MERCREDI 29 NOVEMBRE 2017 | VOL. 20 | NO 46 |

Accès Journal des Pays-d'en-Haut

SAUVETAGE EN FORÊT

CRÉDIT PHOTO : COURTOISIE

DES MOYENS POUR ÉVITER LE DRAME

PAGES 10 ET 11

PERSONNALITÉ
PATRICK BOURGEOIS
PAGE 4

LA CHRONIQUE À MIMI
MANIPULATION 101
PAGE 5

SECTION SPÉCIALE
LA CULTURE EN CADEAU
PAGES 19 À 23

JOURNÉE PORTES OUVERTES

- RECRUTEMENT-

les Sommets

Saint-Sauveur • Gabriel • Olympia
Morin Heights • Edelweiss

Venez prendre un café avec notre équipe des Ressources humaines
De nombreux postes disponibles*

Le Samedi 2 décembre 2017 de 10 h à 14 h
Pavillon principal, Sommet Saint-Sauveur

Tous les détails sur www.sommets.com

*Apportez votre c.v.

Restez à l'affût !

Suivez-nous sur les réseaux sociaux et abonnez-vous à l'infolettre.

450.227.4671 — 514.871.0101 sommets.com

les Sommets

HAUTS LIEUX D'ÉMOTIONS
Saint-Sauveur • Gabriel • Olympia • Morin Heights • Edelweiss

CONCERT À SAINT-SAUVEUR

Giorgia chante pour la santé

Accès – Le samedi 9 décembre prochain à 20 h, les gens sont invités à assister à un concert-bénéfice au profit de la Coopérative de Santé Globale de Saint-Adolphe-d'Howard et Morin-Heights mettant en vedette Giorgia Fumanti, soprano de renommée mondiale.

Mme Fumanti charmera avec sa voix angélique lors de ce concert qui aura lieu à l'église de Saint-Sauveur.

L'activité de collecte de fonds permettra à la COOP Santé de continuer à offrir des soins de santé de proximité à la population des Laurentides.

La COOP Santé s'efforce de recruter des médecins intéressés à desservir la population de toute la région.

Pour informations et pour vous procurer vos billets, veuillez appeler la COOP au 819 327-3534.

CARREFOUR INCENDIE

Formation internationale à Morin-Heights

Accès – Depuis de nombreuses années, CARREFOUR INCENDIE, une entreprise de formation internationale d'enquête d'incendie, dispense des formations en cette matière au Canada et en France. La nature et le haut niveau de qualité de la formation offerte par l'équipe chevronnée ont permis aux 15 participants de la région d'acquérir les principes méthodologiques et les connaissances nécessaires à l'interprétation des signes et indices d'une scène d'incendie ou d'explosion afin d'y localiser l'endroit précis de l'origine et d'y recueillir tous les éléments susceptibles d'en expliquer la cause et les circonstances.

La formation proposée comprenait trois jours théoriques sur l'acquisition de la méthodologie et une 4e journée portant sur son application pratique sur une scène réelle d'incendie à Morin-Heights avec la collaboration des Services de sécurité incendie de Morin-Heights et de Saint-Sauveur.

PERSONNES HANDICAPÉES

Une nouvelle plateforme est lancée

Accès – Le 1er décembre, le Regroupement pour la concertation des personnes handicapées des Laurentides (RCPHL) lancera sa plateforme en ligne. Cet outil est un guichet d'information unique pour les personnes handicapées des Laurentides. handicaplaurentides.ca sera présenté pour la première fois, et ce, devant plus de 140 personnes inscrites à ce jour. Ce projet a pu compter sur le soutien financier de plusieurs organisations et ministres : l'Office des personnes handicapées du Québec (soutien majeur), le ministre Gaétan Barrette, la ministre Lucie Charlebois, la ministre Christine St-Pierre, les comités d'usagers (santé) de la région, etc. Parmi les personnes inscrites, il y a des représentants de 15 organismes communautaires, de la Commission scolaire de la Seigneurie-des-Mille-Îles, du Centre de formation professionnelle des Patriotes, du CISSS des Laurentides, des organismes de transport adapté de toute la région, etc.

MRC DES LAURENTIDES

Des travailleurs autonomes reconnus

Accès – Dans la foulée de la Semaine mondiale de l'entrepreneuriat, qui s'est tenue du 13 au 17 novembre, la Corporation de développement économique (CDE) de la MRC des Laurentides a souligné lors d'un 5 à 7 de reconnaissance, l'apport important des travailleurs autonomes sur son territoire. Plus d'une trentaine de travailleurs autonomes se sont donc rassemblés le 23 novembre dernier.

« Grâce à leur dynamisme, leur créativité et leur détermination, les travailleurs autonomes contribuent de manière significative à l'essor économique de notre belle région », a souligné Paul Calce, directeur général de la CDE.

Fait important à noter, la proportion de travailleurs autonomes (17,4%) dans la MRC des Laurentides est largement supérieure à la moyenne provinciale (10,5%).

Source : Données sur le marché du travail 2016-2017.

Chez Franke Mercedes-benz. L'Événement de l'hiver est en cours.

Profitez d'une offre exceptionnelle sur certains modèles 2018 dès aujourd'hui et obtenez 3 mensualités à nos frais. De quoi fondre de bonheur durant cette saison des neige.

Berline C 300 4MATIC 2018 PRIX TOTAL: 47 212 $*

Taux à la location	Paiements mensuels	Recevez aussi
2,9 %**	549 $**	3 mensualités††
Bail de 45 mois	Versement initial 0 $	à nos frais

*Taxes en sus

GLC 300 4MATIC 2018 PRIX TOTAL: 48 412 $*

Taux à la location	Paiements mensuels	Recevez aussi
3,9 %**	603 $**	3 mensualités††
Bail de 45 mois	Versement initial 0 $	à nos frais

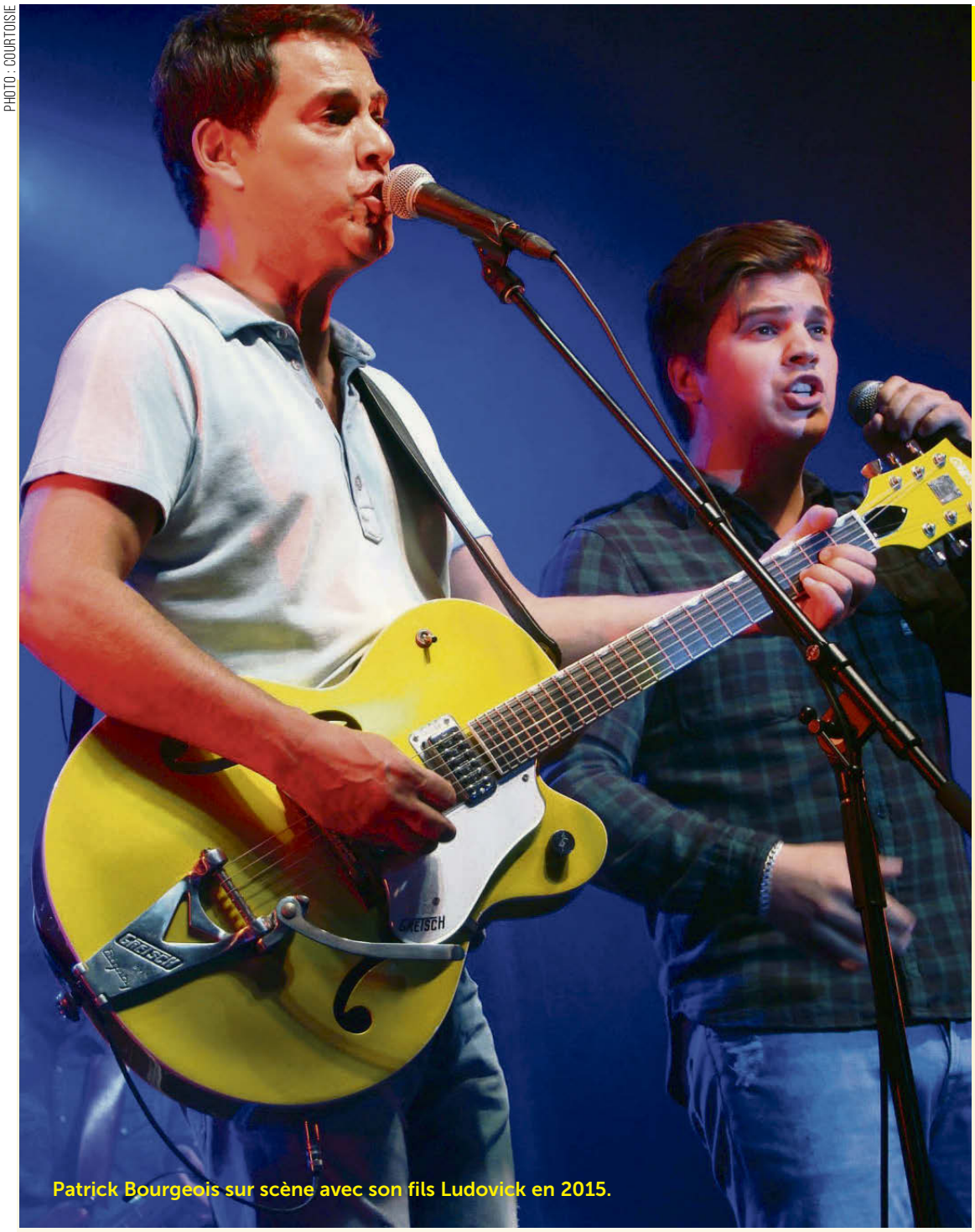
*Taxes en sus

Mercedes-Benz

Franke Mercedes-Benz • Ouvert les samedis • 1751 rue Principale, Ste-Agathe-des-Monts • 1 888 480-9075 • mercedes-benz-franke.ca

© Mercedes-Benz Canada Inc., 2017. Offres de location et de financement basées sur les Berline C 300 4MATIC 2018/GLC 300 4MATIC 2018, disponibles uniquement par l'intermédiaire de Services financiers Mercedes-Benz sur approbation du crédit, pendant une durée limitée. *Le prix total de 47 212 $/48 412 $ du véhicule annoncé comprend le PDSF et tous les frais applicables du concessionnaire. **Exemple de location basé sur 549 $/603 $ par mois pendant 45/45 mois avec versement initial ou reprise équivalente de 0 $/0 $. Les frais de transport et de préparation de 2 345 $, la taxe sur la climatisation de 100 $, les droits de manutention écologique sur les pneus de 15 $ et les frais du RDPRM de 52,49 $ sont à payer au moment de la signature du bail. Première mensualité plus dépôt de garantie de 550 $/650 $ et taxes applicables dus à la date d'entrée en vigueur du bail. PDSF à partir de 44 700 $/45 900 $. Taux de location annuel de 2,9 %/3,9 %. Obligation totale : 27 776 $/30 283 $. Kilométrage limité à 18 000 km/an/18 000 km/an (des frais de 0,20 $/km/0,20 $/km supplémentaire s'appliquent). ††Les trois premières mensualités sont supprimées pour les modèles Classe C 2018 (excl. AMG)/GLC 2018 (excl. AMG) jusqu'à concurrence de 450 $/550 $ (incluant les taxes) dans le cadre des programmes de location, et jusqu'à concurrence de 650 $/750 $ (incluant les taxes) dans le cadre des programmes de financement. Frais d'immatriculation, d'enregistrement et d'assurance, ainsi que taxes en sus. Le concessionnaire peut louer ou offrir du financement à prix moindre. Les offres peuvent changer sans préavis et ne peuvent être jumelées à aucune autre offre. Photos pour illustration seulement. Les offres prennent fin le 30 novembre, 2017.

PHOTO : COURTOISIE

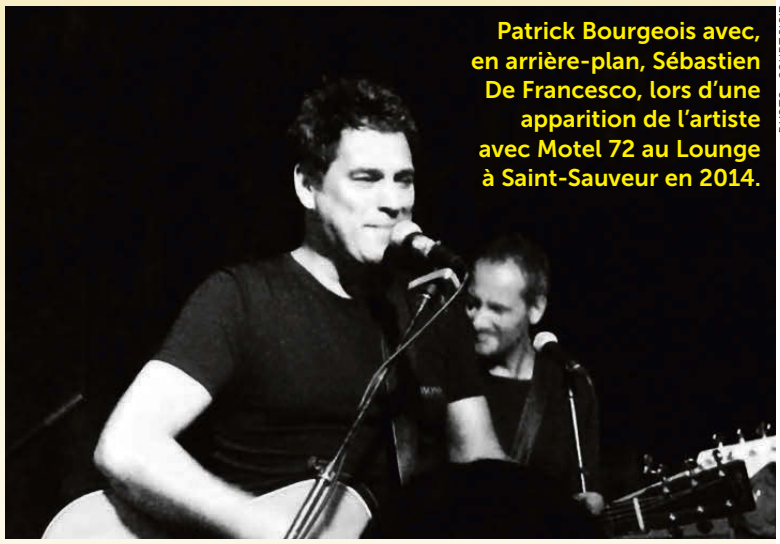


Patrick Bourgeois sur scène avec son fils Ludovick en 2015.

DÉCÈS DE L'EX BB

Patrick Bourgeois

a marqué les gens de sa région adoptive



Patrick Bourgeois avec, en arrière-plan, Sébastien De Francesco, lors d'une apparition de l'artiste avec Motel 72 au Lounge à Saint-Sauveur en 2014.

PHOTO : COURTOISIE

JEAN-PATRICE DESJARDINS – Patrick Bourgeois est décédé, dimanche, à l'âge de 54 ans. Même si dans l'imaginaire collectif on l'associe immanquablement aux BB, il a poursuivi une carrière solo et s'est ensuite installé à Sainte-Agathe-des-Monts. Il avait une personnalité chaleureuse et ils sont nombreux à garder de lui un bon souvenir.

« Je ne le connaissais pas personnellement, mais c'était le genre d'artiste qui ne refusait pas de prendre une photo », explique Marie-Michèle Picard de suivrelamusique.com, un site consacré aux événements de la musique live au Québec. Je me rappelle de ce jam mémorable avec le groupe Motel 72 au Lounge à Saint-Sauveur. Il avait beaucoup d'énergie sur scène. C'était un artiste qui était proche des gens. »

Luc Juteau, chanteur et guitariste de Motel 72, se souvient aussi de cette soirée au Lounge alors que Patrick Bourgeois était l'invité du groupe. « Une des plus belles rencontres musicales et humaines de ma vie. Partager une scène avec toi fut un honneur. J'ai été ébloui par ton talent et ta voix. Merci Pat pour ton talent, ton humour et tout ce que tu étais... Bye », écrit-il sur Facebook en guise d'hommage.

UNE PERSONNALITÉ CHALEUREUSE

Patrick Bourgeois est un artiste qui a marqué les gens à plusieurs niveaux.

L'annonce de son décès a pris d'assaut les réseaux sociaux. Pour certains, c'était la musique des BB et ceux-là publiaient leur chanson préférée du groupe des années 90.

Pour d'autres, c'était une rencontre personnelle marquante avec une personne que tous décrivent comme chaleureuse.

Le temps d'un selfie ou d'une poignée de main. Décidément, Patrick Bourgeois avait su garder les pieds sur terre malgré un succès foudroyant avec les BB, grâce à un premier album sorti en 1989 (200 000 albums vendus et une récolte de trois Félix en 1990).

En 1992, toujours à l'ADISQ, le trio est sacré groupe de l'année.

Après les BB, Patrick Bourgeois a animé un jeu télévisé musical à Radio-Canada, puis a sorti deux albums solos en 1998 (éponyme) et en 2001 (Inexploré), en plus de créer la trame sonore du film Karmina en 1996.

UN PÈRE TRÈS FIER

Père de trois enfants, Patrick Bourgeois a affirmé sa grande fierté lorsque son fils Ludovick a repris la chanson des BB, Tu ne sauras jamais, aux auditions à l'aveugle de la cinquième saison de La Voix. Ludovick Bourgeois a lancé un album en octobre dernier. Il a publié ce touchant message : « Comme vous savez probablement tous, mon père est décédé dimanche matin à la suite d'un combat contre un cancer. Il s'est battu comme un chef jusqu'à la fin. (…) Il aura gardé son sens de l'humour légendaire jusqu'à la fin. Surveille-nous d'en haut entre deux jams de musique avec Bowie et Prince. Love you pops ».

Le site officiel des BB a mentionné que la famille souhaite traverser cette dure épreuve dans l'intimité, mais parle d'une cérémonie publique où les fans du chanteur pourront se rassembler pour commémorer la mémoire de Patrick Bourgeois.

La chronique à Mimi

PAR PAR MIMI LEGAULT
mimilego@cgocable.ca

LEÇONS DE MANIPULATION 101

SCÈNE 1

Olivier, quatre ans, et sa maman Marie. Une amie de cette dernière leur rend visite. Le bambin n'arrête pas d'interrompre sa mère parce qu'il réclame sans cesse un troisième cookie. « J'ai dit non », répète sa mère. Le petit ange se met à crier : « Veux un cookie, veux un cookie, bon! ».

Inlassablement, sa mère lui répète : « Non, j'ai dit non ». Mais à la neuvième ou dixième fois, Marie craque et lui tend son nanane tant convoité qu'il grignote finalement du bout des lèvres. Il semble savourer davantage sa victoire que le biscuit en question.

Sans le laisser paraître, son amie est scandalisée. Mais elle n'a pas d'enfant. Rien de plus chiant qu'une célibataire qui donne ses conseils sur la manière d'élever son petit.

Quelques instants plus tard, alors que la conversation a repris entre les deux amies, l'enfant roi veut aller dehors. « Non, Trésor. Tu vois bien qu'il pleut à verse. » Le voilà qui hurle et qui se roule par terre. Un tsunami de larmes. À la huitième ou neuvième fois (cet enfant-là sait compter), Marie montre le drapeau blanc : « Bon d'accord, mais tu restes sur le perron et je te surveillerai par la fenêtre ».

Les larmes du chérubin de mes fesses cessent comme par magie. Le voilà qui cogne onze fois à la fenêtre, l'amie aussi sait compter.

Toute discussion devient impossible entre les deux femmes. Soudain, Marie se lève et va chercher Cabochon dans sa cage, un superbe boxer. « On lui a fait suivre un cours de dressage. Il m'obéit au doigt et à l'œil », affirme Marie. Un silence abrutissant vient de passer entre les deux filles…

SCÈNE 2

Lily, huit ans, accompagnée de sa mère. En attente dans une clinique médicale, l'enfant porte un pansement rougi sur sa main gauche. Elle demande des sous pour aller au dépanneur situé à côté de l'immeuble.

Maman refuse, la fillette insiste. « C'est juste pour acheter un paquet de gomme. » Maman soupire et lui tend deux dollars. L'enfant revient plutôt avec un sac de bonbons. « Oui, mais maman, il n'y avait pas ma sorte. » La fillette lui remet quatre dollars. Devant la mine surprise de sa mère, la petite avoue lui avoir acheté un gratteux. Elle a demandé à un monsieur de le faire pour elle en disant que c'était l'anniversaire de sa maman. « Tu n'es pas contente? » La mère bafouille : « Oui, enfin non, ce n'était pas ton argent ». Silence. « Mais puisque c'est moi qui ai gratté le billet, le 4 $ devrait être à moi », dit l'enfant. La mère se fâche : « Non, j'ai dit noooon! ». « Mais maman, je t'offre 4 $ et tu n'es pas contente, moi je comprends plus rien. » La mère soupire tellement, on jurerait une crise d'asthme qui se prépare. Maintenant, la fillette désire aller à l'animalerie juste en face. Refus net de la mère de plus en plus irritée. (Ça y est, la pompe n'est plus très loin.) Lily change alors son plan et se met à pleurer : « J'ai mal à ma main, maman! Ça fait tellement mal! ». « Pauvre petite chérie. On va bientôt passer, mon cœur. » « Maman, est-ce que je peux aller à l'animalerie? » « Vas-y, mais pas longtemps. » Miracle! Bobo parti!

SCÈNE 3

Une lettre dans un courrier du cœur a attiré mon attention.

« Ma fille me rend folle. Elle cherche toujours à me contrarier et à me faire enrager. Je l'envoie dans une école privée à grands frais et elle n'est pas reconnaissante. Elle en veut toujours plus. Pourtant, elle porte des vêtements griffés, elle a son cellulaire, son portable. Dans deux ans, elle va obtenir son permis de conduire et désire une voiture de luxe. Lorsque je tente de lui parler et de lui faire comprendre que je ne suis pas la banque à Jos Violon, elle me fait de grosses crises et me cite le nom d'autres parents plus généreux que moi. Je suis monoparentale, je fais ce que je peux, mais ses désirs sont comme un puits sans fond. Que dois-faire pour la raisonner ? »

Voici ma réponse chère madame : votre fille souffre d'une manipulite aiguë. La solution? Un bon coup de pied là où le dos perd son nom. Toujours de côté (le pied) pour ne pas blesser.

Pour vous deux, évidemment.

Les chroniques de MONSIEUR WATSON

VOGEL
SOURCE DE SANTÉ

L'obésité
chez votre animal, que faire…

Aujourd'hui je vous parle du problème d'obésité qui me touche personnellement, car mon cousin Luigi, un magnifique chat blanc et gris SI adorable, Si enjoué...mais Luigi a un problème de poids, il dit qu'il n'a que quelques livres en trop mais comme vous pouvez le constater sur la photo… entre nous...il est quasiment aussi gros que moi! Mais je lui ai promis de ne pas le mentionner…

Trouble fréquent chez les chats et les chiens, l'obésité est un grand risque pour leur santé. La plupart du temps elle est causée par une malnutrition, une moulée pauvre en nutriments, contenant une quantité importante de produits de remplissage et/ou causée par un métabolisme lent. Ce peut être aussi un signe de diabète ou de problèmes de thyroïde, que vous pouvez faire diagnostiquer par votre vétérinaire.

Nous vous proposons un produit spécialement conçu contre l'obésité pour les animaux qui ont un métabolisme lent. Ce produit s'appelle **Poids Santé** de **Zanimo** pour aider au maintien et à l'équilibre des fonctions métaboliques, au support thyroïdien et pour favoriser un poids santé.

Chez **Watson et cie** nous vous offrons un choix de nourriture santé pour vos animaux, sans sous-produits animaux, ni ingrédients chimiques, tel que BHT, BHA et Étoxiquine, etc. (Réf. Voir reportage **Dog FOOleD**)

- **My Healthy Pet, Holistic Blend**, moulée de 1ère qualité fabriquée au Québec. Recettes variées pour chiens/chats, avec ou sans produits céréaliers.
- **GrandCru de Canisource**, nourriture CRUE 100% naturelle, déshydratée, ce qui fait que l'on en consomme moins pour plus de nutriments.

M.Watson
www.watsonetcie.com
N.b. N'hésitez pas à consulter votre vétérinaire pour tout symptôme persistant.

>1404060

Vogel St-Jérôme
450 432-3388
VOGEL SOURCE DE SANTÉ

FINANCES RÉGIONALES

Lancement d'un réseau de partage d'actifs

ACCÈS – La Chambre de commerce du Grand Sainte-Agathe a annoncé un partenariat permettant aux membres du réseau de bénéficier d'un avantage supplémentaire et ainsi profiter du plus grand réseau de partage d'actifs au Québec.

Ce partenaire, BizBiz Share, est une nouvelle entreprise née de l'impulsion de jeunes entrepreneurs québécois milléniaux dont la plateforme Web unique de partage d'actifs et de réseautage interentreprises qui attire de plus en plus l'intérêt de la communauté des affaires aux quatre coins de la planète. La plateforme BizBiz Share est une innovation dans le secteur de l'économie de partage. Elle offre la première plateforme de partage « B to B » permettant aux entreprises de partager, d'échanger, de vendre, de louer ou de mutualiser les actifs dormants de leur organisation afin de générer des revenus additionnels ou de faire des économies sans devoir mobiliser des capitaux pour l'achat d'un équipement ou d'un service à utilisation temporaire : entrepôts, équipements lourds, machinerie, outils, espaces de bureau, services techniques spécialisés, expertise professionnelle et ressources humaines.

Jean Touchette, directeur général de la Chambre de commerce du Grand Sainte-Agathe affirme que l'association avec la plateforme BizBiz Share s'avère « une stratégie gagnante et une belle opportunité pour les membres arrimés sur les valeurs de la chambre ». BizBiz Share mise également sur le soutien de plusieurs organisations de renom qui croient en la raison d'être et au succès de cette jeune entreprise prometteuse du West-Island de Montréal, notamment : PME Montréal West-Island et le Centre de transfert technologique en écologie industrielle (CTTÉI), affilié au cégep de Sorel-Tracy.

PHOTO : COURTOISIE

Jean Touchette, directeur général de la Chambre de commerce du Grand Sainte-Agathe.

BIZBIZ SHARE

BizBiz Share est la première plateforme collaborative B2B, permettant aux entreprises de maximiser leurs actifs et effectifs dormants; tout simplement en les partageant avec d'autres entreprises sur un réseau d'échange interactif et convivial appelé « communauté ». Ce concept permet de maximiser les ressources existantes et de générer des revenus additionnels.

CHRONIQUE CHIROPRATIQUE

Dre Isabelle Cazeaux
Chiropraticienne D.C.

Dos, dos, dos…

Penny, 39 ans, est référée par une collègue. Elle vient me consulter, car depuis 6 mois, des douleurs au bas du dos s'intensifient de jour en jour. Elle a vraiment du mal à se relever d'une chaise et le matin en sortant du lit. Elle me dit sentir que son dos « n'est pas à sa place ». Elle me raconte avoir eu un diagnostic de scoliose à la colonne vertébrale à l'âge de 25 ans. Les douleurs au bas du dos ont commencé à 31ans, à sa première grossesse. Aussi, elle a mal à la tête environ 1 fois par semaine. Et régulièrement, depuis des années, elle connait des douleurs au cou avec la sensation d'une forte raideur constante aux trapèzes. Ma patiente n'a jamais eu d'accident.

J'examine Penny et fais des radiographies. Elle démontre une scoliose lombaire à convexité gauche de 34°. Aussi, la courbe lombaire est instable. Elle est trop arquée à L4-L5-sacrum (hyperlordose lombaire) et pas assez arquée à L1-L2-L3 (hypolordose lombaire), ce qui crée beaucoup de tensions sur les articulations, les tissus et le système nerveux. La hanche droite est vers le bas et la 5e vertèbre lombaire est tournée vers la droite. Aussi, la 1re vertèbre cervicale est désalignée vers la gauche et tournée de 2° vers l'avant. Les 5e et 6e vertèbres cervicales sont désalignées vers l'arrière et tournées vers la gauche.

J'ai traité par ajustements chiropratiques, avec précision et en douceur, les articulations désalignées de Penny. Après la 2e séance, elle a moins de douleur au bas du dos (amélioration de 20 %). Elle ressent aussi une nette amélioration de son cou. Un mois plus tard, l'amélioration au bas du dos est évaluée à 70 % et au cou à 80 %. Les maux de tête ont disparu. 3 à 4 mois plus tard, en soin préventif, Penny va assez bien. Pas de douleur au cou et un bas de dos qui se porte beaucoup mieux. Parfois, il lui arrive de ressentir quelques malaises, mais ça ne dure pas. Cela arrive lorsqu'elle est plus fatiguée ou stressée.

Penny témoigne d'une très bonne amélioration de sa condition. Elle ressent vraiment la différence entre «avant» et «après» ses traitements chiropratiques. Elle prend conscience de l'importance d'avoir une colonne vertébrale bien alignée et surtout de ne pas avoir à ressentir toutes ces douleurs pour rien.

Centre chiropratique Vitalité

TECHNIQUE DOUCE ET DE PRÉCISION

450 224-4402
2894, Curé-Labelle, suite 104
Prévost

Vous pourriez être admissible à un essai clinique de 20 semaines mené par Omnispec à Mirabel.

Cet essai clinique porte sur un médicament expérimental qui pourrait vous aider à mieux contrôler votre diabète.

Pour être admissible vous devez être âgé d'au moins 18 ans, être diabétique de type 2, prendre des anti-diabétiques oraux avec ou sans insuline depuis au moins 3 mois et présenter au moins trois des symptômes suivants : • tension artérielle élevée traitée ou non • taux peu élevé de bon cholestérol • tour de taille trop élevé • taux élevé de triglycérides

Les patients sélectionnés bénéficieront d'un suivi médical serré et recevront sans frais les examens physiques et sanguins, le médicament expérimental, des conseils nutritionnels ainsi qu'une allocation de transport.

Pour obtenir de l'information additionnelle :

OMNISPEC
recherche clinique inc.
450 420-0270
http://www.omnispec.ca

MRC DES PAYS-D'EN-HAUT

Changement de ton et unanimité au conseil des maires

VALÉRIE MAYNARD–Un changement de ton s'est opéré autour de la table du conseil des maires de la MRC des Pays-d'en-Haut, avec une ambiance plus détendue et conviviale. Lors de son premier conseil, le nouveau préfet, André Genest, a confirmé l'emplacement du fameux complexe multisport à Sainte-Adèle. Il a surtout réussi à rétablir l'unanimité autour de cet épineux dossier.

« On se rappellera qu'en septembre, le préfet suppléant avait utilisé son droit de veto pour bloquer la résolution. Aujourd'hui, on reprend cette résolution et on confirme définitivement l'emplacement du complexe. Je suis très content du travail. Maintenant, on a l'unanimité », a-t-il déclaré d'emblée.

Trois résolutions en lien avec l'emplacement et la construction du futur complexe ont donc été adoptées. Le nouveau conseil a d'abord confirmé la construction du complexe sur le terrain adjacent à l'école secondaire Augustin-Norbert-Morin, à Sainte-Adèle. « La décision n'a pas été facile à prendre, a tenu à exprimer la nouvelle mairesse de Sainte-Adèle, Nadine Brière. Mais je crois qu'il faut partir du bon pied, alors j'ai décidé de me rallier à l'ensemble du conseil. »

ACCESSIBILITÉ

La mairesse de Sainte-Anne-des-Lacs, Monique Monette-Laroche, s'est également exprimée sur le sujet, soulignant que l'accessibilité au site demeure une préoccupation. À ce chapitre, il a été résolu de demander au ministère des Transports de reconnaître les problèmes liés aux accès routiers et piétonniers et d'engager les discussions pour qu'un plan de correction soit mis en place afin de faciliter l'accès au complexe.

Enfin, il a été résolu que la MRC des Pays-d'en-Haut agira à titre de promoteur pour la construction du centre sportif, y compris le prolongement des réseaux d'égout et d'aqueduc, ainsi que l'aménagement d'infrastructures routières. Un protocole d'entente avec la Ville de Sainte-Adèle sera conclu pour les travaux municipaux.

PHOTO : VALÉRIE MAYNARD

Le premier geste du nouveau préfet André Genest aura été de nommer le maire de Morin-Heights, Tim Watchorn, à titre de préfet suppléant de la MRC des Pays-d'en-Haut.

Les coûts reliés aux infrastructures seront inclus dans l'ensemble des coûts du centre sportif.

Rappelons que le projet de construction du complexe totalisera un investissement de 32,4 M$, dont les deux tiers proviendront des gouvernements fédéral et provincial. La MRC devra défrayer le troisième tiers, soit 10,8 M$, selon un mode de répartition à survenir parmi ses dix municipalités constituantes.

Quatre femmes et six hommes constituent le nouveau conseil de la MRC. Il s'agit de Joseph Dydzak (Estérel), René Pelletier (Lac-des-Seize-Îles), Tim Watchorn (Morin-Heights et préfet suppléant), Nathalie Rochon (Piedmont), Claude Charbonneau (Saint-Adolphe-d'Howard), Nadine Brière (Sainte-Adèle), Monique Monette-Laroche (Sainte-Anne-des-Lacs), Gisèle Dicaire (Sainte-Marguerite-du-Lac-Masson), Jacques Gariépy (Saint-Sauveur) et François Ghali (Wentworth-Nord).

CÉRAMIQUE
BLVD
ROBINETTERIE
131 - SUITE 102, CHEMIN DU LAC MILLETTE, SAINT-SAUVEUR
BLVDCERAMIQUE.COM | 450.227.2722

FONDATION FILLACTIVE

La campagne de financement est lancée!

ISABELLE HOULE – La Fondation Fillactive, née d'une idée de l'Adéloise Claudine Labelle, a organisé, la semaine dernière, sa première campagne de financement, événement majeur qui vise à amasser 10 M$ d'ici 2021.

PHOTOS : FILLACTIVE

Isabelle Charest, marraine annuelle de FILLACTIVE; Sophie Grégoire Trudeau, porte-parole officielle de FILLACTIVE; Claudine Labelle, fondatrice et présidente de FILLACTIVE; et Isabelle Viger, présidente du CA de FILLACTIVE.

Plusieurs personnalités ont réitéré leur appui et l'importance d'unir leurs forces afin de poursuivre la mission de l'organisme qui est de rejoindre un plus grand nombre de jeunes Canadiennes pour leur faire découvrir le plaisir et les avantages d'adopter un mode de vie sain et actif.

Parmi elles, Claudine Labelle, fondatrice et présidente de Fillactive, les coprésidentes de la campagne Geneviève Fortier de McKesson Canada et Diane Giard de la Banque Nationale du Canada, Sophie Grégoire Trudeau, porte-parole officielle de Fillactive, et Isabelle Charest, marraine annuelle de Fillactive, ainsi que Sandy Vassiadis de Saputo, partenaire de premier plan de Fillactive. « Depuis 10 ans, Fillactive s'investit avec cœur pour inspirer, motiver et faire bouger, chaque année, des milliers de jeunes filles du Québec et de l'Ontario. Notre mission est de leur faire vivre une expérience différente en leur permettant d'être actives dans le plaisir, la valorisation et l'absence de compétition. Mon souhait pour les dix prochaines années, c'est que les gens se mobilisent davantage et deviennent des modèles pour notre belle jeunesse féminine. Nous pourrons alors, tous ensemble, renverser les statistiques sur la sédentarité qui révèlent que les jeunes filles boudent ou abandonnent l'activité physique à une période cruciale de leur vie », affirme Claudine Labelle, fondatrice et présidente de Fillactive.

ÉPANOUISSEMENT

Fondée en 2007 par l'Adéloise Claudine Labelle, la Fondation Fillactive veut faire découvrir aux filles le plaisir et les avantages qui découlent de la pratique de l'activité physique. Fillactive mise sur le développement de partenariats avec les milieux scolaire et communautaire dans le but de générer une offre d'activités physiques durable pour les jeunes filles. Fillactive compte sur 435 responsables Fillactive dans les écoles, près de 200 ambassadrices Fillactive et mise sur des centaines de bénévoles scolaires et corporatifs.

TRAVAUX DE DÉBOISEMENT À SAINT-ADOLPHE-D'HOWARD

Bruit, chahutage et manifestations sont à prévoir

VALÉRIE MAYNARD – Les travaux de déboisement opérés par Hydro-Québec à Saint-Adolphe-d'Howard sont venus raviver les ardeurs des citoyens. Dimanche matin, plus d'une centaine de personnes ont répondu à l'appel du comité aviseur. Et s'il faut en croire le plan d'action déposé, beaucoup de bruit est à prévoir au cours des prochaines semaines.

PHOTO : COURTOISIE

Vue des travaux de déboisement dans le secteur de la montée des Artisans, où l'emprise fait au minimum 38 mètres.

PHOTO : VALÉRIE MAYNARD

L'assemblée a été menée par Denise Payette, Georges Jardon et Sarah Perreault.

Plusieurs actions auxquelles les citoyens sont invités à participer ont été proposées dans le but express de maintenir une pression sur les élus, de faire du bruit et de déranger. Au menu, du chahutage sur les chantiers et des manifestations devant les bureaux des élus : le député d'Argenteuil, Yves St-Denis, ce jeudi 30 novembre, le député de Bertrand, Claude Cousineau, dans la semaine du 4 décembre, et le ministre Pierre Moreau, à Montréal, la semaine suivante. Des appels téléphoniques au bureau du ministre Moreau et l'utilisation des réseaux sociaux figurent aussi au programme.

Selon Sarah Perreault, membre du comité aviseur, rien dans cette ligne électrique ne respecte la Charte des paysages des Laurentides, ou le schéma d'aménagement de la MRC des Pays-d'en-Haut. « Cette ligne est mal localisée. C'est pourquoi nous souhaitons l'enfouissement partiel sur 10 km. Il faut cesser de voir ça comme une dépense superflue. C'est un investissement dans la région pour préserver la ressource paysagère. »

Les gens de Saint-Adolphe en ont aussi contre la position favorable du premier ministre Philippe Couillard de considérer l'enfouissement en Estrie. « C'est une très bonne nouvelle pour l'Estrie, mais une douche froide pour les Laurentides! En effet, qu'en est-il de la population et des élus de St-Adolphe et de la MRC des Pays-d'en-Haut qui réclament haut et fort l'enfouissement partiel sur une dizaine de kilomètres? Y a-t-il deux catégories de paysages et de citoyens? »

Pour l'heure, trois chantiers sont en branle à Saint-Adolphe : sur la montée des Artisans, sur le chemin Massie et dans le secteur du lac Beauchamp. D'autres travaux sont à prévoir.

APPUI DU CONSEIL DES MAIRES

En appui au comité aviseur et à la Municipalité de Saint-Adolphe-d'Howard, le nouveau conseil des maires de la MRC des Pays-d'en-Haut a demandé, le 22 novembre, par résolution unanime, au premier ministre du Québec, Philippe Couillard, de suspendre immédiatement les travaux de déboisement sur le territoire de Saint-Adolphe-d'Howard et de convoquer une rencontre au sommet entre les élus responsables ou touchés par cette ligne et son prolongement éventuel, les représentants d'Hydro-Québec et ceux des citoyens concernés, afin de décider de procéder à l'enfouissement de la nouvelle ligne Grand-Brûlé – Dérivation Saint-Sauveur sur une distance d'environ dix kilomètres, essentiellement dans l'emprise de chemins publics. Une copie de la résolution a été transmise à Philippe Couillard, aux ministres Pierre Moreau et Christine St-Pierre, aux députés Claude Cousineau et Yves St-Denis, à Sophie Lamoureux, porte-parole d'Hydro-Québec, aux huit MRC de la région des Laurentides, à la Table des préfets des Laurentides, ainsi qu'aux dix municipalités constituantes de la MRC des Pays-d'en-Haut.

ORIENTATION EN FORÊT

Sauvetage et préparation à bien maîtriser

ISABELLE HOULE – Le 18 novembre dernier, une fillette a été retrouvée en forêt à Brownsburg-Chatham grâce à un maître-chien. Perdue durant plusieurs heures, cette petite a eu toute une frousse. Plusieurs randonneurs de la région connaissent ce sentiment et ont aussi été secourus dans nos sentiers.

Le Service de sécurité incendie de Morin-Heights, comme celui de Wentworth-Nord et Sainte-Marguerite-du-Lac-Masson, est muni d'équipements spéciaux et suit des formations pour le sauvetage en forêt.

PHOTOS : COURTOISIE

Les équipements de sauvetage sont adaptés aux saisons.

Bien que ce soit d'abord la Sûreté du Québec qui enclenche les recherches, elle requiert souvent les services des pompiers. « On a reçu, à Morin-Heights, 27 appels pour des évacuations dans les bois en cinq ans. Souvent, ce sont des gens blessés ou perdus. Nos équipements sont adaptés pour les différents types de sentiers, mais surtout, on connaît très bien le secteur. Souvent, on peut aider les gens à s'orienter rapidement », soutient Charles Bernard, directeur du Service de sécurité incendie de Morin-Heights.

Ces services d'urgence ont bénéficié de subventions du ministère de la Sécurité publique de 25 000 $ et de 75 000 $ qu'ils se sont divisées pour optimiser leurs équipements et mieux intervenir. Suite page 11 »

AU PRINTEMPS GOURMET
BOCOQ GOURMET
VENTE D'ENTREPÔT
Venez découvrir nos produits
Confits, gelées, huiles, vinaigres, sauces et +
Jusqu'à 50% de rabais
>1808081
02 & 03 décembre
Samedi 9h à 16h
Dimanche 10h à 16h
765 rue Nobel, St-Jérôme
Visa • Mastercard
argent comptant
Sortie 39 de la 15 • 450.438.6676 • brickstonefinefoods.com

Le grand défilé du Père-Noël
présenté par la Famille Jasmin du IGA Extra de Saint-Sauveur célèbre cette année 20 ans de magie !

Le départ est à 18 h 30 au coin de la rue Monette et Principale
Notez bien que le défilé avance lentement et que le premier char passe devant le Rona Dagenais aux environs de 19 h et que le Père-Noël arrive devant l'église aux environs de 19 h 45.

Yoann Duroy de la Tournée des Chefs, Goûtez le Québec au parc Georges Filion de 13 h à 19 h pour concocter et faire déguster des recettes à partir de produits québécois sous la thématique du temps des fêtes !

Arrivez tôt et profitez de l'animation offerte par le Service de la vie communautaire de Saint-Sauveur au parc George-Filion Échassiers lumineux ainsi que de drôles de gars des bois vous donnent rendez-vous de 16 h 30 à 19 h 15.

Photo : EricDesch5

Visitez également le Chalet Pauline-Vanier où plusieurs activités se déroulent :

L'EXPO-VENTE LA MAGIE DE NOËL
Samedi 2 décembre de 10 h à 17 h et dimanche 3 décembre de 10 h à 16 h découvrez l'expo-vente de métiers d'art, de produits du terroir et d'art visuel. Venez dénicher de petits trésors juste à temps pour Noël !

CANTIQUES DE NOËL
Samedi 2 décembre et dimanche 3 décembre de 12 h 30 à 13 h 30

EXPOSITION D'ART VISUEL
Samedi 2 décembre de 10 h à 17 h et le dimanche 3 décembre de 10 h à 16 h. Chalet Pauline-Vanier.

La Chambre de commerce et de Tourisme de la Vallée de Saint-Sauveur souhaite remercier la Ville de Saint-Sauveur et ses employés pour le soutien offert à la préparation et à la sécurité pour ce grand événement rassembleur.

450-227-2564 | www.valleesaintsauveur.com

Saint-Sauveur
La Vallée de Saint-Sauveur Chambre de commerce et de tourisme
Accès
Les marchés Famille Jasmin

PHOTO : COURTOISIE

Les services d'urgence sont mieux équipés pour intervenir.

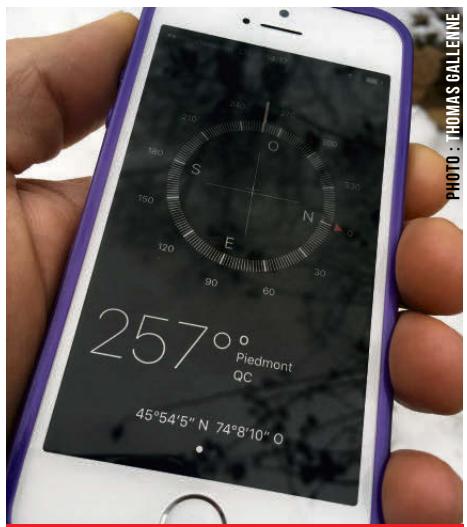


PHOTO : THOMAS GALLENNE

La plupart des téléphones sont munis d'une boussole et d'un GPS.

PHOTO : COURTOISIE

Plusieurs personnes ont été secourues dans nos sentiers.

» Suite de la page 10

À Sainte-Marguerite, on a notamment acquis un appareil pour travailler dans les sentiers de motoneiges et à Morin-Heights, on a renouvelé le matériel.

D'ailleurs, dans le dernier mois, deux évacuations ont été effectuées à Morin-Heights et bien réussies grâce à l'équipement adapté.

ÉVITER LE PIRE

Lorsqu'on souhaite aller marcher en forêt ou sillonner les sentiers, on doit être bien outillé et bien habillé. « La base est de prévenir. Il faut s'informer sur les techniques d'orientation et de survie en forêt avant de partir. Il faut toujours être plusieurs », précise Francis Falardeau, expert en orientation, organisateur de la Rogaine dans la région, grande activité d'orientation en forêt et pompier à Morin-Heights.

Parmi les trucs à retenir, celui-ci rappelle de bien s'équiper (broches, briquet, couteau, vêtements chauds, GPS chargé, lampe de poche), d'observer le paysage pour reconnaître les points de repère et de se munir des cartes adaptées aux sentiers et à la saison.

Dans le cas où la ou les personnes se perdent, il insiste sur le fait de rester au même endroit. « Si possible, trouvez une section plus haute et dégarnie pour se faire voir, mais sinon, restez au même endroit. Il faut faire du bruit aussi pour qu'on vous retrouve. Dans le cas où il fait froid ou si vous devez passer la nuit dehors, le pied d'un pin est plus chaud puisque l'arbre émet de la chaleur. Il ne faut surtout pas paniquer parce que c'est là qu'on prend de mauvaises décisions », ajoute-t-il.

Ayant déjà dû passer la nuit en forêt adolescent, M. Falardeau a trouvé des façons de ne plus jamais revivre cette douloureuse expérience.

Il incite donc les gens à faire comme lui et à prendre toutes les précautions nécessaires avant de s'aventurer dans les bois.

ENVIRONNEMENT

100 000 $ pour le CRE Laurentides

PHOTO : RICHARD CARIGNAN

Le myriophylle à épi affecte la qualité de l'eau.

ISABELLE HOULE – Le Conseil régional de l'environnement des Laurentides (CRE) a reçu une subvention du gouvernement fédéral de 100 000 $ pour la lutte contre le myriophylle à épi, une plante aquatique qui affecte la qualité de l'eau.

Répartie sur trois ans, cette enveloppe d'argent a été remise dans le cadre du programme de financement communautaire ÉcoAction d'Environnement et Changement climatique Canada. Le but est de limiter la propagation des plantes aquatiques exotiques envahissantes et de prévenir l'introduction du myriophylle à épi dans de nouveaux plans d'eau. On note qu'une quarantaine de lacs de la région sont déjà affectés par cette plante.

En premier lieu, le programme propose d'effectuer une campagne de sensibilisation pour informer les usagers des lacs quant à l'importance d'inspecter et de nettoyer leurs embarcations et équipements.

Puis, des patrouilleurs seront formés pour qu'ils puissent identifier les plantes aquatiques et détecter les plantes aquatiques exotiques envahissantes. Troisièmement, un forum régional sur le myriophylle sera organisé en 2018. Il permettra de sensibiliser les acteurs du milieu et ainsi mettre en place des actions concrètes pour contrôler le problème. Ce sera également l'occasion pour les participants de partager des connaissances scientifiques sur le phénomène.

PLAN D'ACTION

L'an dernier, les élus et gestionnaires de la MRC d'Argenteuil ont décidé de faire de la problématique des plantes aquatiques exotiques envahissantes une priorité. « L'expérience menée par la MRC d'Argenteuil a permis au CRE Laurentides de développer des outils pour informer adéquatement les acteurs concernés par la problématique de ces plantes. La démarche alors entreprise a été un levier important pour promouvoir le projet à l'échelle régionale », a indiqué Philippe Roy, président du CRE Laurentides.

PRIX EN SANTÉ ET SÉCURITÉ AU TRAVAIL

Compo Recycle honoré

ACCÈS – Compo Recycle a remporté le prix Santé et sécurité au travail lors du Gala EnviroLys du Conseil des entreprises en technologies environnementales du Québec (CETEQ) qui s'est tenu le lundi 20 novembre en présence d'Isabelle Melançon, ministre du Développement durable, de l'Environnement et de la Lutte contre les changements climatiques, de Diane Lebouthillier, ministre du Revenu national, et de Dany Michaud, président-directeur général de RECYC-QUÉBEC, partenaire majeur du Gala EnviroLys, ainsi que de plusieurs invités de marque.

PHOTO : CETEQ

Isabelle Melançon, ministre du Développement durable, de l'Environnement et de la Lutte contre les changements climatiques, André-Luc Lafortune, directeur technique Compo Recycle, Raphaëlle Grenier, conseillère ressources humaines et coordonnatrice SST Compo Recycle, Isabelle Lessard, directrice générale de Via Prévention, Dany Michaud, président-directeur général de RECYC-QUÉBEC.

L'événement a réuni 400 personnes au centre Le Madison afin de souligner l'apport des entreprises à l'économie verte du Québec. Ce prix récompense une entreprise en environnement qui se distingue par ses pratiques innovantes en santé et sécurité au travail (SST) avec, par exemple, un programme de prévention, ou dont l'implantation en SST connaît des résultats significatifs et positifs, et ce, toujours dans le but d'éviter ou de réduire les accidents du travail dans le cadre de ses opérations.

Le grand virage s'est effectué il y a environ trois ans, quand Compo Recycle s'est donné un grand défi, celui de changer les mentalités et les façons de faire en santé et sécurité au travail.

PAS D'ACCIDENT CETTE ANNÉE

En 2015, le compte était de 15 accidents de travail déclarés, en 2016 il y en a eu 10 et en 2017, jusqu'à maintenant, aucun accident de travail n'a été signalé. Ainsi, à ce jour, l'entreprise constate qu'aucun jour d'absence au travail n'est lié à un dossier de CNESST.

QUELQUES CHIFFRES EN VRAC

72 % des employés sont satisfaits des mesures en SST.

79 % des employés considèrent que les gestionnaires de l'entreprise s'impliquent suffisamment en SST au travail.

En 2016, plus de 375 heures de formation en SST ont été dispensées à l'interne (cadenassage, SIMDUT, etc.). « Nous sommes émus et tellement fiers de ce prix! Changer une culture organisationnelle, ce n'est pas rien. C'est un immense défi et un travail d'équipe de longue haleine qui a demandé l'adhésion de tout un chacun. Ce prix est une récompense bien méritée et chaque employé s'en verra décerner une partie », affirme Michael Lafortune, président-directeur général de l'entreprise. Compo Recycle est une entreprise spécialisée en gestion des matières résiduelles municipales et commerciales. Elle dessert plus de 40 000 portes dans plus de 20 municipalités à travers les régions de Lanaudière et des Laurentides.

LES CINEMAS CARREFOUR DU NORD

VOICI NOS PRIX RÉDUITS!

LES MARDIS 6.25$

LES MERCREDIS 7.75$

LES JEUDIS 2 POUR 1

*Valides sur présentation du coupon disponible sur Facebook et dans le journal Le Nord. Ne s'appliquent pas sur les films 3D, sièges D-Box, salle ESV, Opéras et représentations spéciales. Le 2 pour 1 est basé sur le prix de 11,50$.

LES APRÈS-MIDIS 8.75$ *Prix régulier. Valide du jeudi au lundi

VOTRE CINÉMA VOUS GÂTE. PROFITEZ-EN!

CERTAINES RESTRICTIONS S'APPLIQUENT. POUR PLUS DE DÉTAILS, VISITEZ LE CINEMAST-JEROME.COM

POUR CONSULTER NOTRE HORAIRE CINEMAST-JEROME.COM

TÉLÉPHONE: 450-436-5944 AUTOROUTE DES LAURENTIDES, SORTIE 45

LES CINEMAS CARREFOUR DU NORD

LE CADEAU PARFAIT.

CARTE-CADEAU DISPONIBLE À L'ANNÉE AU MONTANT DE VOTRE CHOIX

EN VENTE À LA BILLETTERIE

MONTANT MINIMUM DE 10$.
TOUS LES DÉTAILS ET CONDITIONS SUR CINEMAST-JEROME.COM

NOUVELLE PIZZA

TOUT CE QUI COMPTE, C'EST ~~L'AMOUR~~. LA PIZZA

LE THÉÂTRE GILLES-VIGNEAULT

Une œuvre majestueuse au cœur du Quartier des arts et du savoir

MARTINE LAVAL – La plus grande salle de spectacles des Laurentides ouvre enfin ses portes ! Surplombant la Vieille gare de Saint-Jérôme et son Hôtel de région, en bordure du kilomètre zéro de la piste cyclable du P'tit Train du Nord avec comme vue la cathédrale de Saint Jérôme, le théâtre Gilles-Vigneault est une œuvre architecturale majestueuse, au cœur du Quartier des arts et du savoir.

L'ambiance intérieure lumineuse du théâtre Gilles-Vigneault est à l'image de l'artiste qui lui prête son nom. Tout de blanc et de bois clair vêtu, son grand escalier et ses murs vitrés offrant une vue sur ce lieu patrimonial où il trône majestueusement, le projet est l'aboutissement de près de vingt ans de démarches.

« En tant que gestionnaire et propriétaire du théâtre Gilles-Vigneault, c'est avec une immense fierté que nous offrons, à la population des Laurentides et de la couronne nord, une salle de spectacles moderne et spacieuse », de souligner Gaétane Léveillé, cofondatrice et directrice générale de Diffusion En Scène qui a mené à bien ce projet qui lui tenait tant à cœur de réaliser pour un public qui le méritait grandement. Après 33 ans au service de la popula-

PHOTOS : COURTOISIE

La plus grande salle de spectacles des Laurentides ouvre enfin ses portes !

Gaétane Léveillé, cofondatrice et directrice générale de Diffusion Scène

tion et des arts de la scène, Mme Léveillé tirera sa révérence le 15 décembre et laissera la direction du théâtre entre les mains de David Laferrière.

Il aura fallu 499 jours pour mettre en branle le chantier et ériger ce que Manon Asselin, architecte chargée de projet de l'Atelier Tag, a imaginé avec son équipe. Avec une scène de 42 pieds de large par 40 pieds de profondeur, un système de son à la fine pointe de la technologie et calibré pour offrir la même qualité de son partout, tout est maintenant possible pour le diffuseur En Scène, et la programmation le démontre bien par la diversité des spectacles.

La présentation de spectacles s'étendra désormais sur douze mois avec l'ajout d'une programmation estivale. Diffuseur majeur de spectacles professionnels implanté à Saint-Jérôme depuis 29 ans, Diffusion En Scène propose annuellement 150 spectacles de toutes disciplines en arts de la scène. Avec son nouveau théâtre, il sera un catalyseur économique d'importance, en plus d'être un attrait touristique incontournable de la région.

À peine érigé, le théâtre Gilles-Vigneault remporte déjà des prix qui soulignent son excellence en matière d'architecture et de construction. Reste plus qu'à se l'approprier en tant que public et à faire vivre en ses murs cette riche culture créative, emplie de beauté et à l'image de sa nation.

www.theatregillesvigneault.com

MASSOTECH
ÉCOLE DE MASSOTHÉRAPIE

VOUS DÉSIREZ DEVENIR MASSOTHÉRAPEUTE?
PROCHAINE RENTRÉE
DE NIVEAU I : 15 janvier 2018
PORTE OUVERTE : 6 décembre 16h à 19h
(Soins de 15 minutes gratuits : Massage Suédois, sur chaise et Jin Shin Do)

NOUVEAUTÉ 2017
PRÊT ÉTUDIANT
ENFIN DISPONIBLE!
Desjardins

À L'AFFICHE PRÉSENTEMENT :
FORMATIONS CONTINUES
Lomi Lomi : 15-16-17 décembre 2017
Massage sur chaise : 15-22-29 janvier et 5 février 2018
Shiatsu périnatal : 16-23-30 janvier et 6 février 2018
Pierres chaudes : 7-8-9 février 2018
Akaterra : 16 février 2018
Facial détente : 23 février 2018
INTRO MASSAGE GRAND PUBLIC 13-14 janvier 2018
ATELIER POUR TOUS Massage pour couples 10 février 2018
VOYAGE-ÉTUDES Haïti 7 au 14 mars 2018

Clinique Massotech : Une clinique interdisciplinaire
Ouverte 7/7 jours sur rendez-vous

450 229-7594 www.massotech.com | Suivez-nous sur

Souffrez-vous de douleur au pied ou à la cheville ?

✔ Solution novatrice pour soulager rapidement la douleur au pied
✔ Retrouvez votre pleine mobilité et mettez fin à votre douleur aujourd'hui

Consultation Gratuite
✔ Évaluation avec scanner à la fine pointe de la technologie
✔ Analyse biomécanique de votre démarche
✔ Prise de rendez-vous rapide

CLINIQUE DU PIED CDP

Clinique médicale
Dre Louise Dufresne
37 avenue de l'Église, (à coté du centre de loisirs) St-Sauveur J0R1R0
Prenez un rendez-vous :
450 227-6772
www.cliniquedupiedcdp.com

Chronique défi, bien vieillir
PAR PAR DIANE BAIGNÉE
diane.baignee@gmail.com

HUIT LAURENTIENS* D'ÂGE MÛR PRENNENT LA PAROLE

ÊTRE CÉLIBATAIRE, EST-CE SUBI OU CHOISI ?

Quatre hommes, quatre femmes, tous volontaires. Ils sont âgés de 53 à 69 ans. Leur célibat remonte à deux ans… jusqu'à neuf années, s'exclame l'aîné de la soirée.

« Le phénomène du célibat en âge avancé […] est une réalité de plus en plus présente chez les 50 ans et plus et il faut faire quelque chose pour rallier tout ce monde! », observe Jacynthe Tremblay, instigatrice de l'événement. Faisons le point. On se fait une tablée, on mange, on jase, comme Jeannette a su si bien le faire.

Des gens souriants, sympathiques et surtout ouverts à mettre sur la sellette leur vision des choses. Passons aux aveux! Des rêves communs, des critères différents et des peurs, surtout des peurs non manifestes, à première vue.

Ils ont tous été mariés. Ils ont eu des enfants et travaillent encore, en majorité. Heureux ou malheureux d'être seuls? La plupart, désillusionnés, dirais-je. On croyait bien croiser l'âme sœur avec facilité à un âge avancé. Au fait, la maturité serait-elle un gage d'accessibilité à cette complicité tant convoitée? Pas vraiment. Des douleurs émotionnelles se sont transformées au gré des années en un épais bouclier protecteur.

QUAND LE VIRTUEL FAUSSE LA DONNE

Qu'ont fait ces personnes pour rencontrer? Elles ont navigué dans les grands catalogues virtuels populaires. Par le biais de sites Internet, elles ont vécu, en finalité, des expériences décevantes. On s'affiche plus jeune, plus grand, presque parfait ou avec quelques mignons défauts. Bref, une description maquillée, des photos pas très récentes pour se donner bonne allure, bonne figure. Le virtuel est devenu la porte d'entrée de la séduction. Or, au moment de la première rencontre, la quête perd fréquemment son ardeur. Parfois curieux, on explore davantage. Finalement, le temps a donné raison au désenchantement. D'autant plus, il n'est pas rare de se prendre au piège du jeu de la surenchère. On cumule les rencontres à la recherche de « la personne parfaite ». La peur de l'engagement y est-elle pour quelque chose dans cette histoire?

LE CÉLIBAT… ON L'AIME, MAIS PAS SE SENTIR SEUL

Seul par choix et satisfait de sa décision? Oui, non, oui et non. Au fait, on voudrait préserver ses acquis, ses activités, ses valeurs, ses priorités, ses amis, ses loisirs. Est-ce possible d'introduire une relation dans un horaire déjà bien chargé? Certains sont déjà en processus de réflexion sur le sujet.

Et en bout de piste, tous désirent une éventuelle vie de couple, mais des critères sont au rendez-vous. En vrac, on souhaite l'amour, la folie, la complicité, la spiritualité, la simplicité. On recherche l'équité, la fluidité, l'humour, une personne en pleine santé, l'absence de conflit, de jugement, beaucoup de chimie, de confiance et devenir les meilleurs amis. C'est assez simple! Mais on reste sur son appétit.

Il me semble que ce discours n'est pas lié qu'à ce groupe si bien intentionné. Le phénomène m'apparaît plus large. Inhérent à notre société actuelle, des valeurs d'individualité, de performance, d'exigences, de prêt-à-manger, prêt-à-porter. Par surcroît, ce monde virtuel inséré dans nos mœurs et notre mode de vie. Moins de face à face. On se texte et se messengerise. C'est pratique, mais pas vraiment l'idéal pour entretenir une relation.

UNE VIE INTÉRIEURE ET SOCIALE QUI ÉVOLUE

Sans pouvoir trouver « la » solution pour s'engager sur les rails de l'amour, il existe des solutions de remplacement qui, somme toute, apportent un certain réconfort. À défaut de vivre en couple, ces célibataires se mettent en action avec détermination.

« Les expériences passées auront néanmoins permis de nous faire évoluer », affirment-ils. Le célibat donne l'occasion pour plusieurs d'apprendre à gérer la solitude, à mieux se connaître et à « développer sa force intérieure ». De plus, « ça nous incite à élargir notre réseau social. Il faut sortir pour briser l'isolement », nous rapporte un participant.

Il y en a une qui a bien compris cela : Mme Tremblay. Elle a mis sur pied un groupe virtuel nommé Ensemble. Des activités bien organisées permettent aux gens seuls et matures de se rencontrer et de socialiser. Quelle bonne idée!

Enfin, cette soirée se termine avec contentement, même si tout n'a pas été réglé. Ce fut un autre pas pour mieux vivre ensemble, même seul.

*Le genre masculin a été utilisé pour faciliter la lecture

Pour informations concernant le groupe Ensemble, écrire à : ensembleactivites@gmail.com

DIANE BAIGNÉE EST TRAVAILLEUSE SOCIALE EN PRATIQUE PRIVÉE.

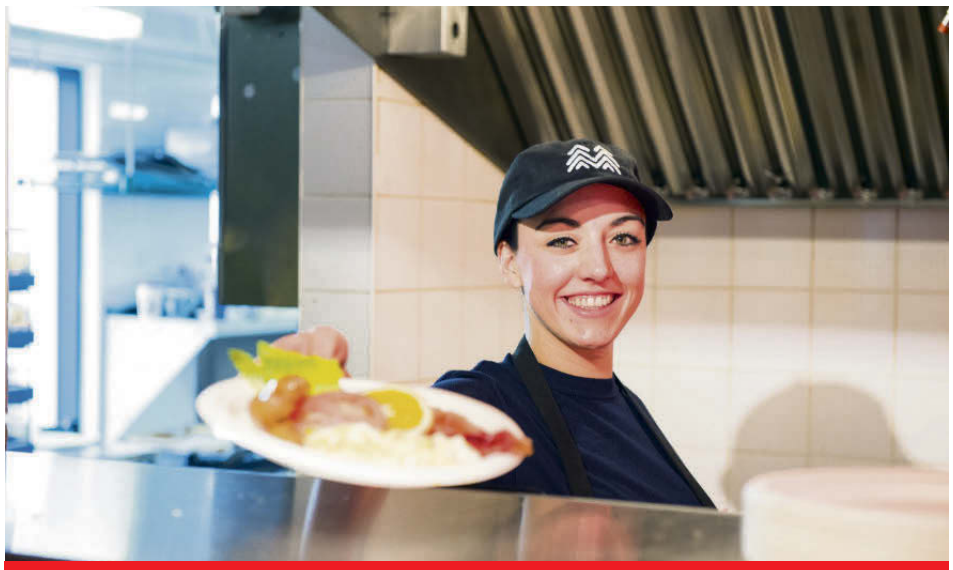
RECRUTEMENT

Les Sommets recherchent de la main-d'œuvre

ISABELLE HOULE
CHEF DE PUPITRE

Les Sommets lancent un appel à la population pour compléter ses équipes de travail dans divers départements. Pour la première fois, la célèbre entreprise est à 85 % de son effectif au début de la saison de ski.

PHOTOS: COURTOISIE



Le milieu de la restauration a du mal à trouver de la main-d'œuvre dans plusieurs régions.

Les Sommets cherchent des employés au département de location d'équipement.

Les départements à combler sont la restauration rapide, la location et les remontées mécaniques. « Nous savons qu'un peu partout en province, il est difficile de recruter en restauration. C'est pareil pour nous. C'est la première année que nous sommes confrontés à un manque de personnel. Nous aimerions pouvoir compléter nos équipes pour donner de la flexibilité à nos employés actuels aussi », soutient Simon Lemieux, chef de service des ressources humaines aux Sommets.

Comptant 1800 employés, les six stations des Sommets offrent des salaires au-dessus du salaire minimum et des emplois saisonniers. Plusieurs employés reviennent dans l'équipe les années suivantes lorsqu'ils sont embauchés. « C'est un environnement enchanteur où travailler, on va se le dire. C'est une équipe jeune et dynamique qui œuvre sur le terrain. Le produit est plaisant à représenter. Oui, nous sommes confrontés à un petit défi, mais nous sommes confiants de compléter nos équipes à 100 % », poursuit-il.

Une journée de recrutement est organisée le 2 décembre de 10 h à 14 h à la cafétéria du Sommet Saint-Sauveur.

Sélection
Deux-Montagnes
·SIGNATURE·

RÊVER D'UNE RETRAITE
AU BORD DE L'EAU

LOUEZ UN 3½
ET SAVOUREZ
1 REPAS
GRATUIT
PAR JOUR PENDANT 1 AN*
POUR UNE DURÉE LIMITÉE

* Certaines conditions s'appliquent. Valide à la signature d'un bail d'un an avant le 15 décembre 2017. Promotion applicable sur présentation du coupon. Détails auprès de nos conseillères à la location.

PROMOTION
1 REPAS GRATUIT
PAR JOUR PENDANT 1 AN*

* Certaines conditions s'appliquent. Valide à la signature d'un bail d'un an avant le 15 décembre 2017. Promotion applicable sur présentation du coupon. Détails auprès de nos conseillères à la location.

10, 8e avenue, Deux-Montagnes
450 323-1919
leselectiondeuxmontagnes.com

Réseau Sélection
idsanté*

Une Joie sereine

Novembre arrive à sa fin, et déjà les esprits s'agitent, les plans se forment, car bientôt c'est le temps des fêtes.

L'église et la société ont choisi cette période de l'année pour célébrer deux cadeaux précieux que Dieu a fait au genre humain : Un Sauveur et une nouvelle année.

Vivre une nouvelle année est un don précieux, car la vie vaut mieux que la nourriture, nous dit Jésus. Vivre pour apprécier les bontés de Dieu et partager avec les autres nos joies et nos peines constitue un élément extrêmement précieux pour tout être humain. Malheureusement, nombreux sont ceux qui ne savent pas vivre dans la sérénité, les moments de joie que le Seigneur nous donne de vivre sur cette terre. Pour beaucoup de personnes, la Joie signifie : excès, dérèglement, comportement irresponsable.

Cette façon de faire n'est pas celle que Dieu a prévue en nous donnant la possibilité de nous réjouir. À cette période de l'année, des centaines et même, des milliers de vies seront perdues ou estropiées à jamais.

Apprenez à vivre sereinement, dans la joie des jours heureux que le Seigneur nous donne, et soyez tempérants dans l'usage que vous ferez des facultés et des biens dont vous disposez.

Avec Dieu dans votre vie, vous pouvez connaître la vraie joie, sans alcool et sans drogue. Malheureusement, à cause de l'insouciance, plusieurs seront des victimes de l'intempérance pratiquée en ce temps des fêtes.

Chers lecteurs, je vous souhaite beaucoup de joie, mais une joie sereine dans la paix avec Dieu.

Irvin Alexis, pasteur retraité (450) 530-9923.

SÉCURITÉ

La SQ rappelle d'être prudents

ISABELLE HOULE–La Sûreté du Québec, poste de la MRC des Pays-d'en-Haut, a organisé un après-midi de sensibilisation sur le corridor de sécurité devant la Place des citoyens de Sainte-Adèle, le 23 novembre.

Depuis 2012, une nouvelle loi est en vigueur et demande aux automobilistes de ralentir lorsqu'un véhicule d'urgence, une dépanneuse ou un véhicule de surveillance est immobilisé sur la voie de circulation ou en bordure de celle-ci. Lorsqu'une intervention est en cours sur l'accotement, on demande aux automobilistes de ralentir et de s'éloigner du véhicule tout en demeurant dans la même voie de circulation ou, si possible, changer de voie. Si le véhicule immobilisé intervient sur la voie de circulation, on demande de ralentir, puis de s'immobiliser au besoin pour céder la priorité aux véhicules circulant en sens inverse.

Par la suite, les automobilistes changent de voie après s'être assurés qu'ils pouvaient le faire en toute sécurité.

PHOTO : ISABELLE HOULE

Encore beaucoup d'automobilistes ne respectent pas le corridor de sécurité sur nos routes.

LOI OUBLIÉE?

« On veut sensibiliser les gens parce qu'encore aujourd'hui, ces lois ne sont pas toujours respectées. Il faut ralentir. En voulant changer de voie trop vite en voyant un véhicule d'urgence, les gens peuvent provoquer un accident. On a perdu un agent comme ça sur l'autoroute 640 il y a quelques années, » raconte Sylvain Mainville, directeur du poste de la Sûreté du Québec des Pays-d'en-Haut.

En cas d'infraction, une amende de 200 $ à 300 $ peut être imposée et quatre points d'inaptitude sont prévus. Pour en savoir plus sur les manœuvres à faire, consultez le corridordesecurite.gouv.qc.ca.

BRANCHEMENT HAUTE VITESSE

David Graham crie victoire!

ACCÈS – David Graham, député de Laurentides–Labelle, crie victoire à la suite de l'annonce gouvernementale d'appuis financiers majeurs de projets de déploiement d'un véritable accès à Internet haute vitesse (IHV) dans les Hautes-Laurentides.

« L'accès à un service Internet haute vitesse pour tous ainsi qu'à une meilleure couverture cellulaire demeure un des plus grands défis à relever dans les régions rurales et éloignées à travers le Canada. Dans la MRC d'Antoine-Labelle, ceci est une annonce historique qui reflète l'énorme travail que nous avons accompli ensemble pour que ce projet d'envergure aille de l'avant », a déclaré le député.

L'ANNONCE EN BREF

Il s'agit de la plus grosse annonce de partenariat fédéral-provincial-municipal de déploiement IVH en région dans le cadre des récents programmes Brancher pour innover et Québec Branché, deux projets totalisant plus de 54 M$ avec contribution fédérale de plus de 15 M$. C'est un projet de 47 M$ de la MRC d'Antoine-Labelle : mobilisation locale visant à dérouler la fibre optique vers plus de 16 000 foyers, dans les 17 municipalités de la MRC (13 M$ de partenariat fédéral, et autant du provincial), et vers plus de 2000 à La Minerve et dans le secteur du lac Labelle, pour un total de plus de 18 000 foyers.

Rappelons que David Graham et le caucus numérique fédéral ont intié le programme Brancher pour innover [BPI] et une réserve de 2,4 G$ dédiée aux infrastructures en régions rurales et nordiques. À la suite des représentations de nombreux intervenants devant le CRTC, incluant celle du député fédéral de Laurentides–Labelle, M. Graham avait invité la population, les administrations locales et les intervenants socioéconomiques à se mobiliser afin de se faire entendre et de partager leurs préoccupations sur le sujet.

Le député dit poursuivre les démarches pour brancher adéquatement les 24 municipalités de sa circonscription qui ne sont pas encore touchées par ces projets.

Cette année on s'offre un moment de plaisir ensemble !

MARTINE LAVAL – Que cherche-t-on désespérément dans cette vie de constante course folle? Du temps de plaisir pour soi, pour notre famille, pour notre couple, pour nos amis! Où est-il ce bon temps? Dans la culture ! Alors offrons-la en cadeau à Noël! Le choix est si vaste, il y en a pour tous les goûts! Et l'achat se fait en ligne, loin de la cohue du Temps des Fêtes !

VOYAGE

Ou s'évader à bon prix... surtout l'hiver !

VOYAGE

Les Parfums d'ailleurs

Le jardin d'Hawaï

JEUDI 25 JANVIER

19h30

PLACE DES CITOYENS

Les Grands explorateurs
Laos, au cœur de l'Asie du Sud-Est; Cuba, l'île de tous les espoirs; Côte-Est, de Montréal à Key West en moto; Afrique du Sud, au pays arc-en-ciel; Croatie, un trésor en Méditerranée. (TGV. TLG. SAM)

Les Aventuriers voyageurs
(avec ou sans conférencier)
Parcs de l'Ouest; Bouthan; Nouvelle-Zélande du nord et du sud ; Hawaï; Pérou.
(Cinéma Carrefour du Nord, Saint-Jérôme. Cinéplex Colossus de Laval)

Les Parfums d'ailleurs
Le jardin d'Hawaï (25-01); Islande, grandeur nature (22-02); Voyager au féminin (15-03); Californie, villes, nature et aventures (19-04).
(P.D.C)

JEUNE PUBLIC

La culture ça commence jeune, et Noël... c'est pour les enfants!

JEUNE PUBLIC

Les Samedis jeunesse

Les puces de Stradivarius

Le luthier italien Antonio Stradivari, surnommé Stradivarius, est un génie de la fabrication des violons et des violoncelles. Mais quel est donc le secret de la confection de ses instruments de musique exceptionnels?

SAMEDI 27 JANVIER

10h **PLACE DES CITOYENS**

Les Samedis jeunesse
Les puces de Stradivarius (6 à 12 ans le 27-01); Duo TNT-Trompette'N'Tuba (6 à 12 ans, le 24-02); Conte pour les enfants de 1888 jours (2 à 4 ans, le 24-03); Autobus Tortue Berlue (4 à 8 ans, le 28-04). (PDC)

Les Dimanches en famille
Avec Caillou, c'est la fête!(30-12); Entrez dans le monde d'Annie Brocoli (21-01); C'est le concerto des bruits qui courent avec le Théâtre à Tempo (18-02); Ça déménage avec Kalimba! (25-03) (TGV)

Suite page 20 »

La culture en cadeau

» Suite de la page 19

THÉÂTRE

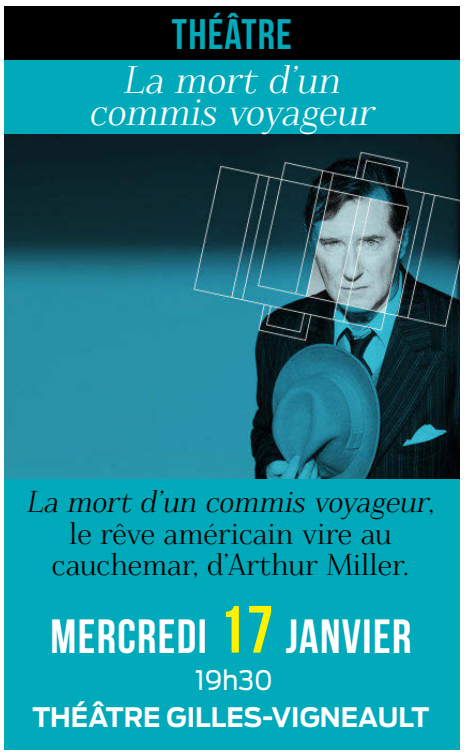
Pour se transporter ailleurs et entrer dans le jeu.

Demain matin, Montréal m'attend, le théâtre musical culte de Michel Tremblay. *La mort d'un commis voyageur*, le rêve américain vire au cauchemar, d'Arthur Miller.

Le déclin de l'empire américain, d'après le scénario de Denys Arcand.

Pygmalion de George Bernard Shaw. *Les fourberies de Scapin* de Molière.

(TGV. TLG. SAM)



OPÉRA ET DANSE

Deux façons d'assister à un concert et un ballet : au cinéma, ou en salle de spectacle.

Opéra au cinéma : *Tosca*, de Puccini; *La Bohème*, de Puccini; *Cosi Fan Tutte*, de Mozart.
(Cinéma Carrefour du Nord et Cinéma Pine)

Un peu plus haut, un peu plus loin, Opéra pop avec Giorgia Fumanti; *La Sinfonia de Lanaudière* avec Marc Hervieux. Deux artistes des Laurentides! (TGV)

Ballet au cinéma : *Roméo et Juliette*, *La dame aux camélias*, *Giselle*, avec le Ballet Bolshoï (Cinéma Carrefour du Nord. Cinéplex Colossus de Laval)

Danse en salle : *Et si tu n'existais pas* – variations sur la chanson de Joe Dassin.

Solitudes duo de Daniel Léveillé Danse. *Corps – Amour - Anarchie*, un hommage en ce centenaire de Léo Ferré avec Pierre-Paul Savoie danse. *Anastasia* avec Ballet Jörgen. *Destins croisés* d'Ismaël Mouaraki. À la douleur que j'ai de Virginie Brunelle.

(TGV. TLG. SAM)

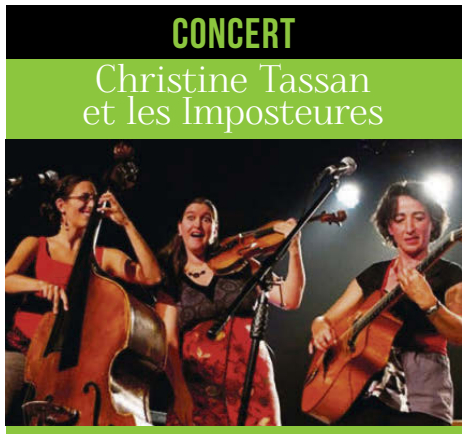
» Suite page 21

» Suite de la page 20

CONCERT

Les mélomanes se retrouvent en petite salle intime pour vivre la proximité avec les artistes dans une programmation époustouflante des plus grands musiciens jouant sur les plus grandes scènes du monde chez (Diffusions Amal'Gamme à Prévost)

Stradivarius à l'opéra avec Alexandre Da Costa (28-01 TGV); Les quatre saisons d'André Gagnon (11-03 TGV); Entre Félix et Django, Jazz avec Christine Tassan et les Imposteures (22-04 Salle Antony Lessard). Radio M. 15-04 PDC)



La culture c'est aussi l'HUMOUR, la CHANSON, les VARIÉTÉS, que l'on présente au début de chaque mois dans le PÊLE MÊLE.

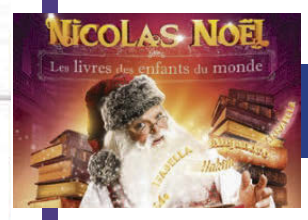
Et c'est aussi... un JEU DE SOCIÉTÉ avec lequel on joue en famille et entre amis !

JOE CONNAISSANT
Jeu de plus de 750 énigmes à découvrir! À partir d'indices touchant une variété de sujets, votre équipe pourra faire étalage de ses connaissances en solutionnant les énigmes qui sont parfois cocasses, embêtante ou intrigantes.

TIMELINE
Un jeu de connaissances et de déduction pour toutes les générations.

LE PATRIOTE 50e
Le théâtre des grands de chez nous

FABIEN CLOUTIER
2 décembre

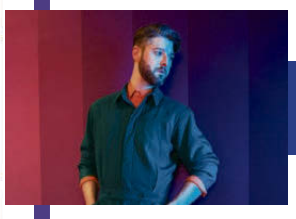


NICOLAS NOËL
8 décembre

LA COMPAGNIE CRÉOLE
6 avril 2018

ANTHONY KAVANAGH
13 avril 2018

VINCENT VALLIÈRES
14 avril 2018



PIERRE LAPOINTE
27 avril 2018

ISABELLE BOULAY
4 mai 2018

NOS PARTENAIRES

MAJEURS: LORTIE ET MARTIN CENTRE DE RÉNOVATION · SAINTE AGATHE DES MONTS · ALLIANCE FORD
ASSOCIÉS: Desjardins · BRASSERIE · Sélection NISSAN
PUBLICS: CALQ · Canada
MÉDIA OFFICIEL: cime 103.5 107.3
MÉDIA: Accès Laurentides · Tremblant Express · tc media · cogeco

THEATREPATRIOTE.COM · 819 326-3655 · Sans frais 1 888 326-3655

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

DU 1 au 7 Décembre 2017

Complexe 1: 24 rue Morin, Sainte-Adèle

JUNIOR MAJEUR en français : VENDREDI : 19H30, SAMEDI : 14H30 - 19H30, DIMANCHE : 14H30 - 19H15, LUNDI, MARDI, MERCREDI, JEUDI : 19H15

COCO 2D en français : VENDREDI : 19H30, SAMEDI : 14H30 - 19H30, DIMANCHE : 14H30 - 19H15, LUNDI, MARDI, MERCREDI, JEUDI : 19H15

PASSION VAN GOGH en français : VENDREDI : 19H30, SAMEDI : 14H30 - 19H30, DIMANCHE : 14H30 - 19H15, LUNDI, MARDI, MERCREDI, JEUDI : 19H15

BARBARA en français : VENDREDI : 19H30, SAMEDI : 14H30 - 19H30, DIMANCHE : 14H30 - 19H15, LUNDI, MARDI, MERCREDI, JEUDI : 19H15

PIEDS NUS DANS L'AUBE en français : VENDREDI : 19H30, SAMEDI : 14H30 - 19H30, DIMANCHE : 14H30 - 19H15, LUNDI, MARDI, MERCREDI, JEUDI : 19H15

Complexe 2: 1146, rue Valiquette

WONDER en anglais : VENDREDI, SAMEDI : 20H15, LUNDI, MERCREDI, JEUDI : 20H00

MURDER ON THE ORIENT EXPRESS en anglais: VENDREDI, SAMEDI : 20H15, DIMANCHE, MARDI, MERCREDI : 20H00

ROCK AND ROLL en français: VENDREDI : 20H15, SAMEDI, DIMANCHE : 15H15 - 20H15, LUNDI, MARDI, MERCREDI, JEUDI : 20H00

MERVEILLEUX en français : SAMEDI : 15H15 - 20H15, DIMANCHE : 20H00, MARDI, JEUDI : 20H00

CRIME DE L'ORIENT EXPRESS en français : SAMEDI, DIMANCHE : 15H15, LUNDI, JEUDI : 20H00

LES BILLETS POUR LA SAISON DU MET EN DIRECT SAISON 2017-2018 SONT EN VENTE!

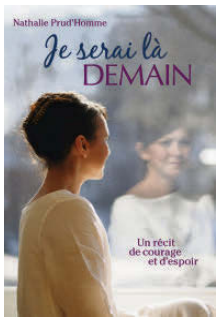
OPÉRAS
16-64 ANS: 23.49$*
65 ANS ET PLUS (AVEC PREUVE): 21.74$*
*TAXES EN SUS.

5 ANS ET MOINS 5.66$* - 6 À 15 ANS 9.13$*
16 À 64 ANS 10.88$*
65 ANS ET PLUS (AVEC PREUVE) 9.13$*

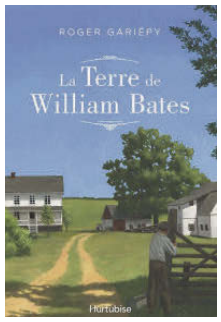
SURPLUS (EN TOUT TEMPS) POUR FILM EN 3D 3.04$*
MARDI (SAISONNIER SEULEMENT) 7.39$*
MERCREDI ET JEUDI (SAISONNIER SEULEMENT) 8.69$*

Nos certificats cadeaux sont en vente à la Tabagie le Calumet
La promotion Plaisir à 2 avec le restaurant Spago est de retour!
1128 boul. de Sainte-Adèle, Ste-Adèle tél 450 229-2724.
Les programmes et horaires sont sujets à changements sans préavis. Veuillez téléphoner quotidiennement au cinéma pour confirmation.

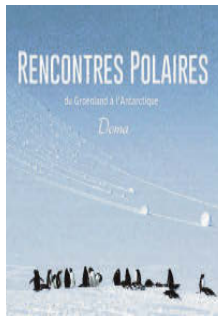
Et c'est aussi un bon LIVRE de nos auteurs des Laurentides :



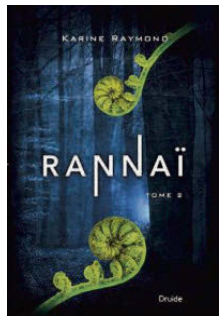
JE SERAI LÀ DEMAIN
de Nathalie Prud'Homme (un récit de courage et d'espoir)



LA TERRE
de William Bates de Roger Gariépy (roman historique)



RENCONTRES POLAIRES, DU GROËNLAND À L'ANTARCTIQUE
de Doma (magnifiquement illustré); L'aventure d'une femme riche et célèbre de Marie Élaine Girard (la découverte de soi sur le Chemin de Compostelle)



RANNAÏ
1 et 2 de Karine Raymond (Prix jeunesse des univers parallèles)

PENSEZ MAGAZINES ET REVUES POUR FAIRE PLAISIR À TOUTE LA MARMAILLE!

L'abonnement à une REVUE que le jeune attendra impatiemment chaque mois :

CURIUM, SCIENCE ET SOCIÉTÉ (14 à 17 ans),

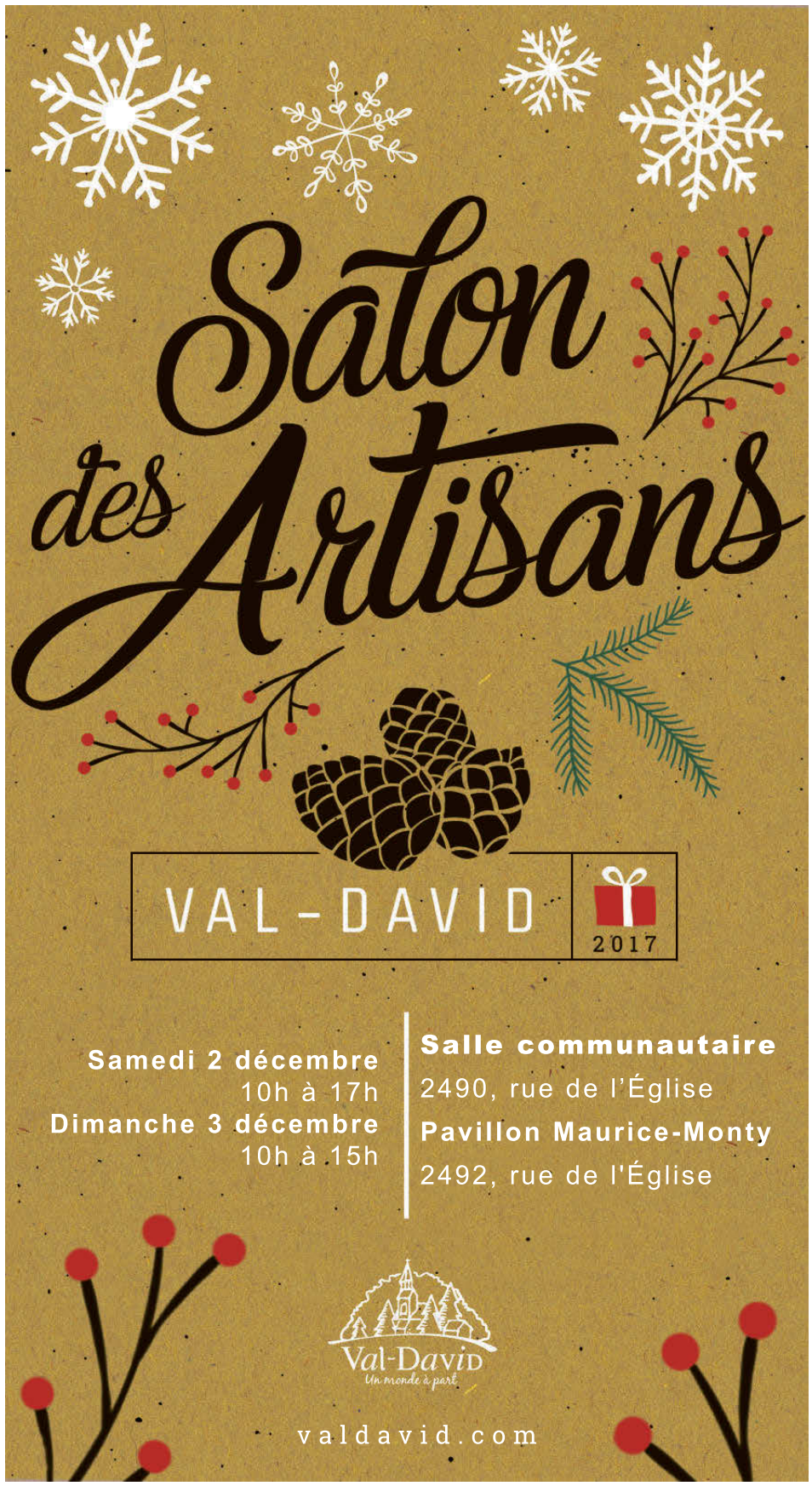
GÉO ADO, le magazine de notre planète (10 à 15 ans)

JULIE, PLACE AUX FILLES (10 à 14 ans)

LES DÉBROUILLARDS, drôlement scientifique (10 à 14 ans)

LES EXPLORATEURS, science et nature (6 à 10 ans)

POMME D'API, (3 à 7 ans), Popi (1 à 3 ans)



Une année sans sucre, est-ce possible ?

VALÉRIE SPITZER
collaboration spéciale

BIO: Axée sur le bien-être depuis longtemps et voyageuse dans l'âme, Valérie Spitzer a eu la chance d'effectuer de nombreuses formations dans le domaine de la santé dans divers pays comme la France, l'Inde et aujourd'hui, le Québec : massothérapie, yoga, méditation, réflexologie, retraites spirituelles, etc. Ex-animatrice de développement personnel pour Écoute ton corps, conférencière dans le domaine de la santé mentale, elle s'occupe maintenant des communications au sein de Massotech, une école de massothérapie.

Zéro sucre... *Mon année sans sucre*, tel est le titre du livre de Danièle Gerkens. Moi qui suis une accro du sucre, cela me semble irréaliste. Mais si c'était possible ?

La plupart d'entre nous, depuis que nous sommes tout petits, avons pris goût au sucre. Termine ton assiette, sinon tu n'auras pas de dessert. Tel est encore le leitmotiv de plusieurs parents. Biscuits, gâteaux, bonbons nous apparaissent donc comme la récompense suprême. L'autre jour, j'écoutais un reportage expliquant que certaines sortes de bonbons mous étaient faits avec de la gélatine de porc. Beurk! Fière de ma trouvaille, je m'en vais voir ma fille, dans l'espoir de la décourager de cette substance qu'elle adore. Réponse de l'intéressée, imperturbable : « Bof, ça ne me dérange pas. J'adore le bacon! ». Autant pour moi, il va falloir trouver d'autres arguments!

Bref, nous sommes conditionnés dès notre plus jeune âge à aimer le sucre et, par la suite, il devient difficile de se défaire de cette dépendance insidieuse. Il est d'ailleurs prouvé que le sucre rend plus dépendant que la cocaïne! Cependant, il semblerait qu'au bout de six à huit semaines, le besoin physiologique se fait beaucoup moins sentir.

Pour entamer une année sans sucre, il faut se mettre à traquer le sucre, car il est présent un peu partout et même là où on s'y attend le moins. Je suis allée à l'épicerie, avec pour objectif d'acheter zéro sucre. Évidemment, j'évite la rangée des gâteaux, mais il me faut aussi éviter celle des boîtes de conserve (aie, aie, il y a du sucre dans les petits pois!) ainsi que celle des plats industriels. Mais cela ne s'arrête pas là. C'est aussi un ingrédient dans certains bouillons et poissons fumés. Finalement, j'achète fruits, légumes et poissons frais, mais mon panier me semble étrangement vide! Mme Gerkens a choisi de vivre cette expérience durant un an et son témoignage est fascinant. Malgré la pression sociale et l'obligation de tout cuisiner elle-même, elle a résisté à la tentation! Précisons qu'elle n'a rien changé à ses autres habitudes de vie et, malgré tout, elle a obtenu des résultats qui font envie. Voici les principaux :

- Un teint plus lumineux et une diminution des rides;
- Augmentation de son niveau d'énergie;
- Aucune baisse soudaine d'énergie durant la journée;
- Perte de poids, notamment au niveau abdominal;
- Baisse notable de la cellulite (elle n'en a presque plus);
- Diminution des poches sous les yeux;
- Baisse très importante des sinusites (elle en avait énormément chaque année);
- Réduction de ses allergies.

De plus, cette femme dans la jeune quarantaine resplendit grâce à son teint magnifique. Elle respire la santé!

On ne peut pas faire de son témoignage une généralité et se dire que les résultats seront transposables à chacun. Mais tout de même, en la regardant et en lisant son livre, on se dit qu'elle a bénéficié d'un lifting, d'une liposuccion et d'un traitement anticellulite et tout cela gratuitement et ça, ça donne drôlement envie de l'imiter!

L'OEUFRIER DE SAINT-SAUVEUR

DÉMARRER SA JOURNÉE D'UN PIED RIGOLO!

MARTINE LAVAL

Martine Laval – Jamais je n'ai lu menu si rigolo! Choisir ce que l'on désire déjeuner devient une vraie partie de plaisir! Bonne humeur garantie, quel que soit le pied sur lequel on s'est levé ce matin-là!

Le menu de L'Oeufrier, c'est 18 pages petit format de suggestions déjeuners et dîners toutes aussi drôles les unes que les autres.

Si un matin vous me dites que vous avez bu un « Ginette en République » et un « Déculpabilisateur », accompagnés d'un « J'feel plate à matin », d'une « Maryline en amour » et d'un « Le toit du Stade coule encore », suivis d'un « Jerry et Vincent vont pêcher sur le fleuve » et d'un « Il fait froid dans mon salon », je saurai que vous avez bu un jus d'orange et de pamplemousse frais pressé et un *smoothie* ananas, mangue, épinard, yogourt et miel; accompagnés d'une omelette nature; d'une gaufre avec banane, garnie de bacon et de Nutella et de deux œufs; d'un bagel avec bacon, laitue, tomate, mayo; suivi d'une poutine à déjeuner, fromage en grains, fromage de chèvre, saumon fumé, oignons, nappée de sauce hollandaise et deux œufs sur le dessus; et d'une gaufre, crème glacée vanille, fraises, bananes avec Nutella...

PHOTO : COURTOISIE

L'Oeufrier se qualifie de « boufferie de ville » offrant déjeuners et dîners inusités sous des rubriques pleines d'humour : « Le gros mac et son fromage » pour les macaronis; « Les guédilles à Lucile »; « Montréal, la capitale du bagel », version déjeuner, et les « Hamburbagel », version lunch; « En voulez-vous des Bénédictines? En v'là! »; « Lucile et ses omelettes »; « Les patatis à Mononcle Lucien »; « Les Grilled cheeses urbains »; « Je trippe brioches »; « Gluten, moi j'pas capable! » et j'en passe. Ne pas trouver déjeuner à son goût parmi un tel choix est un caprice!

Dès 6 h, c'est le copieux spécial lève-tôt à 6,61 $. Dur à battre!

Et tous les midis, un menu du jour comprenant soupe, dessert et café est offert à prix abordable.

La bénédicité de L'Oeufrier : « délivrez-nous de la tentation et pardonnez-nous le péché de gourmandise » et maintenant, laissez-vous aller.

Ouvert de 6 h à 15 h la semaine et de 7 h à 15 h la fin de semaine

L'Oeufrier de Saint-Sauveur
275, rue Principale, 450 227-3315
www.loeufrier.ca

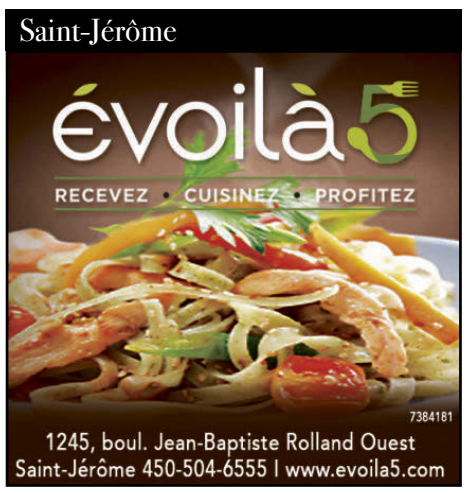


PHOTO : TOURISME LAURENTIDES

L'hiver, le parc linéaire accueille skieurs et marcheurs nordiques, entre St-Jérôme et Val-David.

LE P'TIT TRAIN DU NORD

LE PARC LINÉAIRE EN MODE HIVER

PHOTO : PARC LINÉAIRE LE P'TIT TRAIN DU NORD

Les grands-parents peuvent donc désormais aller skier avec leurs petits-enfants sans même dépenser un rond puisque les jeunes de 17 et moins ont également l'accès gratuit.

SANDRA MATHIEU – Fondeurs et marcheurs nordiques ont déjà les yeux rivés sur le parc linéaire pour profiter pleinement des premiers flocons que nous offre la saison blanche. Diane Pilon, coordonnatrice aux communications, événements et patrouille pour la Corporation du parc linéaire Le P'tit Train du Nord, dévoile quelques nouveautés et les avantages qui démarquent notre P'tit Train du Nord!

Parmi les bons coups, notons la gratuité pour les 80 ans et plus. « Le ski de fond est une activité qui fait partie de l'identité des Laurentides à cause des Trains de ski que cette génération a connus et les skieurs plus âgés sont nombreux à profiter de la piste, se réjouit Mme Pilon. Grâce au faible dénivelé, le parc linéaire est très accessible et ils craignent moins de se blesser. »

Les grands-parents peuvent donc désormais aller skier avec leurs petits-enfants sans même dépenser un rond puisque les jeunes de 17 et moins ont également l'accès gratuit.

De plus, le coût est réduit pour les résidents des MRC de la Rivière-du-Nord, des Pays-d'en-Haut et des Laurentides, ainsi que pour les skieurs de 60 ans et plus. Aussi à surveiller : la carte duo Parc linéaire et Parc Dufresne (Val-David).

CORRIDOR DE MARCHE

Afin de profiter de la marche tout l'hiver, un corridor sera tracé sur toute la longueur de la piste entre Saint-Jérôme et Val-David. Mme Pilon rappelle que l'accès est gratuit pour les marcheurs. Toutefois, il est important de ne pas marcher dans le tracé de ski de fond classique et le tracé skating. De plus, les chiens sont interdits sur Le P'tit Train du Nord pour des raisons de sécurité pour les skieurs.

UNE ACCESSIBILITÉ SANS PAREILLE

Les pleinairistes épicuriens sont également bien servis. « C'est une expérience unique d'avoir accès si facilement, souvent sans même enlever ses skis, à des centres villageois magnifiques et à des restaurants, cafés et microbrasseries pour faire une pause bien méritée », ajoute Mme Pilon.

Cette accessibilité de la piste à partir de plusieurs villages des Laurentides permet également le transport actif pour se rendre au boulot ou à l'école. Pourquoi ne pas rendre l'utile à l'agréable!

PATROUILLEURS BÉNÉVOLES RECHERCHÉS

La corporation est toujours à la recherche de patrouilleurs bénévoles pour accueillir les skieurs et marcheurs, les aider au besoin et assurer la sécurité sur la piste.

BONNES RESSOURCES

Les conditions de la piste et prévisions météo sont publiées sur Facebook très tôt le matin et à plusieurs moments de la journée.

On peut également consulter la page sur se tenir au courant des événements et activités à venir.

www.facebook.com/parclineaire/?fref=ts

Si vous achetez votre passe de ski de fond en ligne avant le 10 décembre, vous courez la chance de gagner un abonnement de ski de fond pour la saison 2018-2019 et un équipement de ski de fond gracieuseté d'Espresso Sports et Salomon inscriptions.lespaysdenhaut.com/ski/

Infos et tarifs : www.parclineaire.com/

Accès LE Journal des Pays-d'en-Haut

PROPRIÉTAIRE Josée Pilotte | DIRECTEUR DE L'INFORMATION Thomas Gallenne | CHEF DE PUPITRE Isabelle Houle | CHEF DE PRODUCTION Richard Cloutier | COORDONNATRICE AUX VENTES Jacinthe Neault | CONSEILLÈRES PUBLICITAIRES Christine Laniel • Camille Vaillancourt • Isabelle Monette COLLABORATEURS Valérie Maynard • Martine Laval • Sandra Mathieu • Jean-Patrice Desjardins • Benoit Simard • Mimi Legault • Jean-Claude Tremblay Diane Baignée • Luc Robert | INFOGRAPHIE Chantal St-Julien • Marie-Eve Lapointe • Richard Cloutier • Daniel Calvé • Daniel Berthier • Vickie Gohier MISE EN LIGNE JOURNAL Chantal St-Julien • Marie-Eve Lapointe • Richard Cloutier • Daniel Calvé | CORRECTION ÉPREUVES Com1script OPÉRATIONS ET ADMINISTRATION Suzanne SAVARD | IMPRESSION Trans-Mag | DISTRIBUTION Transcontinental | DÉPÔT LÉGAL Bibliothèque nationale du Québec ISSN 14808643 ADRESSE 727, rue Principale, Piedmont, Qc, J0R 1K0 | TÉLÉPHONE 450.227.7999 • SANS FRAIS 1 844.856.5144 • TÉLECOPIEUR 450.227.1225 | journalacces.ca

Accès LE Journal des Pays-d'en-Haut est publié tous les mercredis à 28 708 exemplaires et distribué gratuitement de Saint-Jérôme à Mont-Tremblant. Le contenu rédactionnel, photographique et publicitaire d'Accès LE Journal des Pays-d'en-Haut ne peut être reproduit en tout ou en partie sans autorisation écrite de l'éditrice. Accès LE Journal des Pays-d'en-Haut exclut expressément toute responsabilité quant au contenu des annonces soumises par son client, dont notamment mais non limitativement toutes atteintes aux droits d'auteur, droits de l'image et autres sources de propriété intellectuelle. Dans l'éventualité de quelques poursuites en dommages ou autres à l'encontre de Accès LE Journal des Pays-d'en-Haut relativement auxdites annonces soumises par le client, ce dernier s'engage à tenir Accès LE Journal des Pays-d'en-Haut indemne et à prendre faits et cause en sa faveur. L'abonnement annuel au tarif régulier est de 150 $ +tx.

Financé par le gouvernement du Canada | Canada

TIRAGE CERTIFIÉ HEBDOS QUÉBEC INC.

44E TOURNOI PEE-WEE

Dernier tour de piste pour Jean-Michel Blain

LUC ROBERT – Visage fort connu dans les arénas du Québec, le bénévole adélois Jean-Michel Blain entend « boucler la boucle » en s'impliquant à une dernière classique du Tournoi pee-wee de Saint-Jérôme, à titre de président d'honneur.

PHOTO : LUC ROBERT

Jean-Michel Blain s'implique à fond pour les jeunes.

« J'ai été surpris et heureux quand Nathalie Charrette (présidente) m'a demandé de revenir en devoir. J'ai œuvré pendant 14 ans au hockey mineur jérômien, dont 12 ans aux comités organisateur et exécutif du Tournoi pee-wee. Jouer, ce n'est pas donné. Je lève mon chapeau aux parents qui établissent leurs vacances en fonction des horaires du tournoi », a-t-il évoqué d'entrée de jeu.

Le vétéran se remémore des beaux moments de son enfance aux tournois hivernaux.

« Revenir après deux ans de pause est une belle façon de terminer mon implication auprès des jeunes. Quand je voyageais avec mes parents, je voulais absolument voir l'aréna de la ville qu'on visitait. Ils se sont habitués à mon rituel », a-t-il rigolé.

Le hockey est vite devenu un mode de vie pour l'ancien juge de ligne.

« J'ai arbitré, pendant 42 ans, au hockey mineur dans le junior majeur et dans la Ligue américaine. J'ai payé mes études grâce à l'arbitrage. Dans mon temps, Chicoutimi était l'endroit le plus loin, à six heures d'automobile. De nos jours, les gars vont arbitrer à Baie-Comeau et travaillent ensuite les lundis : chapeau! ». Jean-Michel Blain a surtout adoré officier à la Coupe Memorial. « La Coupe Memorial de 1982, à Sherbrooke, a été mémorable. Être sur la même glace que Gérard Gallant (Sherbrooke), Gord Klusak (New Westmintster) et Brian Bellows (Kitchener) n'a pas de prix. Les joueurs étaient gentils avec nous, tout comme ceux du Tournoi pee-wee de Saint-Jérôme », a-t-il achevé.

LES BONNES NOUVELLES
arrivent toujours
LES MERCREDIS

Accès le Journal des Pays-d'en-Haut

journalacces.ca

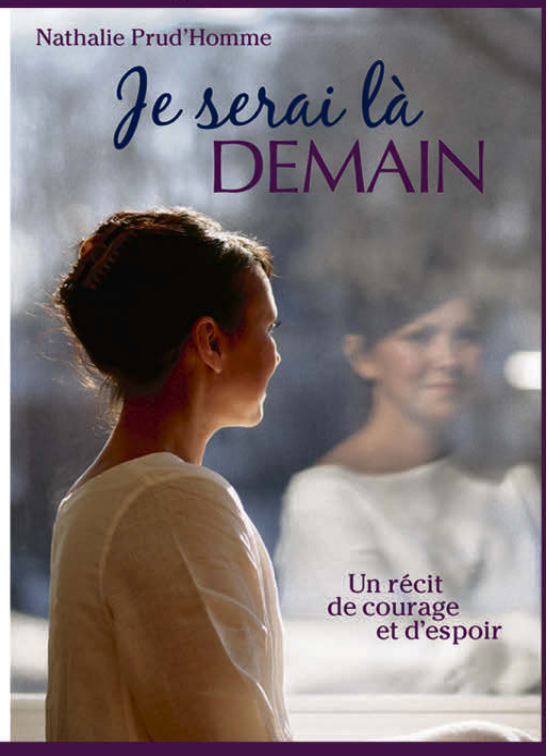
727, rue Principale, Piedmont QC, JOR 1K0 Téléphone : 450 227-7999

VOICI LE LIVRE TANT ATTENDU DE
Nathalie Prud'Homme.

Obtenez votre **DÉDICACE PERSONNELLE** en achetant directement sur son site web.

Seulement 24,95$

PRÉVENTE POUR UN TEMPS LIMITÉ!



www.nathalieprudhomme.com

PARC LINÉAIRE.COM Le P'tit Train du Nord

SKI DE FOND | SAISON HIVER 2017 - 2018

ABONNEZ-VOUS avant le 10 décembre 2017 ET COUREZ LA CHANCE DE GAGNER

Gracieuseté de ESPRESSO SPORTS Ste-Adèle St-Sauveur | salomon

- UN ABONNEMENT DE SKI DE FOND pour la saison 2018 - 2019
ou
- UN ÉQUIPEMENT DE SKI DE FOND (Une valeur de 450 $)
Skis - Escape ou Siam 6
Bottes - Escape ou Siam 7
Fixations - Pilot

ACHAT EN LIGNE : inscriptions.lespaysdenhaut.com/ski

CENTRAIDE LAURENTIDES

Nomination de Nathalie Nolin

ACCÈS – La directrice générale de Centraide Laurentides, Suzanne M. Piché, vient d'annoncer la nomination de Nathalie Nolin au poste de Chef du service des communications-marketing de Centraide Laurentides.

Nathalie Nolin.

Détentrice d'un baccalauréat en communications et journalisme, Mme Nolin a travaillé pendant dix ans au sein du réseau de la santé et des services sociaux des Laurentides comme chef de service des communications. Dans le cadre de ses fonctions, elle a agi à titre de conseillère pour l'équipe de direction et les différents services, en communication interne et externe, en planification d'événements, en relations publiques et comme porte-parole médias.

Elle se démarque par sa capacité à offrir des conseils, services et outils de communication orientés vers le client et répondant aux enjeux prioritaires de l'organisation, dans un esprit de collaboration.

Ayant développé et entretenu tout au long de sa carrière de bonnes relations avec les milieux politiques, communautaires et entrepreneuriaux de la région, elle pourra contribuer à assurer le rayonnement de la mission de Centraide.

« Dynamique et engagée, Mme Nolin fait preuve d'un jugement sûr et d'une rigueur professionnelle. Grâce à son expertise et à sa vision stratégique des communications, je suis convaincue qu'elle sera un élément mobilisateur au sein de notre équipe et pour l'ensemble de nos partenaires », a déclaré Mme Piché en lui souhaitant bon succès dans ses nouvelles fonctions à Centraide Laurentides.

UN 5 À 7 RÉUSSI CHEZ

Automod et Énergie & Cie de Saint-Sauveur

CAMILLE VAILLANCOURT – C'est dans une ambiance festive que Marc Bonneau et Michel Brisson, propriétaires, ont reçu les membres de la Chambre de commerce de Saint-Sauveur, famille et amis lors d'un 5 à 7 en collaboration avec Accès LE Journal des Pays-d'en-Haut.

Les convives ont eu la chance de visiter l'atelier ainsi que la boutique et découvrir tous les produits offerts par ces deux entreprises en passant par toutes les batteries imaginables, incluant les motos et triporteurs électriques ainsi que des pneus de tous genres avec les jantes et mags. Il ne faut pas oublier que la nouvelle gamme de démarreurs est également disponible, quoi de mieux de pouvoir faire démarrer sa voiture à distance l'hiver.

On a également profité de cette soirée pour discuter entre marchands et ainsi connaître de nouveaux entrepreneurs de la région.

Le prochain 5 à 7 se fera au Tommy Hilfiger, aux Factoreries, où un défilé de mode vous sera présenté, le mardi 12 décembre prochain, merci de confirmer votre présente auprès de la Chambre de commerce au 450 227-2564.

PHOTO : COURTOISIE

Marie-Christine et Isabelle de la Chambre, Michel Brisson, propriétaire, Janie Bonneau et Laury, fille et petite-fille de Marc, Marc Bonneau, propriétaire, Camille d'Accès, Nathalie de la Chambre et François Provost de Énergie & Cie.

Pour visiter Automod St-Sauveur ou Énergie & Cie, vous les trouverez au 2252, chemin Jean-Adam, St-Sauveur 450 744-0122. Suivez-les sur Facebook.

La féerie des Fêtes au Village du père Noël

CHRISTINE LANIEL – En activité tout l'été, le Village du père Noël ouvrira à nouveau ses portes pendant la période des Fêtes pour accueillir les familles à la recherche d'activités emballantes, de défis passionnants et de moments magiques à partager.

Le père Noël sera donc de retour avec ses lutins les 2, 3, 9 et 10 décembre prochains, ainsi que du 16 décembre au 7 janvier, de 10 h à 17 h (à l'exception du 25 décembre).

La majorité des jeux que l'on retrouve en été (hébertisme, mur d'escalade, sapin de cordes, tyroliennes, maison dans les arbres) seront à nouveau à la disposition des enfants. Les animaux de ferme – poneys, chevaux miniatures, chèvres – seront également au rendez-vous pour émerveiller les petits visiteurs.

Certains jeux offerts pendant l'été se transforment à la saison froide. Ainsi, la piscine devient une magnifique patinoire, alors que l'estrade de la scène où sont présentés les spectacles de magie se métamorphose en glissade géante que parents et enfants peuvent dévaler sur des tubes. Petits et grands pourront également essayer les amusantes trottinettes des neiges.

Soucieux du confort de ses visiteurs, le père Noël a prévu des abris chauffés où les familles pourront pique-niquer sans se geler le bout du nez.

Pour plus d'informations, visitez le www.noel.qc.ca

CETTE SEMAINE, VOTRE PAGE **Espace jeux** EST COMMANDITÉE PAR

Restaurant Chez Milot
Pâtes - grillades - fruits de mer

Sudoku JEU N°43

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

RÈGLES DU JEU :

Vous devez remplir toutes les cases vides en plaçant les chiffres 1 à 9 une seule fois par ligne, une seule fois par colonne et une seule fois par boîte de 9 cases.

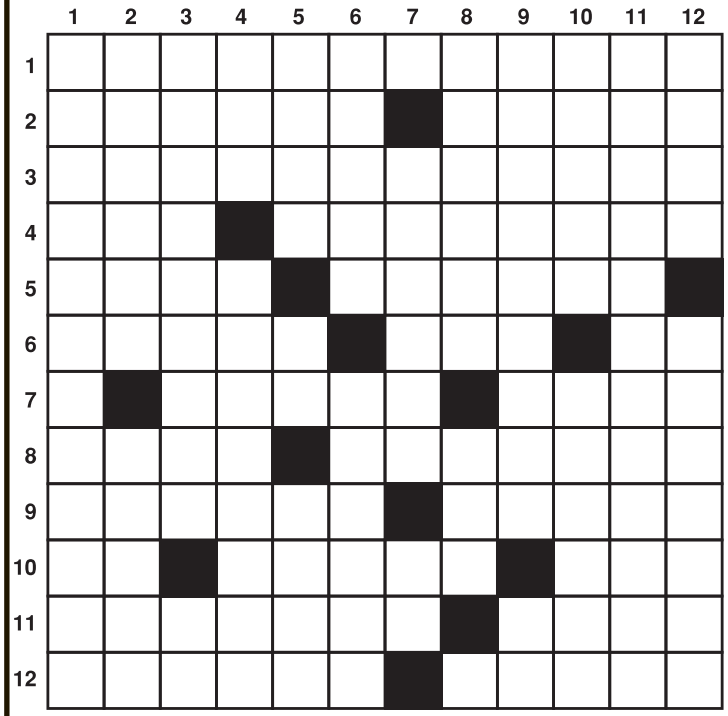
Chaque boîte de 9 cases est marquée d'un trait plus foncé. Vous avez déjà quelques chiffres par boîte pour vous aider. Ne pas oublier : vous ne devez jamais répéter les chiffres 1 à 9 dans la même ligne, la même colonne et la même boîte de 9 cases.

RÉPONSE DU SUDOKU JEU N°43

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

RÉPONSE DU MOTS CROISÉS JEU N°43

Mots croisés JEU N°43



HORIZONTALEMENT

1- Générosité, prodigalité.
2- Instrument de labour. – Charançon.
3- Qui se rapporte à la science qui a pour objet la recherche de l'origine et la composition des familles.
4- Possessif. – Plante vivace.
5- Dans l'arrondissement du Gard. – Se dit d'une pâte friable comportant une forte proportion de jaunes d'œufs et du sucre.
6- Bien distincte. – Groupement d'intérêt économique. – Ursule Paquin.
7- Celui qui tient un rôle de vedette dans l'activité qu'il exerce. – Rivière d'Aquitaine.
8- Indéfini. – Qui se complaisent dans des pensées vagues.
9- Débarrasse un aliment de l'eau dont il est imprégné. – Station balnéraire sur le port de Rome.
10- Personnel. – Pondérés, sérieux. – Possèdent.
11- Ouverture d'une cuvette de water-closet. – Sud-est.
12- Extrême maigreur. – Région postérieure du squelette du pied, chez l'homme.

VERTICALEMENT

1- Femme qui élève des vers à soie.
2- Zone rougeâtre qui entoure un point inflammatoire. – Héroïne d'une légende médiévale.
3- Mailles de filet. – Négation.
4- Rejette comme faux. – Petits trous dans les parois de chambre noire, faisant office d'objectif photographique.
5- Mèneras d'un lieu à un autre. – Personnel. – Pièce de viande cuite à la broche.
6- Fendis légèrement sans que les parties ne se séparent. – Il vengea la mort de son père, en tuant sa mère et son amant, Égisthe.
7- Entre le cheval et l'âne. – Doublée.
8- Réduit, placard. – Possessif.
9- Invocations au Saint-Esprit. – Possessif.
10- Signe de mépris. – Oiseau de proie.
11- Bouches à feu, fines et longues.
12- Virgile en a fait son héros. – Petite balance de précision pour les bijoux.

Trouvez les 6 erreurs Restaurant Chez Milot 958, Valiquette, Ste-Adèle 450 229-2838 | chezmilot.com

Horoscopes

Alexandre Aubry
alexandre@norja.net
www.lignevision.com
1 900 456-4114
ou par cell. #4114

Signes chanceux de la semaine :
VIERGE, BALANCE ET SCORPION

Semaine du 29 nov. au 5 déc. 2017

Bélier 21 mars - 20 avril
Vous vous retrouverez au centre de toute l'attention. Il ne serait pas impossible que vous receviez une récompense quelconque pour souligner vos exploits. Vous serez certainement très fier de vous-même.

Taureau 21 avril - 20 mai
Il ne serait pas mauvais de surveiller attentivement votre alimentation avant d'entreprendre la période des Fêtes. Vous pourriez déjà ressentir quelques troubles d'estomac cette semaine.

Gémeaux 21 mai - 21 juin
Les déplacements seront assez nombreux et le téléphone ne dérougira pas. Vos amis exigeront sûrement votre présence au cours des différentes réceptions qui commencent à s'organiser.

Cancer 22 juin - 23 juillet
Vous aurez mille et une idées en tête pour les Fêtes ou pour des cadeaux. Vous devrez inévitablement préparer un budget pour évaluer la faisabilité et éviter de vous serrer la ceinture par la suite.

Lion 24 juillet - 23 août
Vous serez particulièrement spontané et lorsqu'une idée vous animera, ce sera comme si elle était déjà réalisée. Vous mettrez à l'avant-plan votre vie sociale pour terminer l'année en beauté.

Vierge 24 août - 23 septembre
Il est possible que l'horaire de la période des Fêtes ne vous plaise pas au travail. Heureusement, avec un peu de patience et de détermination, vous parviendrez à obtenir certaines faveurs.

Balance 24 septembre - 23 octobre
Le stress est le plus grand fléau du 21e siècle. Vous aurez besoin d'un peu de repos ne serait-ce que pour y voir plus clair en ce qui concerne votre avenir professionnel.

Scorpion 24 octobre - 22 Novembre
)Il n'est pas toujours facile de concilier la vie de famille et le travail en cette période de l'année. Le temps sera une denrée rare, mais vous réussirez à coordonner le tout avec finesse.

Sagittaire 23 Novembre - 21 décembre
Qu'il s'agisse de votre famille ou d'un groupe d'amis, vous aurez l'occasion de faire un voyage avec tout ce beau monde. Vous aurez envie de briser la routine et de faire les choses différemment pour Noël.

Capricorne 22 décembre - 20 janvier
Vous tenterez de cacher une belle sensibilité. Vos amis seront d'un excellent soutient si vous n'êtes pas dans votre assiette. Alors, n'ayez pas peur d'afficher vos émotions avec détermination s'il le faut.

Verseau 21 janvier - 18 février
Vous serez définitivement en excellente position pour rassembler des groupes importants autour de vous. Vous serez inspiré pour apporter quelques changements radicaux au travail.

Poissons 19 février - 20 mars
Vous recevrez d'excellentes nouvelles concernant votre santé ou celle d'un proche. Vous bénéficierez d'un revenu supplémentaire alors que vous ne vous y attendiez pas.

Petites annonces classées

UN SEUL NUMÉRO **1 866 637-5236** Ouvert de 8 h 30 à 12 h et de 13 h à 16 h 30

IMMOBILIER **100 À 200** | MARCHANDISE **300 À 399** | SERVICES **400 À 599** | EMPLOI ET FORMATIONS **600 À 799** | ÉVÈNEMENTS SPÉCIAUX **800 À 899** | VÉHICULES **900 À 999**

105 Propriétés à vendre

MAISON rénovée 3 c.à.c., 1 s.d.b., 1 salle d'eau, 2 salons, garage, et foyer. 3 rue St-Joseph, St-Sauveur. 450-227-3355, 514-887-3355

ST-ADOLPHE-D'HOWARD, petite maison à vendre, 4-1/2, entièrement rénové, à l'entrée du village près du dépanneur, 120,000$, 819-323-1880

ST-SAUVEUR, bord du Lac duplex, 2x3-1/2, du proprio 723069, 239,000$. 450-712-6834.

160 Terrains à vendre

TERRAINS À VENDRE

CLÉ EN MAIN ou AUTO CONSTRUCTION

Secteur tranquille, dans un cul-de-sac au Domaine Saint-Sauveur. À 2 minutes du village. Environnement de choix. Terrain avec vue ou ruisseau. À partir de 69 900$

Christian : **514 953-5777**

160 Terrains à vendre

À LA LIMITE DE ST-SAUVEUR (Morin-Heights), ensoleillé, vue exceptionnelle. lesboisesdusommet.com 514-953-5577, 514-951-7755

TERRAINS prêts à bâtir, Canton de Gore, bord de l'eau, rivière disponibles. 514-592-5794

205 Logements / appartements à louer

! ! 4-1/2, à Ste-Marguerite-du-Lac-Masson. Bien situé; près Lac et services, entrées laveuse, sécheuse, 625$. Libre 514-247-1722/ 438-880-3113

160 Terrains à vendre

3-1/2, 4-1/2, 5-1/2 Ste-Agathe, secteur tranquille. Grands, chauffés, éclairés. Repeints. Espace rangement. Stationnement. 1 mois gratuit avec bail d'un an! 514-212-0482

4-1/2, grand, rénové, 2 stationnements, 4 électroménagers fournies. St-Jérôme. 680$. Enquête crédit. 450-228-3612

205 Logements / appartements à louer

2X5-1/2, Ste-Adèle, secteur paisible, Mont Rolland, rénovés, lumineux, près pistes cyclables, 800$/mois. Pas d'animaux. Références. Libres. 450-530-2569.

À PRÉVOST
5 1/2
à 2 min. de la piste cyclable. Très ensoleillé, 2 stationnements. 625$/mois
Contactez : Pierre
450 822-6292

205 Logements / appartements à louer

4-1/2 (680$/ 685$), rue Major, Ste-Agathe, style condo, ensoleillé, stationnement privé/ déneigé, intercom, grand balcon, grandes fenêtres, rangement, immeuble tranquille, grande cour, plage, piste cyclable, hôpital, commodités. Références, enquête. Libre. 514-386-1563

4-1/2, St-Sauveur. Secteur paisible, entrée privée, bail annuel, stationnement déneigé et cour privés, 450-227-9426

4-1/2: 1er plancher, Lafontaine, frais peint. Non-fumeurs, pas d'animaux. Idéal retraités ou semi-retraités. Enquête crédit. Libre 450-436-1504

4-1/2 rénové + mezzanine, avec garage, style suisse, foyer, a/c, grand terrain privé, non-fumeur, distance de marche du village, 1,200$, Benoît 514-809-9435

5-1/2 neufs, 1er et 2e étage, St-Jérôme, secteur Bellefeuille, rue cul-de-sac, A/C. Près services. Libres immédiatement. **514-704-2336 Jacques**

205 Logements / appartements à louer

5-1/2, 785$, style condo, 521, Impasse du Rocher, St-Jérôme, bain tourbillon, 2 balcons, 2 stationnements déneigés, insonorisation, conciergerie, 514-887-3151 -Claire; 514-862-3151 -Jacques

À St-Sauveur, 500$/ mois, 3-1/2, 5 minutes du village, auto nécessaire. Meublé. Libre. 450-227-5889

À Ste-Adèle: grand 5-1/2 sur 2 étages, bien éclairé, rénové, plancher bois, foyer, grand patio, piscine, déneigement. Enquête de crédit. 1,150$/mois. 514-234-1979, 819-323-7800

AU centre de St-Sauveur, 5-1/2 rénové, 3 chambres, 2 salons, foyer, pas d'animaux, 950$/ mois. Libre 1er décembre. 514-592-1172

ST-SAUVEUR, 3 minutes du village, 3-1/2, moderne, ensoleillé, entrée/ stationnement et cour privés, cuisinière, frigo, lave-vaisselle, pas de chien, strictement non-fumeur, stationnement/ déneigement inclus. 595$/ mois, 514-772-0171

STE-ADÈLE, 3-1/2, près du lac Rond, idéal pour personne seule, tranquille, responsable, non-fumeur, câble, secteur recherché, 565$/ mois, 438-498-1924

205 Logements / appartements à louer

ST-SAUVEUR: 4-/12, 725$, **5-1/2,** 825$, 2 minutes à pied du village. Frais peint, Plancher et cuisine refaits. Pas d'animaux, références **450-818-8082, 514-820-8510**

STE-ADÈLE

GRAND 3 ½ ENSOLEILLÉ Rez-de-jardin, maison privé. Laveuse/sécheuse, poêle/réfrigérateur inclus. Stationnement déneigé. Secteur tranquille. Non-fumeur. Pas d'animaux. 610$/mois

Contactez Gaétan 514-792-2903

ST-SAUVEUR: idéal pour retraités autonomes, Légendes du Nord, 118 du Lac Millette, 3-1/2, 4-1/2, vue panoramique, sécuritaire, insonorisation supérieure, stationnement intérieur/ extérieur, ascenseur, câble inclus, piscine extérieure chauffée, gymnase, cinéma, non-fumeur, 450-227-0017, 514-497-8831. Laissez message.

205 Logements / appartements à louer

STE-ADÈLE: 3-1/2, semi-meublé, près IGA, rénové, foyer, cabanon, 550$, libre, enquête, 514-831-3663

STE-ADÈLE: 4-1/2, tranquille, très propre, près de tous services, Pas d'animaux. Libre 1er décembre, 450-530-5787

STE-ADÈLE: 4-1/2, vue sur la cour, non chauffé, non-fumeur, proximité à pied des services. 625$/mois. Libre immédiatement. Pour visite: 450-675-7084

STE-ADÈLE: Centre-ville, 3-1/2, 4-1/2, 1 mois gratuit. 450-229-7070

STE-ADÈLE: Le Cantonnier, idéal pour retraités. 3-1/2, rénové, 600$. 450-229-6294

205 Logements / appartements à louer

VAL-DAVID: 4-1/2, demi sous-sol, frais peint, 2 c.à.c. fermées, entrées laveuse/ sécheuse, lave-vaisselle, pas d'animaux, tranquille, entrée déneigé, 600$. Enquête de crédit, Libre. **819-322-1813**

210 Logements / appartements chauffés à louer

3-1/2, demi sous-sol, 4 électros inclus, chauffé, câble, internet. Libre 1er décembre, 580$/ mois. Piedmont. 450-227-8783

STUDIO, refait à neuf, Ste-Adèle, chauffés, eau chaude incluse. Calme, à pied centre-ville. Libre immédiatement. 514-497-5077

BINGO

SAINTE-ADÈLE

Au **555, boul. Ste-Adèle**

Les mardis et jeudis soir

Ascenseur, casse-croûte

Salle à louer

Info : **450-229-7095**

Faites un don en ligne et appuyez Claude Robinson

clauderobinson.org

105 Propriétés à vendre

Louise Bellerose
819 326-6860 Courtier immobilier 819 324-7780

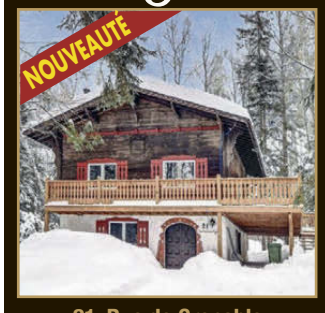
Caroline Magnan-David
Courtier immobilier 819 421-1414 819 326-6860

Domaine Chanteclair (Sainte-Agathe)

Accès au Lac La Truite

(moyennant cotisation)

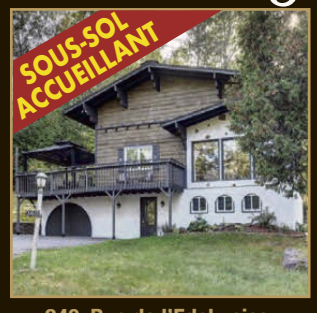
Venez les visiter! Prenez rendez-vous!



21, Rue de Grenoble
Sainte-Agathe-des-Monts

Une maison pour vous réfugiez dans l'nord! 3 étages 3 CAC! Située dans le beau domaine du Chanteclair, secteur homogène entre Val-David et Ste-Agathe cette propriété dotée comme tous ses voisins d'un terrain boisé rempli de conifères et de feuillus vous attend. Accès à la belle plage du Lac à la Truite. Plusieurs rénos ont été effectuées.

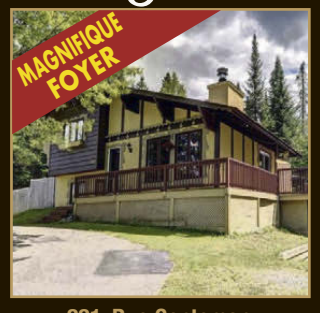
MLS: 10994608 189 000 $



240, Rue de l'Edelweiss
Sainte-Agathe-des-Monts

Superbe propriété très chaleureuse située dans le domaine Chanteclair tout près des commodités et des routes principales! La cuisine et les salles de bain sont au goût du jour! Le sous-sol très accueillant sera très apprécié pour vos soirées et les 2 foyers de pierre réchaufferont vos journées d'hiver... Bienvenue!

MLS: 21360390 224 000 $



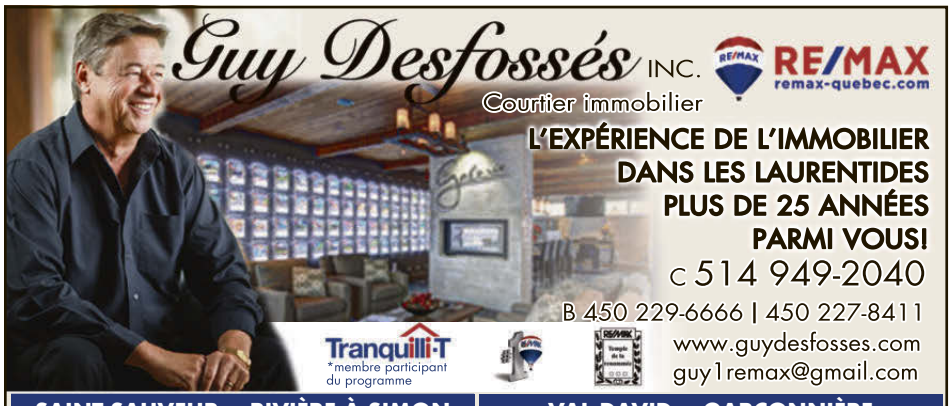
221, Rue Genteman
Sainte-Agathe-des-Monts

Chalet Suisse situé dans le Domaine Chanteclair tout près du centre ville de Ste-Agathe. Secteur homogène avec accès facile à la route 117 et l'autoroute 15. Cuisine, salle à manger et salon à aire ouverte et magnifique foyer au salon. 3 CAC, 2 SDB, grande salle familiale au sous sol avec sortie extérieure.

MLS: 18716718 229 900 $

819 324-7780 • 819 421-1414

105 Propriétés à vendre



Guy Desfossés INC.
Courtier immobilier
RE/MAX remax-quebec.com

L'EXPÉRIENCE DE L'IMMOBILIER DANS LES LAURENTIDES PLUS DE 25 ANNÉES PARMI VOUS!

c 514 949-2040
B 450 229-6666 | 450 227-8411
www.guydesfosses.com
guy1remax@gmail.com

Tranquilli-T *membre participant du programme

SAINT-SAUVEUR • RIVIÈRE À SIMON

MLS 20221900 www.guydesfosses.com 659 000 $

VAL-DAVID • GARÇONNIÈRE

MLS 16734597 www.guydesfosses.com 269 500 $

STE-ADÈLE • SOUS ÉVALUATION

MLS 26895422 www.guydesfosses.com 219 000 $

PIEDMONT

MLS 19108892 www.guydesfosses.com 195 500 $

STE-ADÈLE • SOUS ÉVALUATION

MLS 2368487 www.guydesfosses.com 209 500 $

ENTRELACS • LAC DES ÎLES

MLS 21669900 Prix demandé : 165 000$

215 Logements / appartements chauffés meublés à louer

2-1/2, 980 RUE PRINCIPALE PRÉVOST, 2E ÉTAGE, ÉCLAIRÉ, CHAUFFÉ, MEUBLÉ, LIT MURAL, CÂBLE INCLUS, BALAYEUSE CENTRALE. LIBRE 520$. Non-fumeur. Pas d'animaux. Membre Locataires Avertis. 514-708-8123

220 Condos lofts et maisons de ville à louer

4-1/2 sur 2 étages, Ste-Adèle, grande terrasse, foyer, 2 chambres, 2 s.d.b., électros inclus, 900$/ mois, 450-806-6967

À Piedmont: Très beau condo 3-1/2, 500 pi.ca. À 10 minutes à pied de St-Sauveur. Bois franc, céramique, laveuse/ sécheuse, Possibilité d'enlever les meubles pour location à longue durée. Dans domaine privé très calme, avec accès: piscine, sauna, bain tourbillon, toute l'année! À partir de 865$/ mois. Libre 514-232-1930, 450-974-2064

CONDO, 1,200 pi.ca, luxueux, bord lac des Sables, Ste-Agathe, fenestration abondante, planchers bois franc/ céramique, aires ouvertes, 2 c.à.c., A/C, foyer au gaz, grand balcon, vue lac/ montagnes. Garage chauffé, beaucoup rangement. 1200$/ mois. Occupation 1er mars. Non-fumeur. Enquête crédit. 438-889-8411

PIEDMONT: Condo neuf 4-1/2. Secteur paisible, foyer au gaz, insonorisation supérieure, A/C, grandes fenêtres, terrasse, références. Pas d'animaux, non-fumeur, non meublé. Bail 18 à 24 mois. Libre immédiatement. 1,250$ par mois déneigement inclus. 450-821-2253

ST-SAUVEUR
"À LOUER - TOUT INCLUS". Joli et grand 3-1/2, offrant une vue magnifique sur les pentes, incluant: four, frigo, lave-vaisselle, micro-ondes, ensemble de meuble thaïlandais au salon, salle à manger et chambre, bain et douche thérapeutique séparées, foyer, toit cathédrale, balcons avant/ arrière, vaisselle, literie, aspirateur, électricité, câble, eau chaude, gaz, téléphone, internet, stationnement. Location à l'année, 1,325$ par mois, libre immédiatement.
Guy: 1-855-669-5566

225 Propriétés à louer

À Ste-Adèle, cottage jumelé, style condo, 1,250 pi.ca. Chauffé, éclairé, déneigé, foyer, verrière, vue, plafond salon 22', 13' dans les chambres. 3 c.à.c., 2 s.d.b., Pas d'animaux, 995$/ mois. Libre maintenant. 819-713-0456

225 Propriétés à louer

! Morin-Heights/ Limite St-Sauveur: Bungalow 3 chambres: Bois, Bain/ douche, Portes-patio, Garage, Frais peint, Grand terrain, Enquête, Idéal retraités 1,150$/ mois[aaa] Chauffé, Éclairé 514-809-7935

! Ste-Agathe: Maison Suisse, 2e, 4-1/2, foyer, grande mezzanine. 450-858-4404

À Val-David cottage à louer meublé ou non, 4 c.à.c. 2 s.d.b. Foyer, abri d'auto intégré. Pas d'animaux, non-fumeurs. Saison hiver 4,000$ ou +/ 850$/ mois, 514-605-7311

JOLIE petite maison, à vendre ou à louer; 2 c.à.c., 83 Alpino, Morin-Heights, accès au lac, grand terrain, 70,000$ ou 700$/ mois. Jean-René, **450-822-6005**

MAISON neuve: 2 c.à.c. Solarium, haute gamme, beaucoup fenêtres, patio, terrain, distance de marche centre-ville Ste-Agathe, accès rapide A-15, 1,200$/ mois, 819-321-7118

MAISONS, chalets, +/- 800$, possibilité option d'achat. St-Sauveur environ. Financement disponible. Aucune mise de fond. 514-212-4644

ST-SAUVEUR près des pentes charmante maison meublée, équipée, 3 c.à.c., 1-1/2 S.D.B., foyer combustion lente, saison hiver ou plus, pas d'animaux, non-fumeur. 514-893-7314

240 Co-locations

CO-LOCATAIRE RECHERCHÉ
POUR PARTAGER MAISON À SAINT-SAUVEUR HYDRO-INTERNET INCLUS 450 $/ MOIS
438 820-9788

245 Chambre à louer

! ! À St-Jérôme: chambres, internet HV. Personnes responsables. Pas de drogue. 450-275-9407

! Ste-Adèle, chambre (style mini-loft) 1er décembre, entrée et s.d.b. privées, stationnement, 500$. Non-fumeur. Pas d'animaux. 514-969-5282

CHAMBRE Ste-Adèle, avec stationnement, pour personne sérieuse. 450$ par mois; Tout Inclus. Libre immédiatement 450-229-4453

À Ste-Adèle, forfait location au mois. Suite avec tourbillon et foyer. Chambre avec foyer ou standard. TV, téléphone, Internet, frigo, micro-ondes, accès buanderie. 450-229-2680

245 Chambre à louer

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

MORIN-HEIGHTS, Auberge Clos Joli. Chambres à partir de 550$/ mois. Inclus: déjeuner, petit frigo, micro-ondes, câble, tv, Wi-fi, stationnement. 450-226-5401 aubergeclosjoli.com

CHAMBRE, centre-ville, Ste-Adèle. Poêle, frigo, 375$/ mois. Sans drogue et alcool. 819-321-2367

SITUÉES à Morin-Heights. 3 chambres à louer, avec accès commun à la maison, meublées ou non, salle de bain complète, laveuse/ sécheuse, WIFi, câble, grand stationnement déneigé. Petits animaux et fumeurs, acceptés. Idéal personne semi-retraitée/ seule. 400$ à 500$ par mois. Bienvenue LGBT/ Gens Sociables et Sympathiques 450-226-7402

270 Bureaux / locaux à louer

270 Bureaux / locaux à louer

BUREAUX à sous-louer à Laval, 2,550 Daniel-Johnson, jonction 440 et 15. 1,700 pi.ca. Très ensoleillé. Cuisinette, 3 bureaux fermés. Peut accueillir 6 postes de travail. Salle d'entreposage. 4,600$ par mois tout inclus. Fin du bail: décembre 2018. Info: 514-861-2088 poste 23.

LOCAL commercial 3 bureaux, stationnements, réception, s.d.b. A/C centrale. 681, St-Georges, St-Jérôme. Libre. 514-585-3258

LOCAUX, bureaux commerciaux. Boul. Ste-Adèle, Ste-Adèle, 105 à 3,200 pi.ca., Info: 450-229-3083.

310 Divers à vendre

CABANONS
(remises de jardin)
10 x 12 : 1975$ / **2300$**
10 x 16 : 2350$ / **2725$**
12 x 16 : 2600$ / **3050$**
15 x 20 : 3600$ / **4350$**
15 x 30 : 5150$ / **6150$**
Autres grandeurs disponibles.
RBQ#8213-9338-04.
450 632-0007

270 Bureaux / locaux à louer

ANTIQUAIRE ACHÈTE À DOMICILE, TABLEAUX RECONNUS, BIJOUX EN OR, Meubles antiques et design, luminaires, bronzes, monnaies, coutelleries sterling, cruches, balance, horloges, radio, annonce publicitaire, sculptures, tricoteuse à bas, enclumes, etc. www.tableaux antiques.com 514-891-0699

310 Divers à vendre

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

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

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

345 Antiquité / art / collections

COLLECTIONNEUR achète: audio vintage, ampli Marantz, Samsui, McIntoch, tables tournantes: années 70/ 80. Disques vinyle rock/ jazz, lazer, disques rock/ jazz, mini disques rock/ jazz + jeux Nintendo. 450-744-3060, François.

365 Poêle / Fournaise / Bois de foyer

BOIS 1ère qualité. 100% bois franc: érable, chêne et merisier. Après 18h: 450-432-0101

404 Services domestiques offerts

ENTRETIEN résidentiel, semaine/ quinzaine. Ménage après construction. Fiabilité, service de qualité. Excellentes références. 514-293-4251

J'OFFRE mes services comme femme de ménage, expérimentée, ponctuelle, respectueuse. 514-951-9639

410 Coiffure / Beauté / Esthétique

CHEZ Denise Coiffure, ouvert mardi, jeudi et vendredi. Ouvert le 23-24. 450-229-1661

415 Massothérapie / Soins thérapeutiques

! ! ! 1h00/ 60$. Excellent massage professionnel 450-516-3372. Laurentides

415 Massothérapie / Soins thérapeutiques

! ! ! Super prix, super massage, détente, 819-323-8129. Merci!

! ! 450-431-7966. ABSOLUMENT À DÉCOUVRIR LA MAGIE D'UN MASSAGE CHALEUREUX ENVELOPPANT SENSORIEL EXTRÊME DÉTENTE. REÇU, 7/7, 9H-22H. ENDROIT CHAMPÊTRE, ST-JÉRÔME.

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

BESOIN d'une bonne détente? Passez me voir! Massages suédois. St-Jérôme. Reçus. 514-603-6062, 450-712-6062.

BON massage, agréable et confortable détente. À Morin-Heights à 6 minutes de St-Sauveur 9h00- 18h30, vendredi, samedi, dimanche. Manon: 450-921-1131, 514-546-0960

DÉTENTE +. Endroit paisible. Maison privée à St-Sauveur. Daniel: 450-275-0780

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

MASSOTHÉRAPIE St-Sauveur, centre-ville. Membre AMQ. Reçu d'assurance disponible. 15 ans d'expérience. Massage professionnel suédois, relaxation thérapeutique. 45$/ heure, 60$ 1/1/2 heure. Sur rendez-vous. Sandrine 450-744-3060

PROMOTION 50$ pour 75 minutes. Massage à votre domicile aussi disponible. Massage thérapeutique, nerf sciatique. Reçu pour assurance. Nancy 514-726-7207

424 Astrologie / Occultisme

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

440 Déménagement / Transport / Entreposage

DÉMÉNAGEMENT D. Touchette Inc. Depuis 1978 Petits et gros déménagements. Service 7 jours, assurances. 450-430-1408

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

442 Constructions / Rénovations / Réparations

! Vous avez un problème? J'ai la solution! Pour des projets bien exécutés, vous devez m'appeler. Plomberie, électricité, gypse, plâtre, peinture, céramique, s.d.b. et bien plus. 450-821-6857 (John, Cynthia)

HOMME à tout faire, travaux de tous genres, intérieur/ extérieur. Alain Roy 450-516-9063

PLÂTRIER diplômé, tireur de joints, peintre diplômé, pose gypse, travail de qualité. R.B.Q: #5602-1603-01 Martin: 450-226-2991 Cellulaire: 450-712-0851

442 Constructions / Rénovations / Réparations

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

HOMME à tout faire. Petits et Gros Travaux. Travail minutieux. Claude 819-507-0456

HOMME À TOUT FAIRE
Peinture, patio et clôture, réparation de plâtre, rénovations de toutes sortes, travaux intérieurs/ extérieurs, travaux propres et soignés, 20 ans d'expérience. Références sur demande. À l'heure ou à contrat. Nicholas, **514-264-7385 cell. 450-226-6095** (maison St-Sauveur). Estimation gratuite!

RÉNOVATION, 20 d'expérience, armoires de cuisine, sous-sol, s.d.b., o'gee, finition intérieure. Satisfaction garantie. Pierre. 450-712-3464

446 Peinture / décoration

À BON PRIX. Peinture. Tirage joints. 30 ans d'expérience. François: 450-821-3799

480 Toitures / Couvreurs

480 Toitures / Couvreurs

TOITURES SILANIC
RBQ 5670 7094 01
UNE COUVERTURE DE SATISFACTION
Pour un service personnalisé et complet
Un travail propre et garanti
Dans le domaine depuis plus de 20 ans
Spécialité bardeaux d'asphalte
Installation de gouttières sans joints
450 226-3843 • www.silanictoitures.com

446 Peinture / décoration

Peintre, réparation de plâtre, Joints. Homme d'expérience. Propre et minutieux 450 227-4216 514 946-6353

448 Lavage / Nettoyage

LAVAGE DE VITRES
Lavage de vitres et moustiquaires, grand ménage, (murs et plafonds) 20 ans d'expérience. Références sur demande. Travail propre et soigné. Nicholas, 514-264-7385 cell. 450-226-6095 (Maison St-Sauveur). Estimation gratuite, **NETTOYAGE DE GOUTTIÈRES**

483 Compagne compagnon

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

484 Services divers

ENTRETIEN électroménagers. Aide général. François 450-750-2696

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

485 Agence de rencontre avec permis

CONTACTS directs et rencontres sur le service #1 au Québec! Conversations, rencontres inattendues, des aventures inoubliables vous attendent. Goûtez la différence.. Appelez le 1-877-661-2626 pour les écouter ou bien, pour leur parler, depuis votre cellulaire, faites le #(carré)6910 (des frais peuvent s'appliquer) L'aventure est au bout de la ligne.

484 Services divers

555 Argent à prêter

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

Prêteur hypothécaire privé de premier et deuxième niveau. Financement rapide peu importe votre région. Service professionnel. Nos taux sont compétitifs et no conditions de financement flexibles. Financement Brisson. 1-866-566-7081

605 Emplois divers

RESSOURCES en déficience intellectuelle Ste-Adèle est à la recherche d'une préposée pour 32 hres/ semaine de soir Marieanne. 450-848-4009

615 Bureau / Informatique

Secrétaire-Réceptionniste demandée: pour bureaux d'avocats, temps partiel, St-Sauveur. Prière d'envoyer votre CV. mclavigne@lgra.ca

650 Bar / Hôtels/ Restaurants

CHALET GREC recherche "busboy"/ "busgirl", appelez John ou Bill après 17h au: 450-227-6612

650 Bar / Hôtels/ Restaurants

CHALET GREC recherche hôtesse, appelez John ou Bill après 17h00 au: 450-227-6612

CHALET GREC recherche serveur(se), appelez John ou Bill après 17h au: 450-227-6612

RESTAURANT LUAU
146 rue Morin, Ste-Adèle
Recherche serveur(se) et plongeur jeudi au dimanche de soir. Contactez André Mousseau 450-229-2911

680 Conciergerie/entretien sécurité

HÔTEL LE CHANTECLER
Surintendant résident avec DES. 1 à 6 mois d'expérience. Fiable, courtois, précis, entregent, débrouillard. Poste permanent. 6 jours/ semaine, logement fourni. Salaire à discuter. Contactez Madeleine Hurtubise au 450-229-3555 Poste7-683

Pour le mieux-être de la société, faites un don par testament.
Un héritage à partager
Québec
www.unheritage.org
1 888 304-8834

685 Chauffeurs / Transports

RECHERCHE chauffeurs autonomes classe 1, 3 et 5, postes de jour, de soir et de nuit, pour livraisons Laval, Montréal, Laurentides et Lanaudière. Travail à l'année, expérience requise, bon dossier de conduite.
Recherchons aussi commis d'entrepôt de nuit. Contactez Patrice, du lundi au vendredi: **450-675-2131**

705 Formations diverses

ANGLAIS, cours individuels. Devenez fonctionnel rapidement. Conversation, emploi, rattrapage scolaire, 30$/ h. Professeure diplômée 450-226-7239

COURS de dessin, peinture à l'huile ou à l'acrylique. Danie 450-436-0217

ÉCOLE de chant Louise Fontaine, certificats-cadeaux disponibles. Technique vocale, 450-227-0094

950 Ferraille

! ! ! ! ! ! ! ! ACCRÉDITÉ SAAQ. Achetons autos, camions, pièces/ route. 7/7. 200$ et +. Payons comptant. Vendons pneus et autos à bas prix. G.G. Autotech 450-882-1491, 514-214-8304

ACHATS
Vieilles autos. Autos accidentés. Rebuts métal. Balance publique. Ste-Marguerite. Remorquage gratuit. Payons 200$ +. Accrédité SAAQ.
450-228-8602, 450-712-2039

REMORQUAGE Le Gaspésien. Achat: autos, camions, ferraille, 300$ et plus. 450-602-6322

RÉVOLUTION remorquage Achat d'autos, camions, ferrailles. 225$ + Accrédité SAAQ. 450-530-5636

980 Camions Camionnettes à vendre

2013 Chevrolet Silverado Cheyenne EXT. boîte Leer 70,000 KM. 450-858-4404

985 Autos à vendre

ATTENTION! ATTENTION! Besoin d'une auto. Problème de crédit? C'est fini. Aucun cas refusé. Financement sur place. Voiture, camion, van, 2004 à 2013 Robert Cloutier Autos 450-446-5250 ou 514-830-0098
1-888-446-5250 www.robertcloutierautos.com

Bazar

BAZAR DE LA POINTE BLEUE
9, Chemin Ste-Marguerite
Ste-Marguerite -du-Lac-Masson
TOUS LES VENDREDIS ET SAMEDIS, DE MIDI À 16H.
Nous acceptons: bijoux, vêtements, meubles, articles de décoration, tableaux etc.
S.v.p. téléphonez au: 450 228-2441 ou 450 229-4328
et nous irons les récupérer.

985 Autos à vendre

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

Pour le mieux-être de la société, faites un don par testament.
Un héritage à partager
Québec
www.unheritage.org
1 888 304-8834

Emplois

Les résidences du MANOIR
NOTRE GROUPE DE RÉSIDENCES OFFRE DES SERVICE DE QUALITÉ AUX PERSONNES ÂGÉES DES LAURENTIDES

COMMIS À LA PAYE
Les lundis et mardis
Saint-Sauveur

PRÉPOSÉ(E) AUX RÉSIDENTS
Jour • Soir • Nuit
Saint-Adolphe | Sainte-Adèle

S.v.p., faire parvenir votre CV par la poste à Ressources humaines, 101, rue Principale, Saint-Sauveur (Québec) J0R 1R6
ressourceshumaines@residencesdumanoir.com
Télécopieur : 450 240-0079

SUIVEZ-NOUS SUR
facebook.com/journalacces@LeJournalAcces

Emplois

MONT GABRIEL RESORT & SPA
est à la recherche de candidats (es) pour combler les postes de

• CONTRÔLEUR FINANCIER
Contactez M. Martin Lavallée 450 227-7983, poste 271
mlavallee@montgabriel.com

• AUDITEUR DE NUIT
Envoyez votre CV à Catherine Lizotte :
reception@montgabriel.com
ou téléphonez au 450 227-7983, poste 343

• PRÉPOSÉS À L'ENTRETIEN DES CHAMBRES
Envoyez votre CV à Linda Martin :
gouvernante@montgabriel.com
ou téléphonez au 450 227-7983, poste 250

RECRUTEZ VOTRE PERSONNEL
AVEC Accès LE Journal des Pays-d'en-Haut
CONTACTEZ VOTRE REPRÉSENTANTE
450 227-7999

Henri Miron Auto
RECHERCHE UN
OPÉRATEUR LOADER
ET
DÉMONTEUR PIÈCES AUTOMOBILES
Travail temps plein - Jour
«Expérience requise»
CV à l'attention de Luc Miron
1141 boul. de La Salette, St-Jérôme, J5L 2J8
info@henrimironauto.com
Tél.: 450 438-4807
7413033

PJ PAVAGE Jérômien
Excavation - Déneigement - Pavage
450.438.5389
RECHERCHE
- **Déneigeurs classe 3**

EXIGENCES
Expérience dans le secteur municipale et commerciale
Expérience de conduite avec tracteur et loader
Poste de jour, de soir et de fin de semaine

- **Peintre pour machinerie lourde**

Se présenter au 358, rue Larry-Ball, Saint-Jérôme • 450-438-5389
pavagejeromien@bellnet.ca
>1404081

A&W
OUVERTURE TRÈS BIENTÔT À PIEDMONT/SAINT-SAUVEUR
697, Chemin Avila, à côté du nouveau Shell sur chemin Jean-Adam

JOURNÉES PORTES OUVERTES 3 ET 4 DÉCEMBRE
Au Manoir Saint-Sauveur, de midi à 17 h, salle Whisler A

Servez de la nourriture simple, déliceuse et produite avec soin
Profitez d'un excellent climat de travail
Bénéficiez d'un horaire de travail flexible qui s'adapte à votre vie.

Écrivez-nous **awstsauveur@gmail.com**

Postuler en ligne en consultant notre page web sous l'onglet carrières
web.aw.ca/fr

Vous cherchez un emploi?
Intégration TRAVAIL Laurentides
peut vous aider !
Un service spécialisé de main-d'œuvre gratuit
- Avez-vous un handicap ou une limitation physique?
- Avez-vous une maladie dégénérative?
- Avez-vous un problème de santé mentale?
- Avez-vous des limitations neurologiques ou intellectuelles?
- Avez-vous un dossier judiciaire?
- Avez-vous eu des problèmes de dépendance aux drogues, médicaments ou alcool?

Intégration-Travail Laurentides
assure un service d'aide à l'emploi et un suivi personnalisés à sa clientèle depuis 30 ans.

Intégration TRAVAIL Laurentides
avec vous depuis 1985
Sainte-Adèle 450 229-5889

J'ai ma place au travail !
Avec la participation financière
Québec

Emplois

Le VIKING Bar & Restaurant

OFFRES D'EMPLOIS

SERVEUR/SERVEUSE

Sous la supervision du chef exécutif et du responsable de plancher, le serveur participe à l'accueil et au service en restaurant.

Exigences du poste :
- Niveau d'études secondaires
- Minimum 7 mois d'expérience relative au poste.
- Bilingue
- Salaire : 9,45$ / heure + pourboires.
- Être disponible le jour, soir et fin de semaine.

CUISINIER

Poste permanent
32 à 40h/semaine

Bonne rapidité d'exécution, tolérance au stress et bonne forme physique, capacité à travailler en équipe. Respecter les normes du travail en vigueur dans la cuisine. Préparer divers plats en temps voulu et d'une façon régulière.

Exigences du poste :
- Niveau d'études collégiales (DEC) complété
- 3 à 5 ans d'expérience relative au poste
- Langue parlée et écrite : français
- Salaire à discuter
- Être disponible le jour, soir et fin de semaine

Contactez-nous 450-228-4400
58, ch. Masson,
Ste-Marguerite-du-Lac-Masson
emplois@restoleviking.com

SUIVEZ-NOUS SUR

facebook.com/journalacces@LeJournalAcces

IGA Morin-Heights

RECHERCHE PERSONNEL DYNAMIQUE POUR COMBLER LES POSTES SUIVANTS :

COMMIS FRUITS ET LÉGUME ET ÉPICERIE
temps partiel

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

Le VIKING Bar & Restaurant

RECHERCHE

CHEF CUISINIER

Temps plein 40h/semaine

Exigences du poste :
- Niveau d'études collégiales (DEC) complété
- 3 à 5 ans d'expérience relative au poste
- Langue parlée et écrite : français
- Salaire à discuter
- Être disponible le jour, soir et fin de semaine
- Conditions diverses :

Détenteur d'une formation en cuisine professionnelle, vous avez une expérience comme gestionnaire et administrateur d'une cuisine de restaurant d'envergure. Vous avez de l'expérience en cuisine francaise avec une capacité à préparer des mets du terroir. Vous êtes reconnu pour votre leadership rassembleur et respectueux dans la gestion de vos employés. Votre feuille de route démontre votre implication dans la création des menus, dans le contrôle des couûts de production et la gestion efficiente des sotcks. Vous êtes sensibilisé aux mesures préventives et correctives en santé et sécurité en cuisine.

Contactez-nous 450-228-4400
58, ch. Masson,
Ste-Marguerite-du-Lac-Masson
emplois@restoleviking.com

marteau et plumeau coopérative de solidarité d'aide domestique

PRÉPOSÉ(E)S À L'AIDE DOMESTIQUE

Marteau et Plumeau est une coopérative de solidarité sociale qui offre des services d'aide domestique sur le territoire de la MRC des Pays-d'en-Haut, est à la recherche de personnes dynamiques avec expérience pertinente pour occuper des postes de **préposé(e)s à l'aide domestique**.

Un emploi pour vous:
- Vous souhaitez sortir de votre routine
- Vous voulez être en congé le soir et les fins de semaine
- Vous êtes disponible, en bonne santé et capable de travailler
- Vous possédez une voiture en bonne condition
- Vous désirez faire partie d'une équipe dynamique

Faire parvenir votre curriculum vitæ par fax au **450 553-8194** ou par courriel à
lany.morin@marteau-plumeau.com 450 229-6677, poste 211

>6987520

Avis

Ville d'Estérel

AVIS PUBLIC

AVIS EST DONNÉ PAR LES PRÉSENTES, conformément aux dispositions de l'article 145.6 de la *Loi sur l'aménagement et l'urbanisme* (L.R.Q., c. A 19.1), que le Conseil municipal de la Ville d'Estérel statuera sur une demande de dérogation mineure lors de la séance ordinaire du 15 décembre 2017, débutant à 17 h, à la salle du Conseil située au 115, chemin Dupuis. Au cours de cette séance, la dérogation demandée sera expliquée et toute personne intéressée pourra se faire entendre par le Conseil relativement à celle ci.

Demande : Nº 2017-0006
Immeuble : 18, avenue d'Amiens
Nature et effet : Autoriser l'empiètement d'un muret en cour arrière situé à 14.55 mètres de la ligne des hautes eaux alors qu'une zone de non construction de 15 mètres est prévue par la réglementation, créant ainsi un empiètement de 0.45 mètre dans la zone de non construction de 15 mètres.

Donné à Ville d'Estérel, ce 29e jour du mois de novembre 2017

Luc Lafontaine, B.A.A., g.m.a.
Greffier

Ville de Saint-Sauveur

AVIS PUBLIC
DEMANDE DE DÉROGATION MINEURE

AVIS PUBLIC est par la présente donné par le soussigné que les membres du conseil municipal, lors de la séance ordinaire qui sera tenue le 18 décembre 2017 à 19 h 30 à l'hôtel de ville situé au 1, place de la Mairie, Saint-Sauveur (Québec) J0R 1R6 statueront sur la demande de dérogation mineure suivante :

Pour le lot 6 049 129 situé sur le chemin du Bel-Air

NATURE ET EFFET DE LA DEMANDE :

- Pour la propriété située dans la zone HV 106, régulariser la profondeur moyenne minimale de 50 m au lieu de 60 m, comme exigé à l'article 31 du Règlement de lotissement numéro 223-2008 et ses amendements.

Toute personne ou tout organisme intéressé pourra se faire entendre par le conseil municipal relativement à cette demande de dérogation mineure.

DONNÉ À SAINT-SAUVEUR, ce 29e jour du mois de novembre 2017.

Le greffier et directeur des Services juridiques,

Jean-François Gauthier, MBA, OMA
Avocat

Ville de Saint-Sauveur

APPEL DE CANDIDATURES COMITÉ CONSULTATIF D'URBANISME

La Ville de Saint-Sauveur est en période de recrutement pour combler deux postes à titre de membres citoyens au sein de son comité consultatif d'urbanisme (CCU). Les mandats sont d'une durée d'un an et sont renouvelables.

Le CCU est un groupe de travail constitué en vertu d'un règlement de la municipalité conformément à la Loi sur l'aménagement et l'urbanisme (L.R.Q. c. A-19.1). Il est composé de deux conseillers municipaux et de cinq citoyens résidants.

Le conseil confie au comité le soin d'étudier et de faire les recommandations en matière de dérogations mineures, de plans d'implantation et d'intégration architecturale (P.I.I.A), d'usages conditionnels et autres demandes en lien avec l'aménagement du territoire. Ce comité se réunit une fois par mois en séance régulière, généralement le dernier lundi de chaque mois à 18 h, et soumet ses recommandations au conseil municipal.

Toute personne intéressée, majeure et résidante permanente de la ville, est invitée à poser sa candidature en transmettant une lettre d'intention décrivant son intérêt, sa motivation et ses compétences pour ces mandats, et ce, **au plus tard le 8 décembre 2017**.

Les candidatures doivent être adressées par la poste à :
Madame Sophie Julien
Service de l'urbanisme
Ville de Saint-Sauveur
1, place de la Mairie
Saint-Sauveur (Québec) J0R 1R6
Ou par courriel à :
sjulien@ville.saint-sauveur.qc.ca

Donné à Saint-Sauveur, ce 29e jour du mois de novembre 2017.

Le greffier et directeur des Services juridiques,

Jean-François Gauthier, MBA, OMA
Avocat

Avis public

Régie des alcools, des courses et des jeux

AVIS DE DEMANDES RELATIVES À UN PERMIS OU À UNE LICENCE

Toute personne, société ou association au sens du Code civil peut, dans les 30 jours de la publication du présent avis, s'opposer à une demande relative au permis ci-après mentionné en transmettant à la Régie des alcools, des courses et des jeux un écrit assermenté qui fait état de ses motifs, ou intervenir en faveur de la demande, s'il y a eu opposition, dans les 45 jours de la publication du présent avis.

Cette opposition ou intervention doit être accompagnée d'une preuve attestant de son envoi au demandeur ou à son procureur, par courrier recommandé ou certifié ou par signification à la personne, et être adressée à la **Régie des alcools, des courses et des jeux, 560, boul. Charest Est, Québec (Québec) G1K 3J3.**

NOM ET ADRESSE DU DEMANDEUR	NATURE DE LA DEMANDE	ENDROIT D'EXPLOITATION
Gastronomie Concept Inc. GASTRONOMIE CONCEPT 1187, rue Principale Sainte-Agathe-des-Monts (Québec) J8C 1L7 Dossier : 4 749 487	1 permis de Restaurant pour vendre	1187, rue Principale Sainte-Agathe-des-Monts (Québec) J8C 1L7
9368-5071 Québec Inc. FLEUR DE RIZ 173, rue Morin Sainte-Adèle (Québec) J8B 2P6 Dossier : 326 561	1 Restaurant pour servir	173, rue Morin Sainte-Adèle (Québec) J8B 2P6

Québec

>74198867

RECRUTEZ
VOTRE
PERSONNEL

AVEC
Accès LE Journal des Pays-d'en-Haut

CONTACTEZ VOTRE
REPRÉSENTANTE
450 227-7999

Ville d'Estérel

AVIS PUBLIC

AVIS PUBLIC est donné par le soussigné que le Conseil a adopté, lors de la séance ordinaire du 17 novembre 2017, le calendrier ci-après de ses séances ordinaires pour l'année 2018 :

19 janvier 2018	–	17 h 00	20 juillet 2018	–	17 h 00
16 février 2018	–	17 h 00	17 août 2018	–	17 h 00
16 mars 2018	–	17 h 00	21 septembre 2018	–	17 h 00
20 avril 2018	–	17 h 00	19 octobre 2018	–	17 h 00
18 mai 2018	–	17 h 00	16 novembre 2018	–	17 h 00
15 juin 2018	–	17 h 00	21 décembre 2018	–	17 h 00

Donné à Ville d'Estérel, ce 29e jour du mois de novembre 2017.

Luc Lafontaine, B.A.A., g.m.a.
Greffier

Val-David
Un monde à part

AVIS PUBLIC

CALENDRIER DES SÉANCES DU CONSEIL MUNICIPAL POUR L'ANNÉE 2018

Avis est par les présentes donné que les séances ordinaires du conseil municipal de la Municipalité du Village de Val-David, pour l'année 2018, se tiendront le deuxième mardi de chaque mois à 19 h 30 à la salle du conseil, située au 2490, rue de l'Église à Val-David aux dates suivantes :

- 9 janvier 2018
- 13 février 2018
- 13 mars 2018
- 10 avril 2018
- 8 mai 2018
- 12 juin 2018
- 10 juillet 2018
- 14 août 2018
- 11 septembre 2018
- 9 octobre 2018
- 13 novembre 2018
- 11 décembre 2018

Donné à Val-David, ce 29ième jour de novembre 2017.

(SIGNÉ) Marie-Pier Pharand

Marie-Pier Pharand, avocate
Greffière

Directrice des affaires juridiques
et secrétaire-trésorière adjointe

VILLE DE SAINTE-ADÈLE

À TOUTES LES PERSONNES INTÉRESSÉES DÉROGATIONS MINEURES

AVIS public est donné que les membres du conseil municipal, lors de la séance ordinaire qui sera tenue lundi le **18 décembre 2017 à 20h**, dans la salle du conseil municipal, située au 1386 rue Dumouchel à Sainte-Adèle entendront les personnes ou organismes intéressés relativement aux demandes de dérogations mineures suivantes :

NATURE ET EFFET DES DEMANDES

Lots 2 232 140 et al. (rue des Sarcelles), afin de permettre qu'un lot ait une largeur minimale de 7,67 mètres et une largeur moyenne minimale de 7,67 mètres et de permettre qu'un autre lot ait une largeur minimale de 7,68 mètres et une largeur moyenne minimale de 7,68 mètres alors que le règlement de lotissement exige une largeur minimale de 25 mètres et une largeur moyenne minimale de 25 mètres et de permettre qu'une rue en impasse se termine par un cercle de virage ayant un diamètre d'emprise de 20 mètres alors que le règlement de lotissement exige un diamètre minimum de 36 mètres afin de procéder au lotissement desdits terrains;

696, chemin du Mont-Loup-Garou, afin d'autoriser un lot d'une largeur moyenne minimum de 8,99 mètres alors que le règlement exige 50 mètres, d'une profondeur moyenne minimum de 21,11 mètres alors que le règlement exige 50 mètres et une superficie de 1 333,6 mètres carrés alors que le règlement exige un minimum de 5 000 mètres carrés;

Le présent avis est publié conformément aux dispositions prévues à cet effet à l'article 145.6 de la *Loi sur l'aménagement et l'urbanisme*.

Les documents qui y sont mentionnés peuvent être consultés au Service du greffe pendant les heures régulières de bureau au 1381, boulevard de Sainte-Adèle.

Fait à Sainte-Adèle, le 29 novembre 2017
Le greffier, Directeur des Services juridiques Simon Filiatreault

Immobilier

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

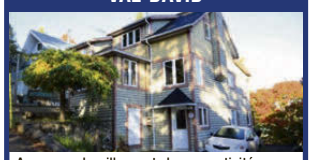
819 322-3666
www.etiennesavard.com
RE/MAX Laurentides inc. | Agence immobilière
2515, de l'Église, Val-David

RE/MAX Le leader de l'immobilier

SAINTE-MARGUERITE-DU-LAC-MASSON

Bord de Lac. Emplacement privé de 43 120 PC. Spacieuse propriété, finition de qualité, 4 CAC, 2 salles de bain. Grande pièce de cinéma maison. Belle vue sur le lac et les montagnes. Rue sans issue. Domaine privé des 4 collines, à ± 5 km du village de Val-David et ses activités. Une visite S'impose!!!
MLS 9648272 **449 000 $**

VAL-DAVID



Au coeur du village et de ses activités avec vue sur les montagnes. Immense et lumineuse propriété offrant de nombreuses possibilités (revenus supplémentaire, logement intergénérationnel, bureau de professionnel, etc.) 4 CAC. Terrain de 6453 PC, logement du 2489 loué 700$/mois.
MLS 18311075 **425 000 $**

VAL-DES-LACS

Grande propriété privé et paisible de 215 333 PC. Maison à étages aux pièces spacieuses, SAM avec foyer, 3 chambres, dont spacieuse CCP avec salle de bain attenante, douche en céramique de 8x4 pieds et bain à remous. Immense salle familiale à l'étage. Garage double intégré. Possibilité de fermette (voir zonage).
MLS 18319904 **385 000 $**

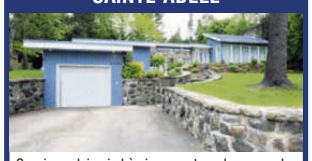
SAINTE-ANNE-DES-LACS

Maison à étages lumineuses et spacieuses, construite en 2012, 3 CAC, plafond cathédral au 2e étage, foyer au salon, 2 SDB avec bain et douche, 2 immenses terrasses. Terrain boisé et privé de 32 313 PC. Secteur paisible au bout d'une rue sans issue. Accès juste à coté au sentier de ski de fond et de marche en forêt. À voir!!
MLS 26522403 **315 000 $**

SAINTE-MARGUERITE-DU-LAC-MASSON

Domaine des 4 Collines. Endroit paisible et privé. Propriété lumineuse de 4 CAC et 2 SDB. Salon SAM et cuisine à aire ouverte, foyer au salon et sous-sol en rez-de-jardin avec grande fenestration, possibilité d'intergénérationnel. Grande terrasse avec vue sur les montagnes et coin spa. Grand terrain boisé et paysagé de 43 087 PC.
MLS 12480857 **299 000 $**

SAINTE-ADÈLE



Spacieux plain pied à aire ouverte, salon avec plafond cathédrale et fenestration abondante. Cuisine refaite au goût du jour, grande salle à manger. Belle Grande chambre des maîtres avec porte jardin donnant sur la cour et SDB attenante. Terrain paysagé de 14 478 PC. Garage et espace pouvant servir de bureau, rangement. Proximité de tout à pied.
MLS 16916910 **269 000 $**

VAL-DAVID

Secteur recherché à distance de marche du village, du parc linéaire et régional. Propriété avec logement de 3 CAC à l'étage et un logement de 2 CAC au sous-sol. Garage. Grand terrain plat de 20 000 PC donnant sur 2 rues, avec possibilité de subdivision pour construction d'une propriété sur l'autre rue à l'arrière.
MLS 18950839 **269 000 $**

SAINTE-AGATHE-DES-MONTS

Jolie propriété sise à proximité de tous les services et des grands axes routiers. Secteur paisible et desservi par les services municipaux. 2 CAC et possibilité d'une 3e au rez-de-chaussée. Terrain boisé et privé aménagé avec balcon et terrasse.
MLS 12802743 **229 000 $**

VAL-DAVID

Propriété de style suisse. RDC à aire ouverte avec plancher de bambou et foyer de pierres, 3 chambres, cuisine, salle de bain et sous-sol entièrement rénové. Grande terrasse. Terrain boisé et aménagé de 23 998 PC. Secteur paisible au bout de rue sans issue. Accès au lac à la truite avec cotisation.
MLS 24739250 **215 000 $**

Avis de décès et remerciements

LOUISE MANSEAU
1939 - 2017

De Ste-Adèle, le 21 novembre 2017, à l'âge de 78 ans, est décédée à Montréal, Mme Louise Manseau, épouse de M Gilles Corbeil.

Outre son époux, elle laisse dans le deuil son fils Stéphane (Sylvie), sa petite-fille Sabrina, Valentin, son beau-frère Yves (Johanne), sa belle-soeur Nicole (Roger), ses neveux et nièces ainsi que plusieurs autres parents et amis.

Elle sera exposée au Salon Funéraire Guay de Ste-Adèle, 955 rue Grignon, le vendredi 1er décembre de 14h00 à 17h00 et de 19h00 à 21h00 ainsi que le lendemain dès 9h00.

Les funérailles auront lieu en l'église de Ste-Adèle le samedi 2 décembre à 11h00.

Remerciements

LAROSE, Micheline
1941-2017

L'esprit oublie toutes les souffrances quand le chagrin a des compagnons et que l'amitié le console.
Citation de William Shakespeare

Cette épreuve nous a été un peu moins pénible à traverser avec votre présence à nos côtés. Nous vous en sommes très reconnaissants et vous remercions sincèrement.
Son époux et ses proches

> 1606056

Services funéraire

Crématel
Simplement la CRÉMATION
- Sans embaumement
- Sans cercueil
- Sans exposition

Transport du corps directement au crématorium

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

Cartes professionnelles

COMPTABLE

YVAN CAMERON CPA INC.
- Rapports financiers;
- Service conseil;
- Travailleurs autonomes;
- Impôts corporatifs;
- Impôts des particuliers;

Présent dans les Laurentides
ycameron.cpa@gmail.com • 514 926-7456

CONSTRUCTION

NOUS ACHETONS VOTRE TERRAIN RÉSIDENTIEL
450 226-3959

ÉCRITURE

DIFFICULTÉ À ÉCRIRE VOS TEXTES?
Laissez **Mimi Legault** vous aider :
• lettres • discours • c.v.
• corrections
• travaux scolaires
• autobiographies
mimilego@cgocable.ca

ENTRAIDE

ALCOOLIQUE ANONYME
Si vous voulez boire et le pouvez
C'EST VOTRE AFFAIRE
Si vous voulez arrêter et ne le pouvez pas
C'EST NOTRE AFFAIRE
AA 450 227-4420

EXPÉDITION

The UPS Store
SERVICE D'EMBALLAGE ET D'EXPÉDITION
695-7, chemin Avila, Piedmont
Téléphone : 450 227-0044

LOCATION SPA

Ambiance spas
Faites-vous plaisir
Détendez-vous chez vous!
LOCATION DE SPA
WEEKEND • SEMAINE
1.888.303.2525
www.ambiancespas.com

MASSOTHÉRAPIE

Nicole Gajzer
Massothérapeute agréé (F.Q.M.)
• Suédois
• Polarité
• Hawaïen (Lomi-Lomi)
Sur rendez-vous 514.895.8110
www.nicole-gajzer.com
Aussi : Thérapie quantique

MASSOTHÉRAPIE

Massothérapie
19 ans d'expérience
Membre F.Q.M.
Sylvia Tonietto

• **Massage thérapeutique clinique**
- Sciatique - Cervicale - Hernie discale - Épicondylite
• **Drainage Lymphatique Manuel (Vodder)**
• **Massage détente et femmes enceintes**
• **Massage aux pierres chaudes**

Sur rendez-vous
Tél.: **450-229-2950**
CERTIFICAT CADEAU DISPONIBLE

PAYSAGEMENT

ABATTAGE, ÉMONDAGE ST-SAUVEUR
Abattage d'arbres dangereux, émondage, déssouchage et déboisemement de terrain
DÉNEIGEMENT DE TOITURES
Assurance complète
Martin Binette • Cell.: 450 530-4521
www.equipepaysgistemb.com

PAYSAGEMENT

Les PAS VERTS du Nord
ENTREPRENEUR PAYSAGISTE
• Escalier
• Pavé uni
• Muret
• Terrassement
Cell.: 819 325-0916
Tél.: 819 774-3306
www.lespasvertsdunord.com

PORTE ET FENÊTRE

LIQUIDATION des Laurentides
819 326-2400
Installation • Vente • Service
Revêtement de planchers
Distributeur de portes et fenêtres
Changement de thermos
Mardi au jeudi : 8h à 17h
Vendredi : 8h à 18h • Samedi : 8h à 15h
199, route 117 Sainte-Agathe Nord

NATUROPATHE

Natura Terra
Sur rendez-vous seulement
Visites à domicile
Dominique Cloutier N.D.A
Membre RITMA
Reçus pour assurances disponible
450 227-7955

VOTRE ESPACE SIMPLE

VOTRE ESPACE DOUBLE

LE **CANADIAN TIRE DE STE-AGATHE-DES-MONTS** RÉNOVÉ ET AGRANDI POUR MIEUX SERVIR LA POPULATION DES LAURENTIDES (sortie 86)

20% RABAIS Dyson DC 42	299-8105	**399.99$** Rég. : 499.99$
20% RABAIS Soda Stream	043-1256	**119.99$** Rég. : 149.99$
75% RABAIS Rôtissoire Lagostina	142-8336	**79.99$** Rég. : 279.99$
70% RABAIS Batterie de cuisine Cuisinart	042-1802	**149.99$** Rég. : 499.99$

50% RABAIS Meuleuse à angle	054-7153	**34.99$** Rég. : 64.99$
25% RABAIS Déshumidificateur 35 chop	043-5793	**209.99$** Rég. : 269.99$
30% RABAIS Peinture d'intérieur Premier Active	048-8579X	**29.99$** Rég. : 42.99$
40% RABAIS Bottes de travail James 8 po	087-5177x	**99.99$** Rég. : 169.99$

20% RABAIS Assortiment de projecteurs de Noël

10% À 25% RABAIS Assortiment de lumières intérieur/extérieur

Home Collection au laser & détecteur de mouvement rouge/vert	151-3545	**49.99$** Rég. : 79.99$
NOMA Starlight avec détecteur de mouvement rouge/vert	151-3544	**79.99$** Rég. : 119.99$
NOMA Starlight avec détecteur de mouvement Multicolore	151-3543	**99.99$** Rég. : 149.99$

HUNTSHIELD · Bushnell · Realtree · Browning · Rocky · Gerber · Winchester · Remington · Federal Premium · Nikon · Abu Garcia · Berkley · Shimano · Rapala · Quantum · Lowrance · Humminbird · Lucky Strike · Beretta

CANADIAN TIRE

OFFERTS SEULEMENT AU CANADIAN TIRE STE-AGATHE-DES-MONTS

50, BOUL. NORBERT-MORIN

STE-AGATHE-DES-MONTS 819-326-8900

OFFRES EN VIGUEUR DU

30 novembre au 6 décembre 2017

www.canadiantire.ca

NOUVEAUTÉ !

halte + santé

UN NOUVEL ESPACE EXCLUSIF
À DÉCOUVRIR À VOTRE
UNIPRIX DE SAINT-SAUVEUR

halte santé

Venez prendre une pause pour votre santé et découvrir
les services de ce nouvel espace dynamique et éducatif.

Assistez à des ateliers de 30 minutes sans frais animés par des professionnels de la santé. Consultez l'horaire mensuel des ateliers sur les tablettes électroniques disponibles en libre-service.

PROCHAINS ATELIERS

MERCREDI 29 NOVEMBRE
À 10 H 30, 14 H ET 16 H

Mieux comprendre les suppléments de vitamines

Atelier animé par : Charlie, stagiaire en pharmacie

JEUDI 30 NOVEMBRE
À 10 H 30, 14 H ET 16 H

Activité physique et ajustement de l'insuline

Atelier animé par : Charlie, stagiaire en pharmacie

Pour discuter d'une condition de santé spécifique, prenez rendez-vous avec votre pharmacien ou l'infirmière. C'est si facile sur nos tablettes électroniques !

Gagnez du temps en vous inscrivant sur place au service de renouvellement de prescriptions en ligne.

Les pharmaciens sont les seuls responsables de l'exercice de la pharmacie.

halte + santé

CALENDRIER DES ATELIERS
DÉCEMBRE 2017

VENDREDI 1ER DÉCEMBRE
À 14 H

Chronique techno : les glucomètres connectés

Atelier animé par : Nora, ATP

SAMEDI 2 DÉCEMBRE
À 10 H 30

Mieux comprendre les médicaments contre les maux de tête en vente libre

Atelier animé par : Nora, ATP

MARDI 5 DÉCEMBRE
À 14 H

Rôle du pharmacien en santé-voyage

Atelier animé par :
Alexandre, pharmacien

MERCREDI 6 DÉCEMBRE
À 14 H

Mieux comprendre les antiacides en vente libre

Atelier animé par :
Alexandre, pharmacien

JEUDI 7 DÉCEMBRE
DE 9 H À 16 H

Journée diabète

Rencontre sans frais avec le pharmacien, la nutritionniste et l'infirmière.

3 professionnels de la santé au cœur de la gestion du diabète.

VENDREDI 8 DÉCEMBRE
À 14 H

Trucs et astuces pour soulager la peau sèche

Atelier animé par :
Charlie, stagiaire en pharmacie

MARDI 12 DÉCEMBRE
À 14 H

Mieux comprendre les médicaments en vente libre contre le rhume et la grippe

Atelier animé par :
Charlie, stagiaire en pharmacie

MERCREDI 13 DÉCEMBRE
À 14 H

Mieux comprendre les médicaments en vente libre contre la gastro

Atelier animé par :
Charlie, stagiaire en pharmacie

JEUDI 14 DÉCEMBRE
À 14 H

La vaccination voyage

Atelier animé par :
Nathalie, infirmière

VENDREDI 15 DÉCEMBRE
À 14 H

Chronique techno : les appareils connectés

Atelier animé par : Nora, ATP

SAMEDI 16 DÉCEMBRE
À 10 H 30

Connaissez-vous nos collations santé?

Atelier animé par :
Charlie, stagiaire en pharmacie

MARDI 19 DÉCEMBRE
À 14 H

Mieux comprendre les suppléments de vitamines

Atelier animé par :
Alexandre, pharmacien

MERCREDI 20 DÉCEMBRE
À 14 H

Mieux comprendre les antiacides en vente libre

Atelier animé par :
Luc, pharmacien

JEUDI 21 DÉCEMBRE
À 14 H

La vaccination voyage

Atelier animé par : Nathalie, infirmière

VENDREDI 22 DÉCEMBRE
À 14 H

Trucs et astuces pour soulager la peau sèche

Atelier animé par :
Martine, conseillère beauté en chef

JEUDI 28 DÉCEMBRE
À 14 H

Gueule de bois!

Atelier animé par :
Charlie, stagiaire en pharmacie

VENEZ NOUS RENCONTRER !

Votre pharmacien de famille, toujours là pour vous!

Services et soins offerts par nos pharmaciens

- **Hypertension : vente de tensiomètre, consultation et suivi.**
- **Anticoagulothérapie : tests d'INR, ajustement des doses et suivi.**
- **Nouveaux actes : prolongation d'ordonnances, prescription de médicaments, consultation (ex : santé-voyage, arrêt tabagique) et autres.**

Soins offerts par notre infirmière

Sur place le jeudi de 9 h à 15 h (sur rendez-vous)

- **Consultation en santé-voyage**
- **Injection de médicaments et de vaccins**
- **Soins de pieds**

Certaines conditions doivent être respectées. Des frais peuvent s'appliquer.

Bourassa, Halley et Leduc
Pharmaciens-propriétaires

affiliés à uniprix

222-G, chemin du Lac-Millette, Saint-Sauveur

Les pharmaciens sont les seuls responsables de l'exercice de la pharmacie.

P01701_D09029