre : 450 568-3198. Coût 10\$. Accueil dès 11h45, dîner à 12h et conférence 13h30. Bienvenue à toute la population adulte de notre territoire : Baie-du-Febvre, La Visitation-de-Yamaska, Odanak, Pierreville, Saint-Elphège, Saint-François-du-Lac et Saint-Zéphirin-de-Courval.

SAINT-DAVID

Activités Âge d'Or de St-David

Bingo de l'Âge d'Or de Saint-David dimanche 28 janvier 2018 à 13h15. Bienvenue à tous. Soirée musicale, vendredi 2 février 2018 à 19h, entrée 5\$ pour tous. Spécial St-Valentin, samedi 17 février 2018 dès 17h. Souper spaghetti et spectacle avec Daniel Dan, 20\$ en prévente et 25\$ à la porte. Pour renseignement et réservation Jean-Marc Beauchesne, en composant le numéro 450 789-5553. Bienvenue à tous.

Les Petits Annonceurs

Habitation

PIERREVILLE LOGEMENTS
1½, 3½, 4½, 5½ et 6½
pièces disponibles
dès maintenant
DENIS: 450 881-0240



■ **DRUMMONDVILLE.** Condo à vendre face aux Promenades grand 4½ avec verrière, bain tourbillon, douche, armoires et comptoir de cuisine neufs, walk-in, balayeuse centrale, système alarme, air climatisé remise intérieure et extérieurs et beaucoup plus. 1025 Terrasse des Promenades. 819 478-1175

Habitation

■ **ST-FRANÇOIS-DU-LAC.** 56 rue Leblanc, terrain à vendre 24 447 p.c., près de la marina, service d'aqueduc. Idéal pour roulotte ou VR. Information 438 777-1398

■ **ST-FRANÇOIS-DU-LAC.** 2½ semi sous-sol meublé avec poêle et frigo, 335\$/mois. Remise, stationnement déneigé, grand terrain. Libres. 514 952-9517 ou 514 992-8009

■ **SOREL-TRACY.** 5½ pièces, 2° étage, frais peint. 545\$/mois avec stationnement déneigé. Face à un parc et patinoire Info.: 514 952-9517 ou 514 992-8009

■ **YAMASKA.** 143 Centrale 5½, pièces 2° étage 495\$/mois. Libre. Info.: 514 952-9517 ou 514 992-8009

■ **YAMASKA.** 133 Centrale 7½ + sous-sol 725\$/mois. Libre Info.: 514 952-9517 ou 514 992-8009

Divers

VESTIAIRE ST-FRANÇOIS-DU-LAC
Gros arrivage de nouveau stock. De tout à petit prix !
Du mercredi au vendredi
de 9h30 à 16h30 au
262-A rang Grande-Terre

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

Service

RBMG RÉNOVATION
RBQ 5713-7648-0
Rénovations de tous genres
estimation gratuite
RÉGENT GRENIER
450 494-1540

MINI ENTREPÔTS STAR
Intérieur et extérieur
Entreposage commercial
ou résidentiel. Meubles, VTT,
motoneige, bateau, VR etc.
LOCATION DE REMORQUE
450 881-1009
MINIENTREPOTSSTAR.COM

Cours

Expression de soi par la peinture intuitive
Acrylique, collage, techniques mixtes
Centre d'Interprétation de Baie-du-Febvre
Cours débutant le 12 février
pour 6 ateliers (aux 2 semaines)
Horaire à déterminer selon vos besoins
Aucun pré-requis. Matériel fourni, 25\$/atelier
Animatrice : Myriane Bergeron, Baie-du-Febvre
Inscriptions et informations: 450-783-2015

Service

■ **VOS SOUVENIRS SUR DVD.**
Faites transférer sur DVD vos films 8mm, 16mm, diapositives, négatifs, 35 mm, photos et cassettes VHS, S-VHS, VHS-C, MINI DV, HI-8, Sonimage 498, boul. Fiset, Sorel-Tracy. Téléphone: 450 746-7432.

CARROSSERIE Martel Votre Centre de Collision du Bas St-François
450.568.0351
SPÉCIALITÉ : COLLISION
Auto de courtoisie
Service de remorquage et transport
Mario Martel, prop.
295, chemin Ste-Anne, St-François-du-Lac

KEVIN JOYAL
335, rang Bord de l'Eau
St-Pie-de-Guire JOG 1R0
819 388-8059
Déneigement • Chemins forestiers • Terrassement • Terre-sable-gravier

UNI-PRO
Garage Pierre Dufresne
Mécanique générale - Air climatisé
Injection électronique - Pneus
Réparation & remplacement de pare-brise
695, Haut de la Rivière, Pierreville
450 568-7173 Téléc. : 450 568-6345

LES SARDINES,
C'EST POUR LE CRAQUELIN.
LA CONSERVE,
C'EST POUR LE BAC.

Pour savoir tout ce qui va dans le bac
et continuer à bien récupérer:

RECYC-QUEBEC.GOUV.QC.CA

Le placement publicitaire de la présente campagne s'inscrit dans le cadre de la Loi sur la qualité de l'environnement (chapitre Q-2) et de la réglementation relative. Les journaux assujettis sont tenus de contribuer en espaces publicitaires à leur juste part.



RECYC-QUÉBEC
Québec

3 FAÇONS : POUR FAIRE PARAÎTRE VOTRE ANNONCE
Par la poste ou directement à nos bureaux :
L'annonceur
108, rue Maurault,
Pierreville (Québec) JOG 1J0
Paiements :
Chèques, mandats postaux, argent comptant
Par téléphone :
450 568-3186
1 888 568-3186 (ligne sans frais)
Par courriel :
publicite@lannonceur.ca

L'annonceur
Nous vous plaçons au cœur de l'événement
L'ANNONCEUR DU BAS-SAINT-FRANÇOIS
108, RUE MAURAU, PIERREVILLE (QUÉBEC) JOG 1J0
TÉLÉPHONE : 450 568-3186
TÉLÉCOPIEUR : 450 568-5475
JOCELYNE HAMEL ÉDITRICE
THERESA WATSO CONSEILLÈRE EN PUBLICITÉ
FRANÇOIS BEAUDREAU ÉDITEUR ADJOINT
JANICE CARDIN / GRAFFIK ART INFOGRAPHIE
HEBDO LITHO IMPRESSION
POSTES CANADA DISTRIBUTION

Lannonceur.ca
COURRIEL : LANNONCEUR@LANNONCEUR.CA
SITE INTERNET : WWW.LANNONCEUR.CA
AMECQ
ASSOCIATION DES MÉTIERS ÉCRITS
COMMUNICATEURS DU QUÉBEC
Culture et Communications
Québec
DÉPÔT LÉGAL BIBLIOTHÈQUE NATIONALE DU QUÉBEC ISSN 1705-9437

Remerciements et avis de décès



Madame Alice Lafrenière Côté
1924 - 2017

À l'Hôtel-Dieu de Sorel, le 26 décembre 2017, est décédée à l'âge de 93 ans, Madame Alice Lafrenière, épouse de feu Jean-Luc Côté, demeurant à Pierreville.

La crémation a eu lieu au crématorium Yves Houle. Madame Lafrenière laisse dans le deuil ses enfants : Mylène (feu Roger Noël), Claude (Michel Caron), Carole (Richard Dupuis), Martine (Simon Béland), Luc (Nicole Favreau), Mario (Linda Laliberté), Guy (Nathalie Rousseau) et Julie (Richard Bergeron), ses 14 petits-enfants et 21 arrière-petits-enfants, sa belle-sœur Pauline Hamel (feu Roch Lafrenière) ainsi que plusieurs neveux, nièces, parents et amis.

La liturgie de la Parole a eu lieu le samedi 13 janvier à 14h à la chapelle du Centre funéraire.

En sa mémoire des dons à la Fondation des maladies du cœur et de l'AVC seraient grandement appréciés.

Centre funéraire
Descôteaux/Yves Houle
Tél : 450 568-2305
1 800-561-2881
Téléc : 450 742-5950
www.yveshoule.com



Monsieur Jacques Desmarais
1946 - 2018

À son domicile de Saint-François-du-Lac, le 22 janvier 2018 est décédé à l'âge de 71 ans Monsieur Jacques Desmarais, fils de feu Roméo Desmarais et feu Emeline Crevier, domicilié à Saint-François-du-Lac.

La famille accueillera parents et amis(es) le samedi 3 février 2018 à l'église de Saint-François-du-Lac de 10h à 13h45 afin de recevoir les marques de sympathie. Les funérailles auront lieu ce même samedi à 14 h en l'église Saint-François Xavier de Saint-François-du-Lac.

Monsieur Desmarais laisse dans le deuil ses enfants Yanick et Evelyne (Eric Régis) ainsi que sa petite-fille Léa Régis. La mère de ses enfants, Lise Daneau. Ses frères et sœurs : Lionel Desmarais (feu Anne Descheneaux), Noëlla Desmarais (Yvon Forcier), Jean-René Desmarais, Monique Desmarais (Jacques Nadeau), Philippe Desmarais et Claire Desmarais (feu André Léveillé). Ses beaux-frères et belles-sœurs de la famille Daneau. Une amie de la famille Josée Allard, ses neveux et nièces ainsi que de nombreux autres parents et amis.

Des dons à la Fabrique de l'église Saint-François-du-Lac seraient grandement appréciés par la famille



J.N. Donais
Coopérative funéraire
Tél : 819 472-3730
1 866 472-3730
Courriel : info@jndonais.ca



Madame Marie-Ange Proulx
1922 - 2018

À Sorel-Tracy le 17 janvier 2018, à l'âge de 95 ans et 5 mois, notre mère Marie-Ange Proulx Desmarais, épouse de feu René Desmarais, est retournée vers le Père pour rejoindre notre père René et son petit-fils Pascal.

Elle laisse dans le deuil ses enfants Jean-Guy (Martine Cresta), Pierrette (Jean-Guy Larosée), Yves (Louise Caya); ses petits-enfants Chrystelle (Jonathan), Michel (Chantal), Francis (Annie), Patrick (Roxanne), Marie-Claude (Simon), Isabelle, feu Pascal; ses arrière-petits-enfants Xavier, Judith, Florence, Antoine, Zack, Charlie, Justine, Jacob et Jérémy; son frère feu Anatole; ses sœurs Blanche-Alice (feu Félicien Desrosiers), Henriette (feu Rodolphe Mondou), feu Laurette (feu Wilfrid Bibeau), Pauline (feu Paul-Aimé Côté), Gisèle (feu Michel Dupuis), Solange, Madeleine (feu Marc L'Espérance), sa filleule France Dupuis; les membres (cousines et cousins, nièces et neveux) des familles Martel, Proulx et Desmarais.

Remerciements au personnel de l'Hôtel-Dieu de Sorel (observation et 4D) pour leur support et leur dévouement dans les derniers jours de vie de notre mère.

Vous pourrez rendre hommage à notre mère au Centre funéraire Yves Houle situé au 17, Lt Gouv. Paul-Comtois à Pierreville, le samedi 27 janvier 2018. Marie-Ange vous accueillera de 11 h à 15 h. Une liturgie de la Parole suivra et sera célébrée au salon même à 15 h. L'inhumation se fera au cimetière familial de St-François-du-Lac. Vos marques de sympathie pourront se traduire par des dons (chèques ou argent comptant) à la Maison des Jeunes Bas St-François facebook.com/MDJBasStFrancois. Des formulaires de dons seront disponibles sur place.



Centre funéraire
Descôteaux/Yves Houle
Tél : 450 568-2305
1 800-561-2881
Téléc : 450 742-5950
www.yveshoule.com



Rose-Aimée
Gamelin Descôteaux
3 novembre 2017

Puisse-t-il y avoir un certain réconfort à penser que les souffrances causées par la maladie sont maintenant finies et qu'elles ont fait place à une paix infinie.

Merci à tous ceux et celles qui ont vécu cette séparation avec nous, soit par votre présence ou en pensée, votre assistance aux funérailles ou tout autre manifestation que ce soit. Nous avons été profondément touchés par tous ces témoignages et nous vous prions d'agréer notre profonde reconnaissance.

Sa fille Francine et son conjoint Marcel ainsi que ses petits-enfants.

*Perdre quelqu'un
est terrible,
mais le pire serait
de ne pas
l'avoir rencontré.*

Graffik Art

Au service de votre image depuis 20 ans.

*Signets - Cartes souvenir - Lampions
Diaporama - Photos retouche - Agrandissement*

108, rue Maurault, Pierreville
450.568.3186
jocelyne@lannonneur.ca

*Nos sympathies
aux familles endeuillées.*



TOUT VIENT À POINT À QUI N'ATTEND PAS



ON PAIE

**LES
3
PREMIERS MOIS***

JUSQU'À 1 500 \$ AU TOTAL
SUR LES FORD 2017/2018
NEUFS SÉLECTIONNÉS

LOUEZ
L'ESCAPE SE 2018 À TRACTION AVANT

158 \$°

60 MOIS

1.49%

TABLE 1**0 \$ ACOMPTE**

ÉQUIVAUT À
79 \$
PAR SEMAINE

OU

OBTENEZ

2500\$**

EN ALLOCATION DE LIVRAISON
SUR LES ESCAPE 2017 NEUFS

LES MEMBRES DE COSTCO ADMISSIBLES
OBTIENNENT UN RABAIS ADDITIONNEL DE

1 000 \$

SUR LES FORD 2017/2018
NEUFS SÉLECTIONNÉS



Visitez trouvezvotreford.ca
ou le détaillant le plus près pour plus de détails.

**C'EST FACILE
D'EMBARQUER
AVEC FORD**

**JE CHOISIS**

POIRIER

2325, rue Laprade (aut.30), Sorel-Tracy
Tél.: 450.742.2743 • Téléc.: 450.742.9207
www.poirierford.com

130 VERSEMENTS AUX DEUX SEMAINES. ALLOCATION DE 16 000 KM/ANNÉE. FRAIS DE 0,12 \$ PAR KM EXCÉDENTAIRE. L'OFFRE INCLUT 1 890 \$ EN FRAIS DE TRANSPORT ET TAXE SUR LE CLIMATISSEUR.

Les véhicules illustrés peuvent être dotés d'équipements offerts en option. Les concessionnaires peuvent vendre ou louer à prix moindre. Ces offres s'adressent à des particuliers admissibles uniquement, sur approbation du crédit par Credit Ford. Pour obtenir plus les détails, consultez votre concessionnaire Ford, ou appelez le Centre des relations avec la clientèle Ford au 1 800 965-3673. Pour les commandes à l'usine, au moment de la livraison, nous ne devons pas. Cette offre est en vigueur du 1^{er} décembre 2017 au 28 février 2018 et s'adresse aux résidents canadiens. Recevez un total de 1 500 \$ CA applicable sur les achats de tous les modèles de camionnette, d'un montant de 1 500 \$ CA en argent, applicable à l'achat au comptant des véhicules Ford 2017 ou 2018 réels, à l'exception des modèles suivants : chassis-cabine, pickup, Mustang Shelby GT-F500 et F-750. Cette offre peut être combinée à toutes les offres détaillées, à l'exception du programme de primes aux pairs commerciaux et du programme d'encouragement aux modifications commerciales (chassis-cabine, camionnette, camion). Veuillez consulter le programme de primes aux pairs commerciaux pour connaître les modalités.

o L'offre de location est en vigueur jusqu'au 31 janvier 2017, et est basée sur le prix de détail suggéré par le constructeur (PDS) de 29 289 \$ (le PDS comprend la contribution du concessionnaire de 750 \$). Le paiement aux deux semaines, dans le cas où un acompte de 0 \$ est versé, est de 158 \$ sur une obligation locative totale de 30 230 \$ et la valeur de rachat optionnelle est de 10 213 \$. La mensualité exigible pour un financement sur 60 mois à un taux annuel est de 3,42 \$. Taxes en sus. ^ Le paiement hebdomadaire est présenté à des fins de comparaison seulement et est calculé comme suit : le paiement aux deux semaines est divisé par 2, soit le paiement.

† Cette offre est en vigueur du 1^{er} décembre 2017 au 28 février 2018 uniquement (« la période d'offre ») et s'adresse aux résidents canadiens membres en règle de Costco, en date du 30 novembre 2017, ou avant. Recevez 1 000 \$ à l'achat ou à la location de tous les autres véhicules Ford à l'exception des Focus, Fiesta, C-MAX, F-150 Raport, Mustang Shelby® G350 et G350H, F-150 XL 4x2 à cabine simple, à fourgon tronqué/dépassé cabine, F-650 et F-750 (chaque étant un « véhicule admissible »). Une seule offre est applicable à l'achat ou à la location d'un (1) véhicule admissible par membre admissible de Costco, jusqu'à concurrence de deux (2) véhicules par numéro de membre de Costco seulement. Cette offre est transférable aux personnes vivant dans le même foyer qu'un membre admissible de Costco. Les taxes à payer avant la déduction de l'offre : « l'usage en vertu d'une licence accordée par Price Costo International, Inc. »*. Jusqu'au 31 janvier 2018, obtenez 250 \$ en rabais du constructeur à l'achat ou à la location d'un véhicule Ford Escape 2017 neuf. Les rabais à la livraison ne peuvent être combinés aux incitatifs clients relatifs aux parts automobiles.†† © 2018 SiriusXM, le logo SiriusXM®, le logo Sirius Canada Inc. « SiriusXM » et les logos des stations sont des marques de commerce de SiriusXM Radio Inc. © 2018 Ford du Canada Limitée. Tous droits réservés.



De série pour la plupart des véhicules Ford
avec abonnement de 6 mois préparés^{††}