

Le nord

INFORMER + INSPIRER

Municipalité de Sainte-Anne-des-Lacs



SYSTÈME DE SANTÉ

SONIA BÉLANGER LIVRE SA VISION

Page 9

PHOTO: Nordy par Sébastien Fleurant

Changements climatiques
Sauver nos patinoires
de quartier

Page 6

À lire
Section
Vivez le nord

Pages 13 à 19

Réalisateur d'ici
Sikiitu au Festival
Plein(s) écran(s)

Page 20



App Store



Google Play

TÉLÉCHARGEZ
NOTRE
APPLICATION



L'événement

ADRÉNALINOLOGIE

jusqu'au 31 janvier

Location à partir de

4,49 % Le Rogue 2023

pour 24 mois sur
les Rogue 2023*

(à l'exception des modèles S)

Votre allié cet hiver



Belvedere NISSAN BRANCHÉ

SUR VOTRE EXPÉRIENCE

**Territoires desservis :
de St-Sauveur à Ste-Agathe
de Morin Heights à l'Estérel**



Taxi des Sommets

450 327-1010

Jeudi, vendredi et samedi 24hrs/24 !

**Dimanche au mercredi
6h00 à 19h00**

AUTRES SERVICES OFFERTS
Transport adapté, Survoltage, Déverrouillage de portières

-PN083821



PHOTO: Facebook Parc régional Rivière-du-Nord

PHOTO: Fédération québécoise des Sociétés Alzheimer

PHOTO: Loisirs Laurentides

360°
Dans notre
région

01 Parc régional Rivière-du-Nord Un beau moment partagé

L'équipe du Parc régional a vécu un très beau moment le 12 janvier. Une ambulance est arrivée en matinée avec une femme de 90 ans en fin de vie et sous respirateur. Elle avait le vœu de revoir une dernière fois la rivière du Nord du parc avant de mourir. Un parcours sécuritaire pour l'ambulance a été identifié. La dame a été conduite pour revoir la rivière.

« Un moment extraordinaire pour une dame incroyable et gentille. Son sourire et ses paroles lorsqu'elle a pu voir la rivière a été un moment très touchant pour toute l'équipe », peut-on lire sur la page Facebook du Parc régional de la Rivière-du-Nord.

01

02 Alzheimer Mois de la sensibilisation

Dans les Laurentides, près de 10 000 personnes vivent avec la maladie d'Alzheimer. Mais si le vieillissement de la population est inévitable, des mesures permettraient de faire face à la crise. Ces mesures doivent être prises aujourd'hui. Dans le contexte du mois de janvier, mois de sensibilisation à la maladie, la Fédération québécoise des Sociétés Alzheimer appelle l'ensemble de la population à passer à l'action dès maintenant. Anne-Élisabeth Bossé, porte-parole de la Fédération, s'est entretenue avec la Dre Sylvie Belleville sur les activités à faire pour une bonne santé cognitive. Regardez la vidéo de l'entrevue complète et découvrez les 10 actions pour un cerveau en santé sur alzheimer.ca

02

03 Amateurs de vélo Devenez instructeurs bénévoles

Loisirs Laurentides est présentement à la recherche d'instructeurs bénévoles disponibles le jour durant les semaines du mois de mai et juin. Les instructrices et instructeurs *Cycliste averti* sont garants du succès et de la réussite du programme. Ils assurent la sécurité des élèves lors des activités sur route, font la synthèse des apprentissages théoriques et pratiques, et permettent aux élèves de vivre concrètement la réalité des déplacements à vélo. En offrant des expériences rassurantes et positives, ils développent tant l'autonomie et la capacité de prise de décision des élèves que leur confiance, leur plaisir et, donc, leur envie de continuer à pratiquer le vélo. Les instructrices et instructeurs sont des acteurs de changement et des ambassadeurs incontournables! Apprenez-en plus sur le rôle des instructeurs. Pour en savoir plus : cyclisteaverti.velo.qc.ca

03

Clinique de denturologie
Michel Allaire d.d.
Denturologiste



VOTRE EXPERT

Remplacer vos dents naturelles, c'est plus que corriger votre sourire. C'est mettre en jeu votre image, votre esthétique, votre personnalité. Confiez ce délicat travail à un professionnel spécialement formé dans le domaine.

Votre denturologiste est un expert de la conception, la fabrication, la pose et l'ajustement des prothèses dentaires amovibles. Son expertise, sa minutie et son professionnalisme font de lui la meilleure ressource à laquelle vous puissiez recourir pour tirer profit de tout ce que la technologie vous offre en matière de prothèses dentaires.

PENSÉE DE LA SEMAINE :

Le sourire ne dure qu'un instant mais son souvenir est parfois éternel.

Stationnement gratuit disponible pour les patients
veuillez vous informer à la réception

3, rue de la Gare, Saint-Jérôme
450 432-3331
cliniquededenturologiemichelallaire.ca



FABRICATION de
PROTHÈSES DENTAIRES
RÉPARATION EN 1 HEURE

PHOTO: G&S

Entre **ville**
et **nature**

Ton campus
universitaire dans
les Laurentides

IL Y A TOUT

UN MONDE

C'est le moment
de faire ta demande
d'admission

Renseigne-toi!

uqo.ca

->PN08362-1



Frédérique David
davidfrederique@hotmail.com

Il y a des termes que je ne suis plus capable d'entendre, soit parce qu'ils sont surutilisés au point d'être galvaudés, soit parce qu'ils s'inscrivent dans des tendances vertueuses qui permettent d'étouffer des décisions en totale contradiction avec les valeurs qu'elles sont censées prôner. En voici quelques-uns.

Bienveillance

Ça, c'est un peu le terme à la mode, le slow-thinking du moment, le comfort-minding, le hoodie des mots, le matcha des lettres, celui qui reconforte comme un doudou avec un thé au coin du feu. À la base, c'est un joli mot, plein d'amour et d'altruisme. Malheureusement, il a inspiré le monde du marketing. Et quand le marketing s'en mêle,

renversé le café sur ton clavier! Tu peux même devenir un ou une mentor(e) et contribuer à bas prix à accroître les profits de ton employeur en te persuadant que tu favorises le vivre-ensemble. Lâchez-moi la bienveillance! On va se le dire, quand elle est instrumentale et stratégique, ça ressemble plus à de la manipulation et de l'hypocrisie qu'à de la gentillesse naturelle et spontanée!

Woke

Celui-là, c'est le terme que tout le monde tente d'insérer dans un discours, mais que personne n'est capable de définir vraiment, pas même le premier ministre François Legault qui a servi une définition du terme très éloignée de sa signification initiale. Bref, c'est le terme surutilisé de 2022 qui

Environnement

Voilà un terme qu'il est préférable de glisser dans tous les discours et tous les programmes, dans toutes les institutions et tous les partis politiques, même s'il ne s'accompagne d'aucune mesure concrète pour l'améliorer. Pour de nombreux décideurs, en parler suffit à régler le problème, à satisfaire le moindre quidam, à se donner des airs d'implication citoyenne. Glisser le terme dans un discours leur donne l'impression d'en faire beaucoup. Adopter un air grave et convaincu quand on prononce le mot « **environnement** » suffit malheureusement à rassurer ceux qui ne voient aucune contradiction à promouvoir un 3^e lien qui va à l'encontre du dernier rapport du GIEC, à manquer de transparence dans le dossier de la fonderie Horne ou à s'enliser dans celui du caribou. C'est comme les épiceries qui retirent les sacs plastiques pour nous vendre des aliments suremballés ou le *Bye Bye* qui effleure le sujet sans arriver à la cheville d'*Infoman*. Non mais « **ça va bien aller!** », on parle d'environnement!

La meilleure suggestion que j'ai lue sur le sujet vient de l'autrice Anne Archet. Dans *Le vide : Mode d'emploi*, elle suggère de cesser de dire « **environnement** » et de le remplacer par « **survie de l'espèce humaine** ».

« *Ce serait rigolo d'entendre les politicien.ne.s dire "la survie de l'espèce humaine est importante, mais pas aux dépens de l'économie" pendant les campagnes électorales* », écrit-elle.

Woke, bienveillance et tutti quanti

les intérêts sont moins vertueux que spéculatifs. La bienveillance, on la sert désormais à toutes les sauces sur toutes les plateformes visant la rétention et la mobilisation des employés. Inciter à la bienveillance, c'est payant! Ton employeur ne peut plus t'offrir de hausses de salaire acceptables? Tu galères pour trouver un médecin ou un thérapeute quand tu es malade? En télétravail forcé, t'as plus que ton écran avec qui prendre ton café et ta charge de travail a doublé en deux ans? Pas grave, t'as des zoom-collègues bienveillants! Mieux encore, tu reçois des petits messages bienveillants des RH quand ton chat a

veut tout dire, et même son contraire! C'est le terme qui nous a conduit à être plus équitables et inclusifs, mais aussi, paradoxalement, moins tolérants. Parce que désormais, « **woke** » a pris des allures d'insulte.

On se fait traiter de woke quand on dénonce des discours toxiques et haineux. À en croire certains, la pensée woke serait dangereuse, alors qu'en réalité, être woke c'est être vigilant face aux discriminations et aux injustices raciales ou sociales. Autant dire que lorsqu'un mot est servi à toutes les sauces au point de devenir une insulte, mieux vaut cesser d'en faire usage!

CHSLD L.-B.-DESJARDINS INC

55 av Hochar à St-Sauveur, Qc, JOR 1R6
(450) 227-2241 ou 1 (866) 568-2241



LES POSTES RECHERCHÉS À CE JOUR SONT :

- **1 chef d'unité en hébergement** (temps complet, à combler immédiatement)
- **TRP** (thérapeute en réadaptation physique) Temps complet
- **Ergothérapeute 1 jr/sem**
- **Inhalothérapeute 1 jr/sem**
- **Cuisinière/cuisinier**
- **Préposé(e) buanderie**
- **Préposé(e) entretien ménager**

Nous offrons la formation :

- **Préposées / préposés aux bénéficiaires**

Temps complet ou temps partiel régulier (poste ciblé par le rehaussement salarial du MSSS).

- **Aide de service**
- **Infirmier(ière)** (temps complet & temps partiel régulier) Poste ciblé par le rehaussement salarial du MSSS.
- **Infirmiers / infirmières auxiliaires** (temps complet et temps partiel régulier) Poste ciblé par le rehaussement salarial du MSSS.

BÉNÉVOLES ÉGALEMENT RECHERCHÉS

Pour toute information, contactez les ressources humaines au :
• **Poste #229 : Fannie Desjardins**

Direction des ressources humaines
55, rue Hochar, Ville de Saint-Sauveur (Qc) JOR 1R6
Télécopieur : **450 227-6186**
Courriel : **fanniedb@chsllddesjardins.com**
Pour information : **450 227-2241 poste 229**

Les fraudeurs multiplient les requêtes

Luc Robert – L'ex-mairesse de Sainte-Sophie, Mme Louise Gallant, a doublé de vitesse des fraudeurs sur internet, qui s'apprêtaient à lui soutirer 8 800 \$.

Un supposé agent d'Amazon l'a contactée, en lui indiquant « qu'un gros montant était passé sur son compte et qu'il y avait moyen de corriger la fraude ».

« J'avais bien une livraison d'eux en retard, mais l'interlocuteur me laissait perplexe. J'ai de la difficulté à me souvenir des mots de passe, d'ordinaire, de sorte que j'avais programmé mon ordi portable afin que mes comptes s'ouvrent automatiquement quand je l'allume. Involontairement, j'ai dû aussi permettre aux pirates d'entrer dans mes dossiers », a-t-elle constaté.

Son écran a soudainement viré au noir et une main (témoin de souris) a commencé à déambuler devant elle, sans qu'elle en ait le contrôle.

« J'ai eu la présence d'esprit de garder le bandit en ligne, mais j'ai vérifié mes comptes via mon cellulaire. Le montant avait été transféré de mon compte d'épargne à celui des chèques. J'ai dit à "l'agent" que je le rapporterais aux autorités. Il m'a dit que je n'avais pas d'affaires à ouvrir

mon cellulaire. Il voulait avoir le temps de procéder. »

Mme Gallant a communiqué avec la Caisse Desjardins de Saint-Antoine, pour aussitôt faire geler son compte.

« L'illumine avait pris le contrôle de mon ordi à distance. Je remercie Valérie Dusseault et Sylvain Gravel, de la Caisse Desjardins, pour leur professionnalisme. Mon compte a été gelé avant que le larcin soit complété. Faites attention : personne n'est à l'abri de ces fraudeurs, très convaincants dans leurs démarches ! »

Mme Gallant a refait programmer son ordinateur et garde maintenant ses mots de passe ailleurs.

« Les fraudeurs veulent que tu télécharges Ultraviewer ou encore Anydesk, pour t'embarquer et te contrôler. Méfiez-vous ! Desjardins m'a spécifié qu'ils ne remboursent pas nécessairement toutes les victimes. En téléchargeant ça, c'est comme si on donnait notre consentement aux voleurs d'entrer. »

Au Service de police de la Ville de Saint-Jérôme, l'agent Gabriel Majeau a expliqué que ce genre de cas est fréquent. « Sur le territoire de Saint-Jérôme, nous n'observons pas une augmentation notable



de ce type de fraudes, mais ils font partie des crimes que nous surveillons constamment. L'hameçonnage est très proliférant, et malheureusement, fonctionne toujours auprès des victimes. Dans le cas qui nous intéresse, le faux employé d'Amazon ou de Netflix est commun. Ont-ils obtenu les informations personnelles via la fuite de renseignements chez Desjardins (2019) ? C'est possible, mais il pourrait aussi s'agir d'un faux courriel, d'un mauvais clic, d'une fausse copie d'un site internet commun à Amazon, qui vous demande de vous connecter, une plateforme d'achat sur internet, etc. Les fraudeurs n'utilisent pas vraiment de nouvelle méthodologie plus sophistiquée, mais

les tentatives de frauder, hameçonner et tenter « d'attraper » les citoyens, qui malheureusement se font berner, sont toujours en nombre important », a-t-il spécifié.

Mme Gallant ne laissera plus le fureteur de son ordinateur garder en mémoire ses mots de passe.

« Il essayait de cliquer sur valider, quand j'ai accédé à mon compte sur mon cellulaire. Je déplore que ceux qui en arrachent de nos jours dans la société se fassent souvent vider le peu qu'il leur reste par ces voleurs. Je suis chanceuse d'avoir réagi rapidement », a-t-elle achevé.

Entendre Édouard pleinement



TEST DE DÉPISTAGE AUDITIF
GRATUIT pour un temps limité !*

*Valide jusqu'au 30 avril 2023 sur prise de rendez-vous seulement.

Service complet en audioprothèse
Vente, pose et ajustement d'aides auditives

Certains modèles sont couverts par la RAMQ et la CNESS, selon les critères d'admissibilité.



MARIE-JOSÉE PAUL

CLINIQUE AUDITIVE - AUDIOPROTHÉSISTES
Entendez bien. Vivez mieux!

Saint-Sauveur - 68, ave de la Gare
bureau 203, J0R 1R0 • 450 227-9339

Saint-Jérôme - 305, rue de Montigny
J7Z 5R1 • 450 431-2185

mjpaudio.ca

Patinoires réfrigérées

La tendance s'accroît partout au pays

Luc Robert – Les municipalités des Laurentides qui investissent dans la construction de patinoires extérieures couvertes et/ou réfrigérées aideront à prolonger les saisons de patinage.

C'est du moins l'avis du maire de Saint-Jérôme, M. Marc Bourcier, qui n'a pas hésité à mettre sur la table 11,5 M\$ (dont 2 M\$ de subventions de la Fondation de l'enfance du Canadien) dans le projet du parc Melançon.

« La tendance vers les patinoires réfrigérées est lourde, à cause des changements climatiques. Comme ville, on va dans cette direction ! Saviez-vous qu'à Toronto, il n'y a plus de patinoires naturelles ? Les investissements sont peut-être controversés, mais à moyen terme, nos jeunes vont pouvoir continuer à se mettre en forme dehors », a-t-il souligné.

À Laval, le maire Stéphane Boyer s'est engagé à construire cinq patinoires réfrigérées pour pallier aux changements climatiques.

Un peu plus au nord, à Saint-Hippolyte, le citoyen Claude Brosseau croit lui aussi aux bienfaits d'une surface extérieure couverte, pour contrer les redoux et le verglas.

« Il nous manque souvent un peu de froidure l'hiver. Un toit réduira de 50 % l'effet



Les patinoires sont populaires à l'École polyvalente Saint-Jérôme.

du soleil sur la glace. Sous un soleil de plomb, une température ambiante de -2 degrés Celsius se traduit par 6 degrés de plus sur la surface glacée. Les coins et le bord des bandes sont particulièrement affectés, car ils sont directement exposés aux rayons. On voit alors la base d'asphalte ressurgir, mais le reste de la surface reste belle », a constaté celui qui porte un soin jaloux à la patinoire du lac Connelly-Nord depuis 30 ans.

Au programme triennal des immobilisations (TPI) de Saint-Hippolyte, le projet de

la patinoire couverte du parc Maxime-Gingras est prévu pour l'année 2024. Mais des travaux préliminaires s'amorceront dès 2023.

« On est retourné aux plans et devis pour un concept révisé de patinoire couverte. Les soumissions suivront. Pour le moment, on songe à un agrandissement du local actuel dès 2023, pour annexer un garage qui servira d'abri à la resurfaceuse Zamboni. On devrait construire un toit en 2024, mais la glace ne sera pas réfrigérée », a précisé le maire Yves Dagenais.

M. Claude Brosseau doit emprunter un tronçon d'environ 2 000 pieds de chemin public pour déplacer la Zamboni de son lieu d'entreposage actuel, vers la patinoire du lac Connelly-Nord.

« Un abri intérieur permettra un meilleur démarrage du véhicule au propane. Ce sera également plus sécuritaire que de circuler dans la rue. J'ai acheté la Zamboni à un encan à la Ville de Montréal. Elle provenait d'Amos, en Abitibi. Mario Therrien effectue son entretien. »

Bien que la Municipalité économiserait environ la moitié des frais en n'installant pas de système de réfrigération, M. Brosseau espère un autre scénario.


« Je suggère à Saint-Hippolyte d'installer quand même la tuyauterie de réfrigération et la styromousse d'isolation. Ça pourra éventuellement servir, s'ils se procurent un compresseur. »

M. Brosseau se fie à un exemple à proximité pour appuyer ses dires.

« Face à la patinoire, de la styromousse a été installée aux terrains de tennis. Or, quand survient la fonte de la neige, celle-ci demeure plus longtemps sur les courts, parce que la styromousse conserve une température basse plus longtemps. Une toiture permettra de commencer deux semaines plus tôt la saison de hockey en novembre, ou de la prolonger en mars. Imaginez si c'est réfrigéré. »

M. Brosseau, qui organise des parties pour les jeunes lors des fins de semaine, espère que Saint-Hippolyte s'informera de ce qui a été fait ailleurs en province.


« À McMasterville, sur la Rive-Sud, ils ont bâti une patinoire extérieure très moderne, incluant des baies vitrées. Ils ne l'avaient pas réfrigérée et ont dû reprendre les travaux, car elle n'était pas fonctionnelle au-delà de la période habituelle. Je leur conseille de prévoir à long terme, ici », a-t-il suggéré.




Michel Louvain.

Un certain souvenir.

Dimanche 29 janvier, 2023 - 15 h



THÉÂTRE
GILLES-VIGNEAULT

DE CONCERT AVEC






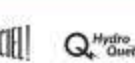







118, rue de la Gare, Saint-Jérôme

450 432-0660, poste 1

billets theatregillesvigneault.com

Là où battent nos cœurs

>PN07534-1

Rencontres citoyennes Secteur Lafontaine (St-Jérôme)

Les conseillers municipaux des districts 2 et 3 de Saint-Jérôme, Stéphane Joyal et Jacques Bouchard invitent la population du secteur à venir discuter de leurs préoccupations sur tous les aspects de la vie municipale.

Les prochaines rencontres se tiendront les 25 janvier, 1er mars et 29 mars à l'Académie Lafontaine, de 19 h. à 21 h.



>PN08366-1



Audition Laurentides

Deslauriers & Robert Lalande audioprothésistes

NE VOUS PRIVEZ PAS DES BONS MOMENTS DE LA VIE!

Profitez-en pour prendre rendez-vous dès maintenant pour un dépistage auditif sans frais dans toutes nos succursales jusqu'au 28 février 2023.



www.monaudition.ca

2074, Boul. Curé-Labelle
St-Jérôme

395, Boul. de Sainte-Adèle
Sainte-Adèle

229, Rue Principale Est
Ste-Agathe-des-Monts

1-877-969-2075



Journal d'une audioprothésiste au retour du temps des fêtes

Le temps des fêtes est maintenant terminé et une toute nouvelle année est amorcée. Nouvelle année qui est souvent synonyme de renouveau, de résolutions, mais aussi de bilan de notre année et de ce qu'on désire pour la suite. Pour ma part, j'ai constaté, malgré moi, plusieurs choses lors des événements auxquels j'ai assisté qui sont indirectement ou directement reliés à mon métier et qui m'ont fait réfléchir.

Ce que je veux dire, c'est que le temps des fêtes, cette année, a été pour moi une période de réjouissance et de retrouvailles, une période qui a été remplie de très bons moments en famille et entre amis pour se mettre à jour et reprendre le temps perdu des dernières années de pandémie.

Il y a plusieurs de mes proches que j'ai eu la chance de voir et que je n'avais pas vus depuis très longtemps. J'ai pu voir aussi à quel point les enfants de mes cousins et cousines avaient grandi, un bonheur.

Cependant, j'ai bien réalisé que ces moments qui ont donné lieu à des rassemblements en famille et entre amis sont souvent bruyants, ce qui donne lieu à de très bons moments pour certaines personnes mais qui ont été malheureusement très difficiles pour d'autres.

Plus précisément, j'ai réalisé que je connaissais plusieurs personnes qui commencent visiblement à avoir un problème d'audition et qui repoussent le problème par crainte de porter des appareils ou par déni.

J'ai pu constater cela, car, parfois, on fait semblant de comprendre la conversation ou on s'éloigne un peu, car on ne la comprend pas.

J'ai aussi rencontré une personne qui portait des aides auditives mais qui ne savait pas comment les utiliser. Les appareils en question pouvaient être connectés à son cellulaire afin d'ajuster le son à la situation ambiante, mais ils ne l'étaient pas. De plus, ils ne fonctionnaient pas à leur plein potentiel, ils étaient obstrués par du cérumen, car ils n'avaient pas été vérifiés depuis plus d'un an.

La dernière chose que j'ai remarquée, c'est qu'il y a encore beaucoup de gens qui travaillent dans des environnements bruyants et qui ne protègent pas leurs oreilles alors qu'il existe des protecteurs sur mesure pour celles-ci. Cela peut, à long terme, être très dommageable pour leur audition.

Je constate qu'il y a encore beaucoup de travail à faire pour bien informer les gens sur les moyens de prendre soin de leur audition et des solutions qui existent selon chaque type de problème et pour chaque individu.

Les conséquences d'une perte d'auditive non traitée sont nombreuses. Commencez la nouvelle année du bon pied et prenez soin de votre santé auditive. Venez nous rencontrer et il nous fera plaisir de répondre à vos questions. Prendre soin de sa santé devrait être en priorité dans notre liste de résolutions.

www.monaudition.ca 1-877-969-2075

Une évaluation par un audioprothésiste est requise afin de savoir si les appareils auditifs illustrés peuvent vous convenir.



Saint-Jérôme

Des voix s'élèvent contre le budget 2023

France Poirier – Les partis Vision Saint-Jérôme et Mouvement jérômien ont réagi, par voie de communiqué, au dernier budget de la Ville de Saint-Jérôme. Vision Saint-Jérôme dénonce la hausse du compte de taxes de près de 10 %. Du côté du Mouvement jérômien, on souhaite que le mode de financement des villes soit revu.

« Hausse exagérée »

Chantale Lambert est cheffe de Vision Saint-Jérôme et ancienne conseillère municipale mandataire aux finances. Selon son parti, la moyenne des hausses des quinze plus grandes villes du Québec est de 4,1%.

« La hausse jérômiennne représente plus du double de cette moyenne. Pire encore, cette hausse de près de 10 % est bien plus élevée que le taux d'inflation. Celui-ci a déjà fortement diminué le pouvoir d'achat des citoyens. Cette hausse de taxe foncière est si élevée que Saint-Jérôme fait monter la moyenne de la hausse de 4,1 à 4,5 % dans l'ensemble du Québec. »

Réforme du financement

Le Mouvement jérômien a deux représentants qui siègent au conseil municipal. Le parti comprend la réalité qu'ont vécu la Ville et le conseil municipal lors de l'élaboration du budget 2023.

« On sait qu'avec un gel de taxes pendant dix ans, la Ville a subi un retard. Il y a main-



Rémi Barbeau, chef du Mouvement jérômien.

tenant des conséquences à l'inaction des anciennes administrations », a souligné le chef du parti, Rémi Barbeau. Selon lui, le mode de financement actuel n'est pas soutenable pour le futur.

« Il est nécessaire que Saint-Jérôme se positionne clairement en faveur des demandes de l'Union des municipalités du Québec (UMQ) concernant la réforme du financement des municipalités. Le modèle actuel repose à 70 % sur l'impôt foncier. Cette méthode est désuète. Le fardeau ne devrait pas se retrouver entièrement sur la population », affirme Marc-Antoine Lachance, conseiller municipal du



Chantale Lambert, cheffe de Vision Saint-Jérôme.

district 8 et vice-président de la commission des finances.

L'objectif est une meilleure équité, d'après M. Barbeau. Celui-ci doit être atteint en gardant en tête que le citoyen est l'unique payeur de taxes.

« Nous demandons que le maire de Saint-Jérôme s'implique davantage au sein de l'UMQ à ce sujet. Il faut donner l'exemple et illustrer les besoins criants des citoyens et citoyennes de Saint-Jérôme. De nouvelles sources de financement sont nécessaires pour le transport collectif, le droit au logement, la préservation des espaces

verts, etc. Les différents paliers gouvernementaux doivent se concerter et agir ensemble », indique le chef du parti Mouvement Jérômien.

Gel de taxes durant dix ans

« Nous tenons à rappeler que c'est Vision Saint-Jérôme qui a assuré le gel des taxes durant dix ans. De plus, nous avons aussi permis d'augmenter le nombre de paiements. Ici, à Saint-Jérôme, le conseil les étouffe de taxes. L'administration Bourcier a le culot d'annoncer la même semaine un investissement de neuf millions pour un toit de patinoire », a souligné Chantale Lambert.

« Notre ville est dans une situation financière enviable depuis plusieurs années. La dette était sous contrôle au cours des dix dernières années. Les investissements étaient en hausse ainsi que notre compétitivité. Tout cela part maintenant en fumée. Vraisemblablement, l'actuelle administration n'a ni la vision ni les compétences pour être aux commandes des finances de notre ville », a déploré la cheffe de Vision Saint-Jérôme et ancienne conseillère municipale mandataire aux finances Chantale Lambert.

Du côté de la Ville, le maire a souligné lors de son discours du budget qu'il s'agissait d'un budget de rattrapage à cause de la décennie de gel de taxes. Le Mouvement jérômien abonde en ce sens, mais estime que la Ville doit demander une réforme du financement.

PERFORMANCE PLUS CENTRE DE FORMATION PROFESSIONNELLE

Admission en cours - HIVER 2023

cfppperformanceplus.com

MÉCANIQUE INDUSTRIELLE DE CONSTRUCTION ET D'ENTRETIEN



Possibilité de faire un **DOUBLE DEP** en Électromécanique de systèmes automatisés pour 555 heures supplémentaires.

DÉBUT
30 JANVIER

SANTÉ, ASSISTANCE ET SOINS INFIRMIERS



DÉBUT
8 MARS à Mirabel

ASSISTANCE TECHNIQUE EN PHARMACIE



DÉBUT
13 MARS

ASSISTANCE DENTAIRE



DÉBUT
21 MARS

ASSISTANCE À LA PERSONNE EN ÉTABLISSEMENT ET À DOMICILE



DÉBUT
27 MARS

NOUVEAU!
OPÉRATION D'ÉQUIPEMENTS DE PRODUCTION



DÉBUT
3 AVRIL

UN PLUS POUR TON AVENIR!

450 566-7587 poste 7650 | performanceplus@cssrdn.gouv.qc.ca

Transport collectif : argenteuil.qc.ca

Visite du centre : contactez-nous pour prendre rendez-vous!

Centre de services scolaire de la Rivière-du-Nord Québec

Soutien à domicile

La priorité de Sonia Bélanger

France Poirier – Présidente directrice générale du CIUSSS du Centre-Sud-de-l'Île-de-Montréal, qui compte plus de 20 000 employés, Sonia Bélanger a décidé de plonger dans la politique active pour apporter sa contribution.



Crédit: Norody - Sébastien Fleuuant

bien le réseau. Je sais que je peux apporter ma contribution. La seule chose que je demandais pour me porter candidate, c'était de me présenter dans ma circonscription qui est celle de Prévost. Je vis ici depuis 2015.»

D'ailleurs, quand on lui demande si elle s'était fait promettre un ministère au moment de sa candidature, elle répond : « **aucunement** ». « *En fait, j'estime que quand on se présente en politique, c'est dans le but de faire une différence dans sa communauté et c'est ce qui m'a motivée. Pour le reste, c'est le premier ministre qui décide. C'est certain que j'avais l'expérience du réseau de la santé. Comme le premier ministre souhaitait mettre en place un trio santé, j'avais des chances, mais je ne prenais rien pour acquis* », explique madame Bélanger.

Le trio santé

Avec Lionel Carmant et Christian Dubé, elle complète le trio santé. « *J'ai connu Christian Dubé en pleine pandémie, alors qu'il est arrivé en poste en juin 2020. Sa première visite dans un établissement était dans mon CIUSSS à l'Hôpital de Verdun. On y avait monté une tente hôpital de 36 lits individuels. C'était génial, toute l'équipe s'était mobilisée. Ça a été sa première visite : une tente hôpital. Ça a été un privilège de le recevoir dès les premières heures de son mandat* », explique la ministre.

Pendant la pandémie, elle présidait aussi la cellule de crise à Montréal et a eu l'occasion de travailler avec le ministre.

« *J'ai développé des liens avec le ministre et les différents intervenants. Nous avons mis en œuvre la vaccination de masse au Palais des congrès. J'aime sa façon de concevoir la gestion, ça me rejoint. M. Legault et M. Dubé sont des gestionnaires très humains avec de la bienveillance. On fait une bonne équipe* », souligne-t-elle. Elle ajoute que le ministère de la Santé est

très gros. Les gens ont de grosses attentes et ils ont raison à son avis.

« *La pandémie est venue fragiliser notre système. Nous avons un réseau public, c'est un choix qu'on fait comme société. La moitié du budget du gouvernement est dédié à la santé. Si on veut un système public, on doit le renforcer* », soutient la ministre.

Les grands défis

En lien avec son rôle de ministre déléguée, Mme Bélanger s'est fixée trois objectifs. Le premier est d'intensifier le virage du soutien à domicile.

« *Quand on demande aux personnes âgées où elles veulent vivre, la plupart répondent qu'elles veulent vivre à la maison. Ça veut dire offrir du soutien domestique, du soutien aux activités de la vie quotidienne et des soins professionnels. On doit augmenter le nombre d'employés dans nos équipes CLSC et dans les organismes* », explique la ministre.

Elle ajoute que dans les quatre dernières années, le gouvernement a investi 2 milliards de dollars pour le soutien à domicile.

« *Tous les établissements ont augmenté le soutien à domicile. Les organismes ont reçu beaucoup d'argent. Le problème, c'est le manque de ressources. [...] On a comme objectif de recruter 5 500 professionnels de plus et 650 médecins au cours du mandat actuel. C'est déjà commencé avec les facultés de médecine et dans les universités en soins infirmiers. Les cégeps vont aussi abonder dans le même sens* », soutient Mme Bélanger.

La consolidation du réseau d'hébergement

Comme deuxième objectif, elle vise la consolidation du réseau d'hébergement. « *On a, dans notre réseau, des CHSLD publics et d'autres qui sont privés. Il y a*

aussi des RPA, des RI et des maisons des aînés. Il faut soutenir les petites RPA. Nous souhaitons faire cheminer le réseau d'hébergement vers un modèle de CHSLD privé subventionné. Éventuellement, on veut standardiser l'hébergement afin de s'assurer d'une compréhension commune, sur la qualité des soins et des services », ajoute-t-elle. Et finalement, le troisième objectif est la mise en place « *d'hôpitaux à domicile* » qui offriraient des soins à domicile plus intensifs.

Une deuxième carrière pour des retraités

S'il y a des retraités qui sont en bonne santé et qui ont envie de s'investir dans le soutien à domicile, la ministre les invite à suivre une formation. « *Ce sont des formations courtes et je crois que certains aimeraient travailler dans un autre domaine que celui de leur première carrière. Actuellement, des bourses sont offertes. On va continuer d'accentuer ça. Il y a aussi le volet immigration sur lequel on travaille avec le ministère.* »

L'accessibilité à la première ligne, une priorité en santé

La région des Laurentides est celle qui va recevoir le plus de médecins de famille au cours des quatre prochaines années, selon la ministre Bélanger. « *Il y a du rattrapage à faire. On a du développement aussi à faire. On doit ajouter plus de groupes de médecine de famille (GMF) et plus de cliniques de première ligne. Ce n'est pas pour rien que les gens se rendent à l'urgence. Ça passe par les médecins, mais aussi par les infirmières praticiennes spécialisées (IPS). Il y en a qui s'installent dans la région. Elles peuvent offrir plusieurs soins. Il y a aussi les pharmaciens qui ont une pratique plus large. Ils peuvent prescrire certains médicaments et en ajuster d'autres.* » Pour Sonia Bélanger, il y a de l'espoir parce qu'il y a des projets qui avancent et qui font la différence.

CEP Centre d'études professionnelles SAINT-JÉRÔME

PORTES OUVERTES
25 janvier 16h à 20h

DIPLÔME D'ÉTUDES PROFESSIONNELLES (DEP)

ADMINISTRATION ET COMMERCE

- Comptabilité (14 février)
- Lancement d'une entreprise (jour, soir) (16 et 18 janvier)
- Secrétariat (14 février)
- Vente-conseil (14 février)

ENTRETIEN AUTOMOBILE

- Conseil et vente de pièces ** (16 janvier)
- Mécanique automobile ** soir (30 janvier)

AUTOMATISATION, FABRICATION ET CONSTRUCTION

- Ferblanterie (7 mars)
- Dessin industriel (6 février)
- Soudage-montage ** (6 février)
- Usinage ** (30 janvier)
- AEP - Réglage presses plieuses (6 mars)

Un programme t'intéresse?
Inscris-toi dès maintenant

Formations rémunérées **
formationcep.com

917, Montée Saint-Nicolas, Saint-Jérôme / 450-565-0006

PROPULSE
L'EXCEPTIONNEL
EN TOI

Centre de services scolaire de la Rivière-du-Nord Québec

>PN07234-1

Éco-contribution à Prévost

Des citoyens consultants à la gestion du fonds

Aurélié Moulun – Après avoir mis en place une Éco-Contribution, la Ville de Prévost est en voie de créer un comité consultatif de gestion des fonds récoltés.

Comme son nom l'indique, la vocation du comité, composé de deux fonctionnaires, deux élus, deux commerçants et trois citoyens, est consultative. Ce n'est donc pas ce comité qui prendra des décisions. Il fera plutôt des recommandations au conseil municipal, explique Frédérick Marceau, directeur de l'environnement.

« C'est le conseil qui prend les décisions. Alors l'utilisation des fonds doit passer par lui. Mais on voulait mettre les citoyens et les commerçants au cœur du processus décisionnel parce que ça les concerne directement aussi », souligne-t-il.

En attendant l'argent

Les retours de l'éco-contribution sont déposés chaque trimestre dans le fonds à la consommation responsable. Ayant été mis en place en juillet 2022, un seul trimestre a été complété pour l'instant. Pour M. Marceau, il n'était pas nécessaire de créer un comité avant aujourd'hui. « On n'était pas pressés. On voulait attendre deux trimestres avant de commencer à créer le comité parce qu'il n'y avait pas d'argent encore dans le fonds. Il était trop



Ville de Prévost.

tôt pour dire : "voici les sommes qu'on évalue" », explique le directeur.

Il souligne aussi que la connaissance du règlement est désormais plus étendue. « Il y a six mois, ça ne voulait rien dire aux gens l'éco-contribution. Mais maintenant, oui. »

Il croit ainsi que les gens souhaiteront davantage participer à l'orientation des fonds.

En attendant la création du comité, l'argent récolté entre automatiquement dans le fonds et y dort. Déjà au premier trimestre, la Ville a obtenu 5 000 \$. M. Marceau s'attend à atteindre le double dès la fin prochain trimestre.

L'argent obtenu dans le cadre du programme de redevance sur les contenants à

usage unique est dirigé vers le Fonds pour la consommation responsable. Ce fonds servira uniquement à financer des projets ou des programmes écoresponsables.

Réduction des matières à la source

M. Marceau indique qu'il ne manque pas d'idées pour l'utilisation du fonds. « On pourrait mettre en place des programmes de subvention pour les couches lavables par exemple. Ou encore, subventionner des entreprises pour les aider dans la réduction de matières à usage unique », indique-t-il.

Mais ces idées devront d'abord être présentées au comité consultatif de gestion. « Ce qui est certain c'est qu'on veut mettre la priorité sur la réduction des matières », ajoute le directeur.

Le comité devra également produire un rapport annuel de ses activités qui sera publié sur le site internet de la Ville.

« Au-delà des attentes »

En avril dernier, le Journal rapportait que Prévost était la première municipalité au Canada à avoir mis en place une redevance à l'achat de produits à usage unique.

« On n'a jamais eu aussi peu de plaintes », indique M. Marceau lui-même surpris.

« On a beaucoup travaillé à calmer les peurs autour de ce projet. Et, le plus important, c'est qu'on laisse toujours le choix au citoyen. Il peut choisir de payer ou pas la redevance selon la décision qu'il prend », souligne le directeur. Cette notion de liberté quant aux décisions de tout un chacun aurait teinté l'opinion public, d'après M. Marceau.

Le directeur est d'ailleurs fier du travail réalisé auprès des commerçants. « Ils ne sont pas du tout anti-mesures. On a bien pris le temps de discuter avec eux aussi ».

L'inscription pour les citoyens qui désirent être membre du comité devaient se terminer le 15 janvier. Pourtant, il manque encore des sièges à combler et les inscriptions se poursuivront pour encore quelques temps, soutient Frédérick Marceau.

Attestation d'études professionnelles
AEP CONDUITE D'AUTOBUS

Réservez votre place
en ligne au cftr.ca

FORMATION PROFESSIONNELLE

TEMPS PLEIN - DURÉE DE 3 MOIS

LUNDI AU VENDREDI - DE JOUR

INSCRIPTION MAINTENANT - autobuscfr@cssrdn.gouv.qc.ca

DÉPART DES FORMATIONS :
Montréal: 30 janvier - Mirabel: 20 février

Centre de services scolaire de la Rivière-du-Nord

Québec

AVIS PUBLIC

Centre de services scolaire de la Rivière-du-Nord

INSCRIPTION 2023-2024

INSCRIPTION PRÉSCOLAIRE (maternelle) 5 ANS À TEMPS PLEIN
INSCRIPTION PRÉSCOLAIRE (maternelle) 4 ANS À TEMPS PLEIN
ANIMATION PASSE-PARTOUT POUR LES ENFANTS DE 4 ANS ET LEURS PARENTS

Quand s'inscrire?
 Préscolaire (maternelle) 5 ans à temps plein
 Préscolaire (maternelle) 4 ans à temps plein
 Animation Passe-Partout
 Inscription en ligne à partir du 9 février 2023.

Comment s'inscrire?
 Le processus d'admission et d'inscription de votre enfant se fera principalement en ligne. Un rendez-vous à l'école de bassin vous sera donné afin de remettre les pièces obligatoires nécessaires à l'ouverture du dossier.

Pour obtenir l'information détaillée, visitez le site Internet www.cssrdn.gouv.qc.ca, dans la section « Admission et inscription ».

Pour obtenir de l'information par téléphone ou si vous n'avez pas accès à Internet, veuillez communiquer avec M^{me} Josée Giroux au 450 438-3131, poste 2075.

Informations complémentaires :

- Préscolaire 5 ans : L'enfant doit avoir 5 ans avant le 1^{er} octobre 2023.
- Préscolaire 4 ans : L'enfant doit avoir 4 ans avant le 1^{er} octobre 2023. Les places sont limitées.
- Passe-Partout : Il est important de vous informer sur les particularités du programme avant de vous y inscrire.

Pour tout connaître du programme Passe-Partout, veuillez consulter la section « Parcours scolaire » de notre site Internet, sous l'onglet « Préscolaire » ou communiquez avec M^{me} Janie Aubin au 450 438-3131, poste 2284.

Marie-Claude Gaudreau, directrice
Service de l'organisation scolaire et du transport



VENTE PUBLIQUE



**SURPLUS
D'INVENTAIRE**

20 000 000\$

~~**30 000 000\$**~~

D'INVENTAIRE 2022 À LIQUIDER

**175 RAM AU PRIX COUTANT
+ RABAIS DU MANUFACTURIER**



**15% À 30% DE RABAIS SUR
MODÈLES 2022**

**TOUTE OFFRE
RAISONNABLE
ACCEPTÉE**

**PROMOS
JEEP**



**JEEP WRANGLER 2023 À PARTIR DE
99\$/SEMAINE**

LOCATION 24 MOIS | 0\$ COMPTANT

**NOUS SOMMES OUVERTS
TOUS LES SAMEDIS**

stjeromechrysler.com
13 855, rue de la Chapelle, Mirabel
1 833 824-1337



39

MEMBRE DU GROUPE
CARBUR

Suivez-nous sur :





ACTUALITÉ

Marilyne Lortie est la nouvelle directrice du P'tit Train du Nord

France Poirier – Marilyne Lortie, une passionnée de loisirs et de plein air, a été nommée à la direction générale du Parc linéaire Le P'tit Train du Nord. Elle est entrée en poste le 4 janvier dernier.



Marilyne Lortie, nouvelle directrice générale du Parc linéaire le P'tit Train du Nord.

Ayant une formation en technique d'intervention en loisirs, elle est une fille de plein air.

« Les loisirs, ça fait partie de mon quotidien. Avec mes expériences profession-

nelles, j'ai travaillé beaucoup avec Loisirs Sainte-Adèle, à l'aménagement d'infrastructures récréatives. J'ai aussi œuvré dans différentes municipalités en loisirs, notamment pour l'aménagement de patinoires », explique Mme Lortie.

Elle cumule près de 15 ans d'expérience en gestion au sein de différents services de loisirs de villes des Laurentides, telles que Saint-Sauveur, Sainte-Adèle et Sainte-Agathe-des-Monts. Pendant son parcours professionnel, elle a eu à travailler en concertation et en collaboration avec différentes organisations comme la MRC, ainsi qu'avec la sécurité publique.

Quand le Journal l'a contactée pour une entrevue, elle confie qu'elle était vraiment contente. « Lorsqu'on m'a dit que j'avais le poste, ça a été vraiment un honneur », souligne la nouvelle directrice.

C'est pour elle un privilège de pouvoir se joindre à la mission du P'tit Train du Nord et de contribuer à faire rayonner ce joyau des Laurentides. « C'est le 4 janvier dernier que j'ai eu le privilège de porter, pour la toute première fois, mon nouveau chapeau de directrice générale. J'ai eu le bonheur de rencontrer une équipe inspirante, dévouée et engagée », a-t-elle souligné.

« Je suis native de Sainte-Agathe-des-Monts, si bien que le P'tit Train du Nord, je l'utilise depuis toujours. Ça fait partie de ma vie. Maintenant, je le roule avec mes deux filles de 9 et 11 ans. »

Sa vision

Comme elle vient de débiter son mandat, elle est en train de mettre en place sa direction. Elle fait beaucoup de lecture depuis son arrivée.

« Faire rayonner le P'tit Train du Nord, c'est aussi faire rayonner notre belle région! » - Marilyne Lortie

« Il y a le plan stratégique 2020-2025 que je suis en train d'étudier. Ce sera dans mes premiers mandats de mettre en place des fonctionnements pour réaliser le plan. D'entrée de jeu, je veux consolider l'équipe et contribuer à la rétention des employés. Nous avons des gens super passionnés et on veut travailler à former une équipe solide », souligne la nouvelle directrice.

« Nous avons beaucoup de partenaires avec toutes les villes et les MRC. Ainsi, je suis habituée de travailler avec eux. Et c'est dans nos objectifs de maintenir une bonne collaboration avec tous », souligne-t-elle.

Le défi de l'achalandage

Au cours des dernières années, on a vu un accroissement de l'achalandage sur le parc linéaire.

« On doit apprendre à travailler avec ça. Il y a un bel engouement pour les activités de plein air. Néanmoins, on doit s'assurer d'offrir la sécurité pour tous les usagers et avec l'ensemble de nos partenaires. Ça fait partie de nos mandats d'assurer une belle fluidité sur le P'tit Train », ajoute Marilyne Lortie.

Faire rayonner le P'tit Train du Nord

Le parc linéaire est un lien important entre les communautés des Laurentides. C'est un sentier, une piste multifonctionnelle et une piste cyclable de 234 kilomètres. « On souhaite le faire connaître, le distinguer par notre richesse patrimoniale et toute son histoire. Ça fait partie de notre mission. Autrement dit, faire rayonner le P'tit Train, c'est aussi faire rayonner notre belle région! », ajoute-t-elle.

Le journal Le Nord PRÈS DE CHEZ VOUS !

SAINT-JÉRÔME

- 5 Saveurs**
2160, boul. du Curé-Labelle, St-Jérôme
- IGA extra**
2012, rue St-Georges, St-Jérôme
- Mayrand Entrepôt d'Alimentation**
400, rue Lamontagne St-Jérôme
- Super C**
105, boul. Roland-Godard, St-Jérôme
- MAXI St-Jérôme**
900, boul. Grignon, St-Jérôme
- William J. Walter**
617 Saint-Georges, St-Jérôme
- Marche Populaire**
450 rue Ouimet, St-Jérôme
- Excellence Bistro Traiteur**
330, rue St-Georges, St-Jérôme
- Familiprix Extra**
2012, rue St-Georges, St-Jérôme
- La Maison du Grand Parent**
179, rue St-Georges, St-Jérôme
- Théâtre Gilles Vigneault**
118, de la Gare, St-Jérôme
- Maison de la Culture**
101, place du Curé-Labelle, St-Jérôme
- BELLEFEUILLE**
- Les Marchés Tradition Bellefeuille Ltée**
1004, boul. de la Salette, Bellefeuille

- Boucherie des Chênes**
990, boul. de la Salette, Bellefeuille
- IGA Extra Marché Robert Tellier 1990 inc.**
1085, boul. Roland-Godard, Bellefeuille
- ST-ANTOINE**
- Maxi St-Antoine**
500, boul. Laurentides, St-Antoine
- Au Toit Rouge**
833, boul. St-Antoine, St-Antoine
- IGA extra Famille JM**
1430, boul. Saint-Antoine, St-Antoine
- Familiprix Extra**
1440, boul. Saint-Antoine, St-Antoine
- Proxim pharmacie affiliée**
555, boul. Saint-Antoine, St-Antoine
- PRÉVOST**
- IGA Express Famille Piché**
2900, boul. du Curé-Labelle, Prévost
- IGA extra Piché**
2635, boul. du Curé Labelle, Prévost
- PJC Jean Coutu**
2987, boul. du Curé Labelle, Prévost
- Pharmacie Jean Coutu**
2627, boul. curé-Labelle, Prévost
- SAINTE-SOPHIE**
- Marche GJ Papineau Ltée**
630, rue de New Glasgow, Ste-Sophie
- PJC Jean Coutu**
2370, boul. Ste Sophie, Ste-Sophie

- Marché Express Ultramar**
2439, Boulevard Ste-Sophie, Ste-Sophie
- Les Fromagiers de la Table Ronde**
317, boul. Ste Sophie, Ste-Sophie
- Familiprix Extra**
2215 boul. Sainte Sophie, Ste-Sophie
- ST-COLOMBAN**
- Proxim pharmacie affiliée**
347, Montée de l'Église, St-Colomban
- PÉTRO CANADA**
343, Montée St-Nicolas, St-Colomban
- ST-HIPPOLYTE**
- Marché Tradition St-Hippolyte Inc.**
2280, Ch., des Hauteurs, St-Hippolyte
- IGA Extra**
560, Ch. des Hauteurs, St-Hippolyte
- Familiprix Extra**
780, Ch., des Hauteurs, St-Hippolyte
- Dépanneur Marché Du Coin**
229, Ch. du Lac-Connelly, St-Hippolyte
- ST-CANUT**
- Super C**
13910, rue Saint-Simon, St-Canut
- Uniprix Thomas-Ugo Deschênes**
13900, Rue Saint-Simon, St-Canut
- PJC Jean Coutu**
13905, Chemin St Simon, Local 101 St-Canut

>PN08338-1

21 janvier JOUR DU DRAPEAU

Symbole de notre patrie, notre drapeau exprime notre fidélité, notre engagement et notre solidarité envers le Québec. Tout en rappelant nos origines françaises, le fleurdelysé est une façon de donner corps à notre devise nationale *je me souviens.*

Le geste posé par le gouvernement du Québec en 1948 est sans précédent. Les Québécoises et les Québécois sont les premiers au sein de la fédération canadienne à se doter d'un drapeau, signe de notre affirmation nationale. Soyons fiers et célébrons cet emblème qui nous unit.

RHÉAL FORTIN

DÉPUTÉ DE RIVIÈRE-DU-NORD

72, rue de la Gare, Bureau 203, Saint-Jérôme, J7Z 2B8

450 565-0061

Rheal.Fortin@parl.gc.ca

>PN08351-1



Photo: Jade Tremblay

RÉSOLUTION 2023

Faire plus de sport et apprécier les petites victoires



Jade Tremblay est propriétaire de ÔActif et entraîneuse certifiée depuis 2017.



Photo: Guillaume Mérette

d'être davantage concentré sur soi et de prendre les meilleures décisions.

AVOIR DES MICROS OBJECTIFS

C'est très bien d'avoir un grand objectif, explique Jade. Toutefois, elle suggère de le découper en plusieurs petits objectifs. « Par exemple, on découpe notre objectif en tranches de trois mois. C'est beaucoup plus motivant, accessible et l'on rencontre plus de petites victoires », indique l'entraîneuse.

LA PLUS PETITE ACTION EST TOUT DE MÊME UNE VICTOIRE

Lorsque l'on sent un manque de motivation ou de courage à entamer une séance d'activité physique, Jade suggère de ne se poser qu'une seule question. « Quelle est la plus petite action que tu puisses faire pour te rapprocher de ton objectif? »

« Par exemple, quelqu'un a envie de commencer à courir, mais manque de motivation cette journée-là. Son objectif est de courir un 10 km. Alors, la plus petite action qu'il pourrait faire serait d'enfiler

ses souliers et de ne courir qu'un ou deux kilomètres », propose l'entraîneuse. Elle explique que, de cette manière, on évite la création d'un certain sentiment de culpabilité.

OBJECTIF PHYSIQUE, OUI, MAIS PAS QUE

Bien que l'objectif d'améliorer son physique soit tout à fait valide, d'après Jade, il ne devrait pas être le seul objectif d'une personne. Selon l'entraîneuse, les résultats pour ce type d'objectif peuvent être longs à atteindre. « On peut développer de l'impatience face à cette attente et finalement se sentir décourager lorsque les résultats ne sont pas apparents », dit-elle.

« C'est bien d'avoir d'autres objectifs comme celui de parcourir telle distance ou encore de monter telle montagne. Il faut aller chercher d'autres motivations et surtout développer un rapport positif avec l'activité physique. Il faut aimer bouger. »

UNE PLAGE HORAIRE D'EXERCICE, C'EST COMME UN RENDEZ-VOUS CHEZ LE MÉDECIN

« C'est non négociable ! », lance l'entraîneuse. Pour Jade, une fois inscrit à l'agenda, un rendez-vous de sport avec soi-même ne devrait jamais être déplacé. « On ne se permettrait jamais de manquer notre rendez-vous chez le médecin, parce que c'est trop important. On ne le déplace pas juste parce qu'on n'a pas envie d'y aller. Je crois qu'il faut faire la même chose avec le sport. »

Aurélien Moulun - Une nouvelle année commence et cela signifie... trouver de nouvelles résolutions ! Et parmi les plus populaires, on retrouve celle de faire plus de sport ou d'exercice. Bien que l'on soit hyper motivé la première semaine, plusieurs ont déjà abandonné le projet au mois de février.

Jade Tremblay est propriétaire de ÔActif et entraîneuse certifiée depuis 2017. Elle a accepté de discuter avec le Journal pour partager ses meilleurs conseils afin de permettre à ceux et celles qui souhaitent faire de cette résolution une réalité, et même, une habitude sur le long terme.

PRENDRE UNE DÉCISION LOIN DES RÉSEAUX SOCIAUX

« Si on veut intégrer l'activité physique dans notre quotidien, il faut commencer par se demander pourquoi on veut le faire. Que souhaite-t-on réaliser ? », demande l'entraîneuse. Pour Jade Tremblay, on doit

comprendre ce qui nous motive et « savoir ce que l'on veut réellement ». Elle recommande ainsi de prendre du temps pour soi, loin des réseaux sociaux pour se poser la question.

« Il ne faut pas prendre l'objectif de quelqu'un d'autre. On voit beaucoup de défis de 30 ou de 55 jours sur les réseaux sociaux. Ce n'est pas parce que quelqu'un les fait que c'est nécessairement ce qu'il te faut », indique-t-elle.

Ainsi, en prenant une distance avec les plateformes numériques, cela permet

DES SOMMETS
TAXI
450-327-1010

Territoires desservis :
de St-Sauveur à Ste-Agathe
de Morin Heights à l'Estérel

Jeudi, vendredi et samedi : 24hrs/24 !
Dimanche au mercredi : 6h00 à 19h00

AUTRES SERVICES OFFERTS
Transport adapté, Survoltage, Déverrouillage de portières

>PN08383-1

96 ans : Une vie sur les skis

Simon Cordeau – Jean Constantineau a fêté ses 96 ans le 14 janvier. L'hiver, le résident de Sainte-Adèle fait du ski de fond presque tous les jours. Quand le temps le permet, bien sûr. « *L'année passée, j'ai fait 160 km durant la saison. Mais ça avait commencé tard, en janvier, et fini de bonne heure, en mars. Donc j'en ai fait moins* », raconte-t-il.

« *Les autres années, je faisais 250 km durant l'hiver. Je commence par 4-5 km. Il faut y aller graduellement. Après, je monte. Déjà, j'en faisais 10-12 km. Mais là, je n'en fais plus autant* », continue le nonagénaire. Il préfère le P'tit Train du Nord pour ses randonnées. À son âge, explique-t-il, c'est plus facile que les sentiers en forêt. Aussi, il fréquente le parc linéaire depuis son ouverture. « *J'ai commencé à y aller ça fait 30 ans. Et ça fait 33 ans que j'ai pris ma retraite* », se souvient-il.

SOUVENIRS DE RANDONNÉES

Pour notre entrevue, il a amené deux albums remplis de photos et de souvenirs. Il me montre une photo de lui sur le P'tit Train du Nord, il y a quelques années. Sur une autre, il fait du ski avec son fils, Martin. « *Il a de la misère à me suivre* », lance-t-il, sourire en coin. Une troisième photo le montre, en 2015, alors qu'il participe au Loppet, une course de ski à Morin-Heights. Une coupure de journal rapporte la tenue du premier festival de ski de fond, en 2004, auquel il a aussi participé.

Pour M. Constantineau, ces événements sont l'occasion de se mettre au défi et de partager sa passion du ski. « *On partait de Montfort et on descendait jusqu'à Morin-Heights. On traversait la 329 et il y avait une pente très abrupte juste avant l'arrivée. Il y avait des petits de 6-7 ans, avec leurs parents. J'avais bien du plaisir avec les jeunes, à les voir aller. Et ils arrivaient avant moi!* », raconte-t-il en riant.

LE SAINTE-ADÈLE LODGE

Jean Constantineau a toujours skié. « *J'allais à l'école en ski. J'habitais dans un rang, à Saint-Faustin. Il y avait beaucoup de neige dans ces années-là. Au mois de mars, elle était plus haute que*

les clôtures. C'était tous des cultivateurs. Il y avait des cotes à descendre... et à remonter! »

Il me raconte ensuite « *[ses] années au Sainte-Adèle Lodge* ». Le « *petit hôtel de campagne* » est d'abord tenu par Grégoire Rochon à partir de 1910. L'établissement se trouve alors sur le site de l'actuel Parc de la famille. En 1928, Adélard Marin et sa femme reprennent la « *Maison Blanche* ». « *Puis M. Potter est arrivé. C'était un anglophone qui avait des sous. Il a fait détruire le petit hôtel et l'a remplacé par le Sainte-Adèle Lodge, en 1939* », rapporte M. Constantineau.

« *J'ai commencé à y aller ça fait 30 ans. Et ça fait 33 ans que j'ai pris ma retraite* »

« *J'ai commencé là en 1945, à faire l'entretien. Après ça, ils m'ont envoyé à la montagne, où j'ai été opérateur quelques années. Il y avait quatre câbles pour monter les pentes 40/80. Puis je suis devenu le directeur de la montagne.* » Il y travaillera et y skiera chaque hiver jusqu'à sa retraite.

TRAVAILLER SUR LA ROUTE

L'été, M. Constantineau construit des routes. « *J'ai commencé comme journalier, en 1944. J'avais 17 ans. Mon frère travaillait comme huileur sur la pelle mécanique.* » Cet été-là, la route 117 est en construction de Mont-Rolland à Saint-Jérôme. Celle-ci remplace la route 11 comme route régionale, mais avec un tracé un peu différent.



Credit: Norey - Sébastien Fleurant

Il travaille ensuite sur la Côte-Nord, puis un peu partout au Québec durant sa carrière. « *J'ai appris à construire des routes. Je suis devenu opérateur de pelle mécanique. J'ai travaillé 29 ans à l'entretien des routes.* » Ces routes étaient alors mieux entretenues qu'aujourd'hui, assure-t-il.

« *Les trous comme ça, de 4 pouces de profond, on avait 48 heures pour les réparer. Et c'était pour les petits chemins de campagne et les routes numérotées. Aujourd'hui, on se promène sur l'auto-route, les trous sont aussi gros... et ça prend plus que 48 heures! On n'a plus de main-d'oeuvre* », illustre M. Constantineau.

RETRACER SES RACINES

Bien des choses ont changé depuis ses jeunes jours, reconnaît M. Constantineau.

« *Quand j'allais à l'école, dans les années 1930, il passait une auto et on se disait : "Ça sent le gaz!" On était habitués de sentir le fumier et la terre* », lance-t-il à la blague. Il se souvient, un hiver, d'avoir livré le pain avec des chevaux, à Sainte-Adèle et à Val-Morin.

« *Quand j'étais jeune, le courrier arrivait à Saint-Faustin par train, le soir à 20 h. Ils descendaient une poche et il n'y en avait pas beaucoup. Il y avait un anglophone, un M. French, qui achetait le Toronto Star. Il regardait ses actions, pour voir si elles avaient augmenté* », raconte le nonagénaire. Il se souvient aussi des trains de



Jean Constantineau montre l'album photo de ses années au Sainte-Adèle Lodge.

neige qui, dans les années 1940 et 1950, amenaient les skieurs de Montréal pour la fin de semaine.

Lorsqu'il a pris sa retraite, M. Constantineau a entrepris de faire son arbre généalogique. « *Avant 1837, il n'y avait rien ici. C'est la révolution [des Patriotes] à Saint-Eustache qui a fait monter les gens au nord de Saint-Jérôme. Il n'y avait plus de terres disponibles dans les Basses-Laurentides. Et les familles avaient de 10, 12, 15 enfants* », explique-t-il.

Un de ses grands-pères est né à Sainte-Scolastique (Mirabel) et l'autre à Sainte-Anne-des-Plaines. Les deux se sont mariés à Sainte-Agathe. Il a même retrouvé des branches de sa famille à Mont-Laurier et « *jusqu'en Abitibi* ».

« *Ils se sont installés le long de la rivière du Nord. C'était le meilleur moyen de transport, à l'époque : le canot* », rappelle-t-il.

P'TIT TRAIN NORD

Osez Ralentir

Activités hivernales accès gratuit

>PN08398-1

UN COULOIR POUR CHAQUE ACTIVITÉ

- **SKI DE RANDONNÉE** sur 2 voies tracées
- **SKI SKATING** au centre de la piste
- **COURSE À PIED, MARCHÉ ET FATBIKE** dans le corridor du côté ouest de la piste

Pour les conditions du sentier et la carte interactive : ptittraindunord.com

❄️ Les plus beaux sentiers de glace !

❄️ Aurélie Moulun - Nous vous présentons quelques sentiers magiques où aller faire du patin à proximité de chez vous !



Saint-Colomban

Pour des sentiers glacés en pleine forêt, nous vous proposons d'aller faire un tour dans le Sentier de la forêt habitée. Tout juste derrière l'école primaire l'Orée-des-bois, vous profiterez d'un sentier multifonctionnel de 3 km !

L'accès est gratuit. En plus, il y a une patinoire de hockey à proximité, ce qui en fait un endroit parfait pour passer du temps en famille. Pour vous assurer de l'état des patinoires, visitez le st-colomban.qc.ca

Prévost

À Prévost, profitez d'un bon moment en plein air au Domaine Laurentien. Vous y trouverez un anneau de glace dont le parcours mesure 0,4 km. Celui-ci est accessible à partir de la rue des Malards et l'entrée est gratuite.

Autrement, la ville compte six autres patinoires sur son territoire. Pour vous assurer de l'état des patinoires, visitez le ville.prevost.qc.ca

Saint-Hippolyte

Visitez le sentier de patin en forêt au Centre de plein air Roger-Cabana ! Profitez de 0,6 km de sentiers glacés pour prendre l'air et pour passer du temps en famille.

L'accès aux sentiers est gratuit et vous pourrez aussi profiter d'un abri pour vous réchauffer ou pour reposer vos jambes ! Pour vous assurer de l'état de la patinoire, visitez le saint-hippolyte.ca



Saint-Jérôme

À Saint-Jérôme, vous avez aussi l'embaras du choix ! La ville compte 13 patinoires de hockey extérieur en plus de 3 anneaux de glace.

Ces anneaux se trouvent notamment au parc de la Source, au parc Jacques-Locas ainsi qu'à la place du Curé-Labelle. Pour vous assurer de l'état des patinoires, visitez le vsj.ca

Mirabel

On vous propose d'aller patiner au cœur du parc du Domaine Vert ! Sur un sentier glacé en forêt de près d'un kilomètre, c'est l'endroit idéal pour se ressourcer.

D'ailleurs, il est également possible de faire de la randonnée, de la raquette et de la glissade dans le parc du Domaine Vert ! Des frais d'entrée sont toutefois exigés. Pour vous assurer de l'état de la patinoire, visitez le domainevert.com



LES JOIES DU PLEIN AIR EN FAMILLE
EXCLUSIVEMENT CHEZ AUBAINERIE



MANTEAUX, TOUT-ALLER ET SOUS-VÊTEMENTS THERMIQUES

AUBAINERIE

450 BOUL. LACHAPPELLE, SAINT-JÉRÔME

MAGASINEZ EN TOUT TEMPS SUR AUBAINERIE.COM

Justine Dufour-Lapointe, défricheuse dans l'âme

Photo: Tommy Pyatt

Les athlètes du Freeride World Tour sont évalués selon 5 critères : la difficulté de la ligne choisie, le contrôle, la fluidité, les sauts et la technique.

Ève Ménard - Quelques mois après avoir annoncé son retrait du circuit de la Coupe du monde de ski acrobatique, Justine Dufour-Lapointe marque à nouveau l'histoire : elle devient la première Québécoise à participer au Freeride World Tour.



Camp Bruchési

CAMPS DE RÉPIT DE FIN DE SEMAINE

L'occasion de prendre une pause du train-train quotidien!

RANDONNÉE EN RAQUETTES, GLISSADE SUR TUBES, BALLON-BALAI ET, BIEN ENTENDU, LE PATIN SUR LA PATINOIRE, TOUJOURS ÉCLAIRÉE EN SOIRÉE !

Session Hiver : du 27 au 29 janvier 2023, du 10 au 12 février 2023 et du 17 au 19 mars 2023.

Coût séjour: 285 \$ + tx
Coût camp de jour: 100 \$ +tx

Inscription: www.campbruchesi.ca
450-563-3056 / info@campbruchesi.ca



RESTEZ CONNECTÉS À VOTRE RÉGION

TÉLÉCHARGER NOTRE APPLICATION



Téléchargez dans l'App Store



Téléchargez sur Google play

Le **nord**

SOYEZ INFORMÉS ET INSPIRÉS

  journalnord.com





En 2014 aux Jeux olympiques de Sochi, Justine Dufour-Lapointe décroche l'or à seulement 19 ans. Elle devient la plus jeune championne canadienne de ski acrobatique. Après 12 ans sur le circuit de la Coupe du monde, trois Jeux et deux médailles olympiques, la benjamine des sœurs Dufour-Lapointe continue de défricher les sentiers : à 28 ans, elle se lance dans une nouvelle discipline, le ski libre.

DES LAURENTIDES AUX PLUS GRANDS SOMMETS

« Chaque fois que je rencontre des gens et qu'on me demande d'où je viens, ça me fait chaud au cœur de leur dire que je viens de Montréal et que je skiais les petites montagnes des Laurentides. Maintenant, je me vois dans le freeride sur les plus grandes chaînes de montagne, et je me dis qu'il n'y a rien d'impossible », lance une Justine Dufour-Lapointe enthousiaste, de son hôtel à Whistler, à une semaine de son départ en Europe. Le 28 janvier en Espagne, la skieuse prendra part à la première compétition du Freeride World Tour, pour lequel elle a obtenu un laissez-passer de l'organisation.

Ce circuit rassemble les meilleurs skieurs et planchistes de freeride depuis 2008. Les athlètes s'élancent des plus hauts sommets, sans tracé préétabli. L'objectif? Se rendre du haut au bas du parcours dans un environnement tout à fait naturel. Poudreuse, obstacles, pierres, arbres : les athlètes doivent composer avec ce qui se présente à eux. Ils sont évalués selon cinq critères : la difficulté de la ligne choisie, le contrôle, la fluidité, les sauts et la technique. Au terme de la saison, l'athlète

ayant récolté le plus de points, dans sa catégorie, est sacré champion du monde. Comme son nom l'indique, le ski libre prône la liberté et impose aux athlètes un certain lâcher-prise. Le freeride est un sport particulièrement dépendant de la météo, de la montagne et de la neige, indique Justine Dufour-Lapointe. Il est donc impossible de planifier une journée d'entraînement. Il faut s'adapter aux conditions de glisse, la journée même. « L'environnement est moins contrôlable qu'en ski de bosses, mais c'est aussi ce qui fait sa beauté », confie la double médaillée olympique.

EMBRASSER L'IMPERFECTION

Avec l'équipe canadienne de ski acrobatique, les dépenses étaient minces. Justine avait une équipe autour d'elle, du financement pour les traitements et un accès gratuit à des professionnels. Les voyages étaient également couverts. Maintenant, elle doit se financer de A à Z et bâtir sa propre équipe. La skieuse recherche actuellement des commanditaires et des partenaires pour l'appuyer dans cette nouvelle aventure. Ces nouvelles responsabilités amènent leur lot de stress, admet l'athlète, mais aussi une nouvelle liberté qui « fait du bien ».

« Rendue où je suis, à 28 ans, ça me donne ce contrôle et cette indépendance sur ma vie et sur ma carrière », affirme Justine Dufour-Lapointe. Cette zone d'inconfort, c'est ce qui rend l'expérience particulièrement enrichissante. C'est ce qui lui permet de repousser ses limites et surtout, d'apprendre et de s'exprimer plus librement sur la montagne. « Le ski libre, c'est un sport où il n'y a pas de mauvai-



En mars 2022, Justine s'est rendue au Colorado, puis en Nouvelle-Zélande à l'été pour participer à deux compétitions de freeride.

ses ou de bonnes lignes, de bons ou de mauvais virages. Tout le monde peut mettre sa personnalité de l'avant sur la piste. »

UN POTENTIEL À EXPLOITER

À la fin du mois de mars 2022, Justine Dufour-Lapointe s'est rendue à un camp d'entraînement au Colorado afin de se familiariser avec sa nouvelle discipline. À l'été, elle a passé un mois en Nouvelle-Zélande où elle a participé à deux événements de ski libre. La skieuse est arrivée au pied du podium à une compétition presque aussi rehaussée qu'au Freeride World Tour. « Dans cette épreuve, je ne me suis pas mise à risque. Je voulais faire une run solide et sécuritaire. À la fin de la descente, je sentais que j'avais encore beaucoup de jus, que j'avais encore plus à donner sur la piste. Ça m'a donné la confiance nécessaire pour me dire que je peux



Justine Dufour-Lapointe est la première Québécoise à participer au Freeride World Tour.

vraiment apprendre et me développer », raconte-t-elle.

Le freeride demeure un sport plutôt méconnu du public, surtout au Québec. Justine Dufour-Lapointe espère devenir le « véhicule » pour en parler davantage et pour partager cette nouvelle passion. « J'espère aussi inspirer les jeunes filles à continuer de bouger et de skier », ajoute l'athlète. Pour sa première saison, la skieuse essaie de ne pas trop s'en faire avec la pression.

« J'ai envie de me faire surprendre par tout ce que je vais vivre. Je veux reconnecter avec le ski d'une autre manière et honnêtement, d'avoir du fun. C'est simple comme ça : avoir du fun sur mes skis et skier les plus belles montagnes du monde. »

PRINCECRAFT
DOMINEZ L'EAU

Fabrique au Québec

POUR VOUS, PAR DES GENS D'ICI!

PASSEZ CHEZ VOTRE CONCESSIONNAIRE DANS LES LAURENTIDES, DESJARDINS SPORT SAINT-JÉRÔME



DESJARDINS SPORT Saint-Jérôme

Financement flexible adapté à votre budget...
2075, boulevard Labelle (route 117)
Saint-Jérôme
450 438-8225 www.desjardinsport.com

Visitez notre site web



4 exercices musculaires pour compléter vos sports d'hiver!

Andréa Beaulieu (kinésologue et propriétaire d'Esprit Alpin) – La raquette, le ski de fond, le patin et le ski hors-piste sont de plus en plus populaires dans les Laurentides (Hourra)! Afin de pouvoir jouer dans la neige plus longtemps avec agilité et coordination, je vous propose 4 exercices musculaires qui amélioreront votre endurance et votre stabilité cet hiver.

Le circuit peut se faire à l'extérieur (c'est beaucoup plus beau) et parce que vous augmenterez votre niveau de vitamine D grâce au rayon du soleil!

Faire le circuit 3 fois en réalisant de 15 à 20 répétitions par mouvement.



1

Sumo squat

Position de départ : Dos droit, pieds légèrement en ouverture plus large que les hanches.

Mouvement : Fléchir les genoux en poussant les fessiers vers l'arrière et vers le bas.

Pourquoi on l'aime : Parce qu'il met plus l'accent sur les adducteurs que le squat classique et qu'il augmente la mobilité des hanches et des chevilles.



2

Planche touche épaule

Position de départ : Mains sous les épaules, en appui sur la pointe des pieds.

Mouvement : En gardant les hanches neutres, amener la main vers l'épaule opposée en alternance.

Pourquoi on l'aime : Sollicite l'ensemble des muscles de l'unité central, améliore la posture et la coordination.



3

Le soulevé de terre à une jambe

Position de départ : Debout pieds sous les hanches, genoux légèrement fléchis, abdominaux engagés.

Mouvement : Simultanément, soulever une jambe en amenant le tronc parallèle au sol. Garder le dos droit et les hanches neutre.

Pourquoi on l'aime : Développe la chaîne postérieure du corps et permet un travail des érecteurs du rachis qui assurent un maintien de la posture pour obtenir un dos solide. L'équilibre est aussi très sollicité.



4

Planche latérale + Abduction de la hanche

Position de départ : Main ou coude sous l'épaule qui est orienté vers le sol, pieds collés.

Mouvement : Soulever la jambe qui est vers le ciel en gardant le reste du corps statique. Faire la jambe droite et ensuite la jambe gauche.

Pourquoi on l'aime : Favorise un travail unilatéral des obliques (idéal si vous avez un déséquilibre musculaire), augmente la mobilité de la hanche et la force des abducteurs/fessiers.

Pour plus d'idées pour bouger dehors, suivez Esprit Alpin sur Instagram et Facebook : @espritpin!



Le
SAINT-SAU
PUB GOURMAND

Le meilleur
APRÈS-SKI
des Laurentides!
236, rue principale, Saint-Sauveur

SHAWBRIDGE



À DEUX PAS DU PARC LINÉAIRE
DU P'TIT TRAIN DU NORD
3023, BOUL. CURÉ-LABELLE, PRÉVOST



Condos à louer

Piscine, spa & sauna



Salle de golf virtuel



Salle d'entraînement



Hall d'entrée/Lobby



Salle de yoga/pilates



Terrasse & jardins



Salle de jeux/lounge



Garage intérieur



7 SENS

condos locatifs

Réservez maintenant !

579-477-7779

www.le7sens.com

8 étages

243 unités

3 1/2 - 4 1/2 - 5 1/2

11500 Rue de Chambord Mirabel,
QC J7J0G7

Sikiitu

Un court métrage traversé par des questionnements identitaires



Le court métrage Sikiitu raconte l'histoire d'Ali, adolescent inuit, qui rêve d'une carrière de rappeur.

Ève Ménard - Il y a une dizaine d'années, le réalisateur Gabriel Allard Gagnon filme un épisode d'une série documentaire dans le village d'Ivujivik, au Nunavik. Cette expérience, qu'il qualifie d'incroyable, nourrit son imaginaire. Sur place, il est surpris de constater que plusieurs jeunes « trippent » sur la culture hip hop. De là émerge l'inspiration de ce qui deviendra son premier court métrage de fiction, *Sikiitu*.

Projeté pour la première fois en 2022, le film fera également partie de la compétition officielle du Festival Plein(s) Écran(s), du 18 au 29 janvier 2023. Le scénario est écrit en 2014, puis le tournage s'échelonne sur 10 jours en 2015, à Ivujivik. Des enjeux de production et de traduction, notamment, retarderont ensuite la sortie de ce projet particulièrement ambitieux.

« *Quand tu fais un projet sur une aussi longue période, à un moment donné, tu perds la foi* », raconte le cinéaste installé à Saint-Sauveur depuis 2 ans. « *Quand on a commencé la run des festivals, j'étais juste heureux de l'avoir terminé. Je n'avais pas de grandes ambitions* », explique-t-il. « *Contre toute attente* », *Sikiitu* remporte le Grand prix canadien à sa première projection au Festival international du court métrage, REGARD. Puis, en avril 2022, il reçoit la plus haute distinction au Gala Prix Prends ça court! qui récompense le meilleur du court métrage québécois.

Plusieurs années séparent l'écriture du scénario et sa projection. Pourtant, le film conserve sa pertinence. Les sujets qu'on y aborde, comme les remises en question identitaires et le fossé générationnel, sont intemporels.

Jusqu'où rejeter ses origines?

Au-delà des magnifiques paysages du Nord-du-Québec, le film plonge au cœur d'une relation complexe entre un père et un fils qui ont de plus en plus de difficulté à se comprendre. Ali est un adolescent inuit de 15 ans. Adeptes de hip hop, il rêve d'une carrière de rappeur. Chaque jour, il accompagne son père à la chasse, à bord du Ski-Doo familial. La honte habite les deux camps : Ali critique les piètres qualités de chasseur de son père et en a assez de son Ski-Doo, constamment en panne. À l'inverse, le père se désole de voir son fils se mé-

prendre pour un rappeur et s'éloigner de sa culture.

Dans le court métrage, le Ski-Doo et le hip hop jouent un peu le même rôle, précise Gabriel Allard Gagnon. Ces deux éléments proviennent « du sud » et bouleversent le quotidien et l'identité de cette petite famille au Nunavik. Ça permet d'explorer leur impact sur ce qui unit et éloigne deux générations. « *Ça me fascine, cet aspect du jeune qui coupe ses racines* », souligne le réalisateur. « *Ça renvoie à l'image du renard qui se mange la jambe pour se libérer d'un piège. Il se libère, mais il perd une jambe. En tant que jeune, il arrive que tu veuilles rejeter d'où tu viens. Mais si tu en rejettes trop, tu n'avanceras peut-être pas aussi vite que tu le souhaiterais.* »

Sensibilité et introspection

Une fois le scénario écrit en 2014, il est traduit en inuktitut. Ensuite, il est lu par plusieurs personnes qui habitent le village d'Ivujivik. « *Je voulais m'assurer que le film soit réaliste et qu'il ait du sens pour les Inuits* », explique Gabriel. L'acteur qui joue le rôle d'Ali, Jusi Sala, travaille même à la réécriture du scénario. « *Il lisait ça et disait : "Il n'y a personne qui parle comme ça ici." C'est lui qui a tout réécrit et fait en sorte que ce soit authentique. C'est ce qui rend le film important pour les communautés du nord* », confie le cinéaste.

Il y a 10 ans, s'intéresser à la facette identitaire et culturelle d'une communauté inuit, c'était perçu comme « un vent de fraîcheur » se remémore le réalisateur. « *Tout a été fait avec une grande sensibilité, on savait qu'il fallait être prudent* », ajoute-t-il. Avec le recul, de nouvelles réflexions s'imposent. S'il refaisait le même film, Gabriel confie qu'il impliquerait les communautés encore plus tôt. Il en ferait un réel travail de collaboration. Il se réjouit toutefois que le film



Après avoir réalisé de nombreux vidéoclips, puis travaillé dans le documentaire, Gabriel Allard Gagnon avait envie de faire de la fiction.

sorte à une époque où ces considérations se discutent.

Aujourd'hui, le réalisateur se dit habitué par les rencontres et les liens qu'il a tissés avec les communautés au Nunavik. « *Depuis 10 ans, j'ai vu des choses qui m'ont bouleversé. J'ai envie d'en parler, mais je me pose la question, à savoir si c'est moi la bonne personne [en tant que Blanc] pour le faire. Mais pendant que je ne le fais pas, je ne le vois pas non plus à l'écran. Je tergiverse encore avec tout ça* », conclut Gabriel.

LE FESTIVAL PLEIN(S) ÉCRAN(S)

Plein(s) Écran(s) est un organisme de diffusion 100 % en ligne depuis 2016, dont la mission est la découvrabilité et la démocratisation du contenu court auprès du grand public par la promotion et le rayonnement des talents du court métrage au Québec, en région et à l'international.

Le film de Gabriel Allard Gagnon, *Sikiitu*, sera présenté le 24 janvier. En inuktitut, Sikiitu signifie Ski-Doo.

Adoptons de bonnes habitudes face aux virus.



Québec.ca/
LimiterTransmissionVirus



Saint-Jérôme

Archéologie du vivant

Jusqu'au 19 mars, c'est l'occasion de découvrir l'exposition de Michel Beaudry et Reynald Connolly !

D'un côté, M. Beaudry est sculpteur et travaille l'acier. De l'autre, M. Connolly est dessinateur, peintre et graveur. Dans cette exposition, les artistes ont jumelé leur passion pour vous présenter des œuvres sous forme bestiale, « en leur laissant toujours un côté ludique », ornées de différents « styles picturaux ».

L'exposition a lieu au Musée d'art contemporain des Laurentides, à Saint-Jérôme. Pour plus de détails, visitez le maclau.ca



Saint-Sauveur

Carlos Placeres

Le 21 janvier, découvrez le musicien de renommée Carlos Placeres en direct du Saint-Sau Pub Gourmand !

« Récipiendaire d'un Latinos Awards Canada en 2016 et d'un Félix en 2010, Carlos est un digne représentant de la musique cubaine contemporaine, enrichie de rythmes syncopés, très originaux, progressifs et inspirés de plusieurs influences musicales de Cuba et d'ailleurs. Musicien autodidacte, il participe à de nombreux festivals nationaux de musique. S'inspirant de l'école traditionnelle de musique cubaine, il étudie également les arrangements pour guitare, piano, cuivre, percussions et voix, ce qui fera de lui un musicien polyvalent et exceptionnel. »

Le spectacle aura lieu le 21 janvier dès 21 h. Pour plus de détails, visitez le lesaintsau.com



Sainte-Adèle

Jérôme au Portugal - Entre villes et châteaux

Le 22 janvier au cinéma Pine à Sainte-Adèle, suivez le voyageur et aventurier Jérôme, de Sainte-Thérèse, alors qu'il vous fait découvrir les paysages magnifiques du Portugal. Le film est présenté par Les Aventuriers Voyageurs.

« Considéré parmi les pays les plus riches du 15^e siècle, le Portugal dépensa sans compter pour faire construire des églises imposantes ainsi que des châteaux et palais grandioses empreints de détails incroyables. Voilà un avant-goût de ce qui vous attend dans ce voyage de Lisbonne à Porto, en passant par Coimbra, Fatima, Sintra, et une dizaine d'autres endroits magnifiques! Caméra à la main et commenté par Jérôme sur le vif de son quotidien, laissez-vous émerveiller par ce concentré de joyaux architecturaux. »

Le film sera présenté dès 16 h 15. Pour plus de détails ou pour vous procurer des billets, visitez le cinemapine.com

Saint-Jérôme

La société des poètes disparus

Le 24 janvier, revivez *La société des poètes disparus* en direct sur les planches du Théâtre Gilles-Vigneault !

« En 1959, dans la prestigieuse Welton Academy, Monsieur Keating, un professeur de littérature, surprend les étudiants avec une pédagogie anticonformiste. Invités par l'homme de lettres à trouver leur propre voix, les adolescents recréeront alors la Société des poètes disparus, une sorte de club clandestin pour esprits libres dont Keating a autrefois été l'un des membres influents. La découverte d'une dimension hors-normes du monde, guidée par la prise de parole et la poésie, en plein cœur d'une Amérique conservatrice, transformera à jamais les vies du réserviste Todd Anderson, de l'exemplaire Neil Perry, et de leurs amis Knox, Charlie, Steven et Richard. »

La pièce aura lieu dès 19 h 30. Pour plus de détails ou pour vous procurer des billets, visitez le theatregillesvigneault.com



« La randonnée »

avec Alexis Nantel



Sainte-Agathe-des-Monts

« La randonnée » avec Alexis Nantel

Alexis Nantel, alpiniste, aventurier québécois et animateur, vous propose d'assister à sa conférence *La randonnée* ! Au cours de celle-ci, l'animateur s'adresse notamment à un public adulte et amateur de randonnées pédestres.

La conférence aura lieu le 22 janvier prochain de 13 h 30 à 14 h 30 à la bibliothèque Gaston-Miron. Pour plus de détails ou pour vous inscrire, visitez le ville.sainte-agathe-des-monts.qc.ca

CINÉMA



Disparue

Quand sa mère disparaît lors de ses vacances en Colombie avec son nouveau compagnon, June cherche des réponses. Mais ses investigations sont entravées par la bureaucratie internationale. Coïncée à Los Angeles, à des milliers de kilomètres de là, June utilise ingénieusement les dernières technologies à portée de main pour retrouver sa mère avant qu'il ne soit trop tard.

Couleurs de l'incendie

Marcel Péricourt, un riche banquier, décède en 1929, laissant son héritage à sa seule fille, Madeleine. Elle devra alors reprendre les rênes de l'empire familial. Un événement inattendu viendra toutefois contrecarrer cette nouvelle trajectoire. Paul, le fils de Madeleine, se blessera grièvement et deviendra handicapé. Ce faisant, l'entreprise en subira les contrecoups et sera mise sur le chemin de la ruine.



POUR L'HORAIRE COMPLET DE LA SEMAINE DU 20 AU 26 JANVIER VISITEZ :

WWW.CINEMAST-JEROME.COM
(LA GRILLE TARIFAIRE HABITUELLE S'APPLIQUE)

VOTRE CINÉMA EST

OUVERT ET SÉCURITAIRE

In partenariat avec Québec



ANDRÉ RIEU *in Dublin*
NOUVEAU SPECTACLE

DIMANCHE 15 JANVIER À 12H30
SAMEDI 28 JANVIER À 18H15
DIMANCHE 5 FÉVRIER À 12H30

BILLETS PRÉSENTEMENT EN VENTE SUR NOTRE SITE INTERNET



LES PROCHAINS FILMS DE CINE-RÉPERTOIRE

LUNDI 23 JANVIER 2023

SOYEZ LES PREMIERS À CONNAÎTRE L'HORAIRE DES FILMS À CHAQUE SEMAINE. POUR VOUS INSCRIRE À L'INFOLETTRE, VISITEZ LE : WWW.CINEMAST-JEROME.COM

Exposition

Diane Brodeur rend hommage à la mémoire autochtone

Ève Ménard - La Galerie L'Apostrophe, fondée par Nadia Bertrand, est ouverte depuis plus d'un an à Sainte-Adèle. Du 21 janvier au 5 mars, elle fera rayonner le travail d'une artiste du coin, Diane Brodeur.

Installée dans le secteur de Mont-Rolland depuis 2009, Mme Brodeur est une autodidacte qui cumule des expériences artistiques depuis une quarantaine d'années. Sa toute première exposition remonte à 1982 : elle présente alors des dessins et de la poésie au Collège André-Grasset à Montréal.

Rendre hommage à ses ancêtres

En 2020, elle commence un nouveau projet qui deviendra le fruit de cette nouvelle exposition intitulée *Le temps témoin*. L'artiste s'intéresse aux montres et aux horloges, qui symbolisent le temps qui passe, la généalogie et l'héritage. Elle transforme ces artéfacts en œuvres, dans l'objectif de donner vie à la mémoire autochtone à travers le temps.

Métis Micmac, Diane Brodeur cherche à rendre hommage à ses ancêtres et à transmettre le savoir autochtone, tout en posant un regard artistique sur l'actualité.



Diane Brodeur expose ses nouvelles œuvres pour la première fois à la Galerie L'Apostrophe à Sainte-Adèle.

« *Mon arrière-arrière-arrière-grand-père, Henri Membertou, était un chef autochtone. Je voulais parler de son histoire, parler de l'histoire de ma famille autochtone* », indique-t-elle.

Ainsi, dans une de ses horloges transformées, des objets symbolisent l'arrivée des colonisateurs et de l'alcool, des couvertures contaminées et des pensionnats. L'artiste utilise également les montres qu'elle vide de leurs mécanismes.

Elle conserve toutes les petites pièces – engrenages, cadrans, piles et vis – qu'elle réutilise pour créer des formes et bonifier



En haut de l'horloge, des montres sont transformées en plusieurs visages, où les aiguilles font office de yeux. Plus bas, des objets symbolisent l'arrivée des colonisateurs et de l'alcool, des couvertures contaminées et des pensionnats.

son œuvre. À l'intérieur des montres maintenant vidées, elle fabrique des visages, les aiguilles deviennent des yeux et elle complète en ajoutant des plumes, de la couleur et des fourrures, selon la grosseur de l'objet.

Exposées pour la première fois

« *Quand j'ai vu les œuvres, je suis tombée à terre* », affirme Nadia Bertrand, fondatrice de la galerie et également artiste. Dans le travail de Diane, Nadia témoigne d'une grande beauté, d'une impressionnante poésie du temps et de l'objet. En début d'année 2023, Mme Bertrand avait pourtant prévu se consacrer à sa propre création.



Diane Brodeur conserve les petites pièces des montres – engrenages, cadrans, piles et vis – pour créer ses œuvres.

Mais devant cette découverte, elle tenait absolument à faire rayonner le travail de cette artiste locale.

Du 21 janvier au 5 mars, les nouvelles œuvres de Diane Brodeur seront donc exposées pour la toute première fois. Cette dernière compte poursuivre ses créations dans le même thème, et elle espère éventuellement exposer aussi à Saint-Jérôme. Le vernissage aura lieu le samedi 21 janvier dès 13 h, à la Galerie L'Apostrophe au 3094 rue Charrette à Sainte-Adèle. La galerie est ouverte les fins de semaine de 11 h à 16 h ou sur rendez-vous au 581 578-5033.

Le drame de « Ce matin-là »

Simon Cordeau - Dans son premier roman, Sonia Sévigny explore la détresse et la douleur qui peuvent nous pousser à commettre des actes de violence. *Ce matin-là* raconte l'histoire fictive de Matt, 16 ans. Enfant de la DPJ, fils d'une mère toxicomane, ballotté d'une famille d'accueil à l'autre, il semble discret et calme. Mais à l'intérieur bouillent une souffrance et une solitude qui se transforment en colère. Un matin, son désespoir déborde et, dans la cafétéria de sa polyvalente, Matt met à exécution « son plan ».



L'auteure, qui enseigne le français à la Polyvalente Saint-Jérôme, explique ce qui l'a poussé à écrire cette histoire dramatique. « *Je me suis imaginé la détresse et le gros désespoir : comment on se rend là? Et pourquoi? C'est réellement ça. [...] Derrière chaque drame, il y a quelqu'un qui ne va pas bien.* »

« *Il y a aussi une grande crainte de société. Il y a beaucoup de détresse, pas nécessairement chez mes jeunes, mais dans notre société, lorsqu'on écoute les nouvelles par exemple* », poursuit Mme Sévigny. Elle souligne qu'elle n'est pas psychologue et que son histoire est fictive. Mais les actes de violence, de plus en plus présents dans l'actualité, ont inspiré son imagination. « *La façon de penser des humains m'a toujours fascinée. J'ai essayé de comprendre ce qui se passe dans leur tête à ce moment-là.* »

Raconter la souffrance

Mme Sévigny écrit « *souvent et depuis longtemps* », explique-t-elle. Elle a commencé à écrire *Ce matin-là* et l'histoire de Matt sans plan précis, guidée par l'inspiration. « *Il vivait de la douleur et de la détresse. Ça s'est dessiné dans ma tête. [...] On m'a poussée à l'envoyer à une maison d'édition* », raconte-t-elle.

Chaque chapitre est raconté par un des personnages et écrit dans un français fami-

lier, pour refléter leurs pensées. Ainsi, certaines scènes sont décrites sous plusieurs angles, chacun des personnages ayant son interprétation des événements. Pour l'auteure, il s'agit d'abord d'un exercice d'empathie.

« *Je trouve tellement qu'on juge facilement et trop vite. On vit un événement selon nos yeux. Mais comment l'autre le voit, je trouvais ça intéressant. Dans notre quotidien, je voudrais que les adultes que nous sommes laissent une chance au coureur.* »

Évidemment, il ne s'agit pas d'excuser les actes de violence, souligne-t-elle. L'espoir est plutôt d'être ouvert à l'autre et à ce qu'il peut vivre pour, peut-être, éviter justement le pire.

Code noir

Malheureusement, le scénario d'une fusillade dans une école n'est pas que fictif. Est-ce que cela inquiète l'enseignante de français? « *Ben oui! Autant qu'un feu peut m'inquiéter ou une catastrophe à l'école, quand je suis avec mes élèves. Je leur dis, au début de l'année : je suis responsable de vous* », confie Mme Sévigny.

Elle indique que, depuis une dizaine d'années, les écoles font des pratiques pour être prêtes en cas de tireur actif.



Sonia Sévigny enseigne le français à la Polyvalente Saint-Jérôme.

« *Quand j'ai été de retour au travail, après mon congé de maternité, j'avais les yeux ronds et la bouche ouverte. Ben voyons, on se pratique pour ça?* », raconte-t-elle.

Comme pour une pratique d'incendie, les enseignants et les élèves apprennent quoi faire grâce à une mise en situation.

« *On a un code noir. On se confine et on se barricade. J'ai un rôle de prof et les élèves ont un rôle aussi. On en discute parce qu'il faut agir d'une certaine façon si ça arrive.* » D'habitude, l'exercice se passe dans le calme, même si certains élèves profitent de cette « pause » pour rigoler un peu, explique l'enseignante. « *Je pense qu'ils le prennent sérieusement, mais avec un grain de sel.* »

Club de natation

Neptune déménage à Terrebonne

Luc Robert – Le club de natation Neptune, de Saint-Jérôme, a transféré une partie de ses activités au Complexe aquatique de la Cité du Sport à Terrebonne, ne pouvant s'établir à son goût dans la région de Saint-Jérôme.



Alexandre Gendron espère que Neptune pourra prospérer à Saint-Jérôme.

Neptune a fait l'acquisition du Club Torpille, dans Lanaudière. Ce club semblait en déroute, les entraîneurs quittaient les rangs,

lorsque le conseil d'administration de Torpille a approché l'organisation jérômiennaise pour procéder à une fusion.

« Nous n'avons pas de piscine centrale dans les Laurentides pour tenir des événements majeurs. Avec des piscines de 25 mètres, ce n'est pas trop invitant quand tu abordes d'autres clubs pour venir participer à une compétition. Aller nous entraîner à une piscine olympique de 50 mètres à Terrebonne, sans aller à Montréal, représente un plus pour notre organisation », a souligné Alexandre Gendron, directeur général du club Neptune.

L'organisme est reconnu pour avoir formé une multitude de nageurs, dont plusieurs ont aussi connu des beaux moments avec le Cégep de Saint-Jérôme à plusieurs niveaux.

« Neptune est bien vu. C'est plutôt Saint-Jérôme qui a un manque de vision. Quand ça touche le soccer, le baseball, le football ou le hockey, ils finissent par trouver des fonds. On n'a toutefois jamais eu notre place à Saint-Jérôme pour nager. On loue (les piscines) de l'Académie Lafontaine, du Cégep, de la Polyvalente, etc. Mais encore là, on est souvent mis au courant des changements à la dernière seconde à la Poly. Ça nous prend une piscine digne de ce nom et un local. Il faut encore se battre

pour savoir ce que l'on fera avec nos camps d'été. Ce n'est pas normal. On est obligé de se contenter d'être des itinérants, alors que 30 % des jeunes ont de la misère à respirer et ne bougent pas. La nage est excellente pour les poumons et le cardio », a-t-il lancé.

Pays-d'en-Haut

M. Gendron croyait avoir réglé une partie de son problème, lorsque la piscine du Centre sportif des Pays-d'en-Haut a été inaugurée, l'été dernier.

« On était presque certain de rentrer là en juin, mais Vivaction, qui gère le Centre sportif des Pays-d'en-Haut, a été racheté par Sodem. Ils sont en restructuration depuis novembre. On était prêt à aller à Sainte-Adèle, mais cela a achoppé lorsqu'ils nous ont demandé 1 800 000 \$ en assurances de responsabilité civile. On n'a pas ça dans nos coffres. À Terrebonne, ils voient une piscine de 50 mètres comme un plus value, une infrastructure qui servira aux jeunes et à la population. »

Neptune n'a pas jeté l'éponge pour autant à Saint-Jérôme, mais il se fait tard.

« On se débrouille toujours avec le peu qu'on a. Pourquoi Saint-Augustin (Mirabel) a pensé à ériger une nouvelle piscine au sud, tout comme la MRC des Pays-d'en-Haut l'a fait au nord, alors que la ville

centre de Saint-Jérôme n'a même pas une ébauche de piscine ? Les compétitions, tenues trois ou quatre fois par année, amènent des athlètes et des parents dans les hôtels, les traiteurs obtiennent des contrats, les commerces roulent plus. »

M. Gendron estime que plusieurs intervenants de la région sont essouffés par le statu quo qui prévaut.

« Une étude a été produite par cinq organismes au sujet de la faisabilité d'une construction de centre aquatique. Neptune, le CSSRDN, CAPRDN, le Cégep, l'Académie Lafontaine, etc. ont tous fourni des pistes de solutions. On a jamais entendu parler à nouveau de ça : l'étude a été tablettée à Saint-Jérôme. On est une des seules villes des Laurentides à ne pas gérer ses piscines. C'est correct qu'il y ait du privé et de l'institutionnel et que nous louons auprès d'eux, mais on a aucune stabilité offerte par la Ville. »

« À Saint-Jérôme, pour une troisième année de suite, les jeunes peuvent participer gratuitement au programme Nager pour sur-tuits. Mais encore là, sans disponibilités locales, on a de la misère à combler les postes de moniteurs. On fait du sur place. Ça doit changer ! »

Jeux du Québec

Une Jérômiennaise domine dans plusieurs sports

Luc Robert – La grande hockeyeuse Maïka Lamarche, de Saint-Jérôme, s'alignera aux Jeux du Québec pour la région des Laurentides, lors de la 56^e finale des Jeux du Québec d'hiver.

Le calendrier des compétitions s'étalera du 3 au 11 mars 2023, à Rivière-du-Loup. Il avait été reporté à mars 2022, avant d'être annulé de nouveau à deux mois de la première mise au jeu, à cause d'un variant de la COVID.

L'athlète multisports évolue présentement pour les Amazones AAA de Laval, à sa deuxième saison au niveau bantam. Plus jeune, elle s'est aussi développée avec les Lions de Saint-Jérôme, occupant notamment le poste de capitaine de sa formation.

« Au début, elle n'avait pas été sélectionnée aux étoiles AAA. Puis, un coup de fil est entré, puis elle s'est qualifiée. Aux Jeux du Québec, l'équipe pratique une fois aux deux semaines les jeudis et les entraînements sont débutés. Elles seront en action dès le 3 mars, jusqu'au 7 pour le hockey, dans le bas du Fleuve. C'est toute une expérience qui s'annonce à son

palmarès », a confié Geneviève Pion, mère de l'athlète de 14 ans.

La joueuse de centre apprécie les premiers contacts avec ses coéquipières.

« C'est bon de former un tout avant de se rendre aux Jeux du Québec. »

– Maïka Lamarche

« On a déjà fait quelques activités d'équipe, comme un souper et une soirée aux quilles. On provient de diverses formations et c'est bon de former un tout avant de se rendre aux Jeux du Québec », a-t-elle évalué.

Étudiante au volet sport-études hockey à l'école Saint-Gabriel de Sainte-Thérèse, Maïka Lamarche développe entre autres ses habiletés sous la férule de Benoît Gratton, aussi entraîneur-chef des Cheminots. Elle était jusqu'ici reconnue pour sa vitesse.

« On a développé mes tirs et mes feintes avec Benoît. Il a amélioré l'ensemble de mon jeu. Récemment, ce sont mes départs



Maïka Lamarche touche simultanément à plusieurs volets sportifs.

rapides qui ont fait l'objet de progression. J'étudie en 3^e secondaire. Éventuellement, je pourrais viser une carrière collégiale, mais il y a encore quelques saisons à disputer avant de prendre cette décision. »

Au sein des Amazones AAA, elle dispute plusieurs de ses parties à la place Bell de Laval.

« On ne gagne pas souvent (rires), mais on a du plaisir à progresser. Nous réussissons à

conserver des pointages serrés. On joue avec plusieurs joueuses de première année. Je me sens bien dans l'alignement, même quand on affronte des clubs des Laurentides et que je croise bizarrement d'anciennes coéquipières. »

Baseball

Maïka Lamarche s'implique à fond dans les activités sportives. Elle a effectué du bénévolat au dernier tournoi de baseball bantam de Saint-Jérôme, à l'été 2022. Elle a de plus porté les couleurs des Diamonds des Laurentides, qui se sont rendus jusqu'aux demi-finales nationales des U14 à Lethbridge, en Alberta.

« On a tout d'abord remporté le Championnat provincial junior des Petites-Ligues à Rouyn-Noranda, avant de nous incliner devant la Colombie-Britannique au national. Ce furent deux belles expériences. J'aime toucher à plusieurs sports et m'impliquer dans l'organisation de ceux-ci. Il y a de très bonnes chances que je revienne jouer avec les Rebelles des Laurentides pour l'été 2023. Je continue à vivre diverses expériences », a achevé celle qui travaille également cet hiver à titre de surveillante aux glissades de la côte Parent et à la patinoire extérieure de la Polyvalente de Saint-Jérôme.

Activité de pêche blanche

L'événement est remis en question à Val-Morin

Luc Robert – L'événement de pêche blanche, tenu depuis 25 ans au Lac Raymond de Val-Morin, pourrait disparaître dès cette année, en raison d'un manque de bénévoles pour assurer la relève.

La dérogation de deux jours de pêche, accordée par le ministère des Forêts, de la Faune et des Parcs du Québec, tient toujours pour la deuxième fin de semaine de février 2023, mais les organisateurs du passé ont tiré leur révérence.



Captivés, des pêcheurs novices revenaient l'été suivant taquiner le poisson au lac Raymond.



Photos : Serge St-Hilaire

chauffées pour les dames. J'adorais préparer des croc-monsieurs aux jeunes», s'est-il souvenu, nostalgique.

Changement de formule ?

Si l'événement se poursuit, il devra changer de formule, estime M. Bazinet.

« Il faut garder ça simple pour les bénévoles, sinon ils vont décrocher. Déjà que se lever à 5 h pour préparer les trous et les lieux, ça représente de l'ouvrage. »

Bazinet s'occupait lui-même de trouver les appâts pour les adeptes et ceux qui taquinaient le poisson pour une première occasion.

« On aidait les nouveaux à appâter. Ce n'était pas juste de la pêche sportive, mais aussi l'occasion de vérifier la qualité de l'eau. Les agents de la Faune étaient aux oiseaux : on fournissait le registre des visiteurs, les détails des prises. On s'arrangeait pour que les déchets aillent aux bons endroits. Là, sans supervision en février, j'ai des inquiétudes. Je vais en parler à la prochaine réunion du conseil municipal », a repris celui qui en est à son 7^e mandat comme échevin.

En fin de journée, le vendredi 13 janvier dernier, le Journal n'avait pas encore reçu de retour d'appels de la mairesse de Val-Morin, Mme Donna Salvati.

« Il faut garder ça simple pour les bénévoles, sinon ils vont décrocher. »

– Michel Bazinet

« On a toujours compté sur une belle équipe, mais après 25 éditions, il est temps de passer le flambeau. Notre quinzaine de bénévoles a vieilli. J'ai moi-même des petits-enfants que je veux voir. Certaines personnes s'étaient présentées pour prendre la relève, mais lorsqu'elles ont constaté l'ampleur de la tâche, elles ont préféré s'abstenir », a souligné M. Michel Bazinet,

74 ans, organisateur de l'événement de pêche blanche depuis un quart de siècle.

Pour les jeunes

Jeunes et moins jeunes venaient pêcher du brochet, de la truite brune et arc-en-ciel, de la perchaude, du maskinongé et parfois même du doré et du brochet. Des viviers étaient même aménagés sur place par certains expérimentés. La majorité des prises se faisaient toutefois en pêche sportive (remise à l'eau).

« On faisait ça pour une bonne cause, en amassant des fonds pour les activités locales des jeunes. On attirait plus de 450 participants en deux jours, à seulement 5 \$ l'entrée. Mais même si on trouve des

nouveaux organisateurs, ça prendra toujours un élu municipal pour se porter garant de la sécurité de l'événement auprès du ministère. Or, ce n'est pas évident de trouver mon successeur, surtout pour cautionner l'activité », a-t-il témoigné.

Les opérations consistent entre autres à baliser le lac et le sécuriser, vérifier le compte du nombre de prises à transmettre aux autorités, voir à la perforation légale des trous, etc. « On avait une cabane et tous les items nécessaires pour poursuivre. Mais la cabane a pourri et ils ont dû la démolir. L'activité n'a pas eu lieu pendant les années de pandémie. Personne ne pouvait se réunir à notre cabane de 9 pieds par 45. Toilette Québec fournissait même des toilettes

BIENVENUE SUR
NOTRE TERRITOIRE
FAITES PARTIE DE
NOTRE COMMUNAUTÉ



Le nard journalenord.com

Offrez-vous des extras
 Encadré Couleur
 Titre centré
 Caractères gras
 Informez-vous auprès
 de votre téléconseiller



PETITES ANNONCES CLASSÉES

Profitez également de la parution GRATUITE
 de votre annonce sur **VosClassées.ca**.

Heure de tombée: mardi 12h00
 Heures d'affaires du service téléphonique: lundi au vendredi 8h30 à 16h30
 Mode de paiement: **VISA** **MasterCard** **AMERICAN EXPRESS**
 À NOS ANNONCEURS: Assurez-vous que le texte de votre annonce est exact dès sa parution, sinon il faut nous en aviser immédiatement. En cas d'erreur, notre responsabilité se limite uniquement au montant de l'achat de la première semaine de parution de votre annonce. Toute discrimination est illégale.

**POUR TOUT ACHETER
 ET TOUT VENDRE,
 près de chez vous**

Un seul numéro **1-866-637-5236** | IMMOBILIER 100 à 299 | MARCHANDISE 300 à 399 | SERVICES 400 à 599 | EMPLOI ET FORMATION 600 à 799 | ÉVÈNEMENTS SPÉCIAUX 800 à 899 | VÉHICULES 900 à 999

130 Propriétés recherchées échanges

RECHERCHE terre, maison terrain, courtier agricole, villégiature, résidentiel-vert. www.francoisducharme.com 450-898-1679.

205 Logements / appartements à louer

3-1/2, 755, St-Georges, St-Jérôme, 2e étage. 799\$/mois, chauffé, 4 électros, 1 stationnement. Pas d'animaux. 1er février. 450-820-0250

3-1/2, St-Jérôme (secteur Costco), logement neuf avec ascenseur. 1er mars. Idéal personne seule. Aucun chien. Enquête de crédit. 1075, Blondin. 850\$. 514-952-2433

5-1/2 St-Jérôme, grand, arrière Costco, cuisine neuve, frais peint, planchers flottants, 2 balcons, stationnement. Pas de chien. 1,200\$. Libre. 514-886-2974

245 Chambre à louer

5-1/2, St-Jérôme, rez-de-chaussée, semi-meublé, chauffé/éclairé, câble. Dénéigé. 1,750\$. 514-885-0348

BLAINVILLE "Chambres (maison)", TV, câble, Internet, près services. Stationnement. 438-458-9292

CHAMBRE à louer, 500\$/mois. St-Jérôme. 12'X12'. 450-431-4703

CHAMBRE route 158, Mirabel vers Ste-Sophie. 490\$. Tout inclus avec internet. 514-885-0348

GRANDE chambre, lit queen avec literie, toute meublée, repas inclus, près services. 750\$/mois. St-Jérôme 450-848-4338

320 Animaux

CHATONS demandés. Nous aimerions adopter des chatons, irons chercher. 438-403-7701

324 Articles de chasse et pêche

ARMES de chasse René. Achète fusils et carabines. Détiens permis de la SQ, GRC, SIAF. Possibilité de me déplacer. Remet un reçu. René Fournier 514-713-2310

415 Massothérapie / Soins thérapeutiques

!!!! 450-951-5928, bon massage détente orientale. 35, 3E Avenue #202, Boisbriand, J7G 1Z4

ESPACE EST, massage, spa OUVERT lundi au samedi. 577-A Notre-Dame, Repentigny. 450-932-7990.

ST-JÉRÔME, clinique professionnelle privée, massothérapie Guylaine Colombin. Reçu. 514-371-9767

424 Astrologie / Occultisme

Ana Médium, spécialiste des questions amoureuses depuis 25 ans. Le secret des rencontres positives, la méthode pour récupérer son ex et des centaines de couples sauvés durablement, réponses précises et datées. Tél.: 450-309-0125

442 Constructions / Rénovations / Réparations

DÉNEIGEMENT MANUEL Déglacage, travaux de tous genres. Travail soigné. 514-212-6577

446 Peinture / décoration

À BON PRIX. Peinture intérieur/ extérieur, réparation de plâtre. 35 ans d'expérience. Français: 450-712-1836

472 Dénéigement

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

483 Compagne compagnon

FEMME soixantaine, célibataire, drôle cherche homme belle personnalité, célibataire pour relation sérieuse ou amicale. 450-848-4338

484 Services divers

RACHAT ou consignation de vos armes à feu par l'entreprise Sécur Armes, service professionnel, argent comptant, reçu, transfert SIAF et GRC: 581-989-ARME (2763)

485 Agence de rencontre avec permis

AGENCE de rencontre sérieuse; Temps rencontre illimité, brunch samedis. www.agenceaccord.com

585 Services financiers divers

"SOLUTIONS À L'ENDETTEMENT. Restez à la maison! Tout se fait en ligne. 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

FINANCEMENT Brisson. Prêt hypothécaire privé. Financement automobile. Aucun cas refusé. Léger dépôt. 1-866-566-7081

605 Emplois divers

COMPAGNIE à Laval recherche installateur de chauffe-eau électrique. Semaine et week-end, travail permanent. 30\$/heure. Permis de conduire valide. 514-387-1434

635 Coiffure / Beauté / Esthétique

RECHERCHE coiffeur(se) avec auto pour résidence personnes âgées autonomes centre d'accueil, hôpitaux. Clientèle assurée. 514-766-3553, 1-800-448-3553

665 Soins à domicile

PERSONNE recherchée, St-Jérôme ou Ste-Sauveur, pour garder personnes handicapées physique et intellectuelles. 19\$ et +. Kim 514-515-3932

945 Achat d'autos

ACHETONS voitures pour ferraille. Payons meilleur prix. Remorquage gratuit. 514-578-7181

Emplois



Eaux Naya Inc. est une compagnie d'eau embouteillée québécoise qui, depuis 1986, a comme philosophie d'entreprise d'offrir une eau de source naturelle de qualité exceptionnelle tout en minimisant son empreinte environnementale. À travers l'hydratation, nous faisons la promotion d'un mode de vie sain. Pensons alimentation saine, activité physique régulière et bonne humeur!

DESCRIPTION DU POSTE
 L'électromécanicien est responsable de dépanner, améliorer et proposer des modifications des équipements dans le but d'optimiser leur fonctionnement tout en respectant les normes qualité et sécurité de l'usine. Il se doit de répondre aux besoins d'améliorations continues de la productivité des lignes de production et de la qualité des produits.

- Apporter les ajustements et modifications nécessaires au bon fonctionnement des machines;
- Proposer des améliorations permettant d'optimiser la performance des équipements;
- Assister au besoin la production lors des changements de format de bouteille;
- Savoir opérer et ajuster l'ensemble des machines;
- Effectuer l'entretien et la maintenance préventive des machines;
- Réparer les équipements et la machinerie;
- Participer activement à la formation des opérateurs de production, ou celle de ses collègues de la maintenance;
- Réaliser certains projets spéciaux;
- Maintenir son environnement de travail ordonné et propre;
- Respecter les méthodes de travail, les règles d'hygiène, de santé et sécurité en vigueur dans l'entreprise
- Compléter différents documents.

Les candidats doivent être disponibles principalement pour les quarts de travail de soir et de nuit selon les besoins opérationnels:

- Quart de jour : 7h à 15h30
- Quart de soir : 15h à 23h30
- Quart de nuit : 23h à 7h30

EXIGENCES

- Détenir un DEC en électromécanique ou un DEP en mécanique industrielle;
- Expérience dans un poste similaire (un atout);
- Posséder une licence C en électricité (un atout);
- Avoir une bonne dextérité manuelle, minutieux, résolution de problèmes;
- Posséder un bon esprit d'analyse et de déduction;
- Bonne organisation de travail, disponibilité, ponctualité et assiduité au travail.

NOUS OFFRONS

- Postes permanents à temps plein (40 heures/semaine)
- Quart de travail de 8 heures/jour
- Échelle salariale selon expérience (26,78\$ à 36,64\$)
- Possibilité de faire du temps supplémentaire
- Assurance collective complète
- Contribution REER de l'employeur
- Primes pour horaires de soir (0,85\$/heure) et de nuit (1,40\$/heure)
- Un environnement de travail structuré, propre et sécuritaire
- Formation complète en milieu de travail

SVP soumettre votre candidature par courriel à l'attention de:
 Geneviève Brodeur
 genevieve.brodeur@naya.com
 2500 rue Naya, Mirabel, Québec, J7N 3A7



RECHERCHE PERSONNEL DYNAMIQUE POUR COMBLER LES POSTES SUIVANTS :

EMPLOIS DISPONIBLES

- GÉRANT DE VIANDE
- COMMIS:
- PRÊT À MANGER
- CHARCUTERIE
- BOULANGERIE

POSTES À TEMPS PLEIN

Avantages Sociaux, Médicaments, soins dentaires. Journées mobiles, Banque de journée de maladie, Rabais Employés, Salaire Compétitif.

Bienvenue à tous !

Faire parvenir votre C.V. par courriel à : **iga08587rh@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

Avis public



AVIS DE RADIATION

Dossier n° : 06-22-03386
 AVIS est par les présentes donné que **M. Daniel Eric Dubé** (n° de membre : 277012-1), ayant exercé la profession d'avocat dans les districts de Joliette, Laval et Terrebonne, a été déclaré coupable le 9 septembre 2022, par le Conseil de discipline du Barreau du Québec, d'infractions commises à Laval à compter du 5 mars 2021 et jusqu'à ce jour, à savoir :

Chef n° 1
 A fait défaut de répondre à la correspondance que lui adressait la directrice par intérim de la Qualité de la profession/Secteur Inspection professionnelle, et ce, malgré des communications de rappel d'une syndique adjointe, contrevenant ainsi aux dispositions de l'article 135 du Code de déontologie des avocats;

Chef n° 2
 A fait défaut de répondre à la correspondance que lui adressait une syndique adjointe, et ce, malgré des lettres de rappel, contrevenant ainsi aux dispositions de l'article 135 du Code de déontologie des avocats.

Le 31 octobre 2022, le Conseil de discipline imposait à **M. Daniel Eric Dubé** une radiation du Tableau de l'Ordre pour une période de quatre (4) mois sur chacun des chefs de la plainte, ces périodes de radiation devant être purgées concurrentement.

Ces sanctions imposées par le Conseil de discipline étant exécutoires à l'expiration des délais d'appel, selon l'article 158 du Code des professions, **M. Daniel Eric Dubé** est radié du Tableau de l'Ordre du Barreau du Québec pour une période de **quatre (4) mois** à compter du **8 décembre 2022**.

Le présent avis est donné en vertu de l'article 64.1 de la Loi sur le Barreau et des articles 156 et 180 du Code des professions.

Montréal, le 18 décembre 2022
Catherine Ouimet, avocate, MBA
 Directrice générale

Manoir de la Fontaine
Retraités autonomes 55+
 Non-fumeur - Ascenseur - Sécuritaire
 3 1/2 à partir de 900\$/mois incluant plusieurs services
Saint-Jérôme 450 431-2053
 www.manoirdelafontaine.ca

À LOUER
LOCAL COMMERCIAL OU INDUSTRIEL LÉGER
 à Ste-Anne-des-Lacs sur le bord de l'autoroute de 1800 à jusqu'à 7200 p.c. 20 pieds de haut. Disponible à compter du 1er avril, prix à discuter Pour de plus amples informations, communiquez avec **Robert Boyer** au **450-224-2068** ou au **info@matrboyer.com**

**BIENVENUE SUR
 NOTRE TERRITOIRE
 FAITES PARTIE DE
 NOTRE COMMUNAUTÉ**

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, 1, rue Notre-Dame Est, bureau 9.01, Montréal (Québec) H2Y 1B6.**

NOM ET ADRESSE DU DEMANDEUR	NATURE DE LA DEMANDE	ENDROIT D'EXPLOITATION
Cabaret MK inc 827 Montée Sainte-Thérèse Prévost (Québec) JOR 1T0	Un permis de restaurant	CABARET MK 94 Rue de la Gare Saint-Jérôme (Québec) J7Z 2B8 Dossier : 10188631

Québec

AVIS DE DISSOLUTION

Prenez avis que la personne morale sans but lucratif Maison de Sophia (NEQ 1165063547), ayant son siège à Saint-Jérôme, province de Québec, a déclaré, lors de l'assemblée générale extraordinaire du 23 décembre 2022, son intention de demander sa dissolution au registraire des entreprises de la province de Québec.

Donné à Saint-Jérôme le 18 janvier 2023

>PN08395-1

VISITEZ NOTRE SECTION EMPLOIS LOCAUX

Le nord journalenord.com

Avis public



APPEL D'OFFRES SOUMISSION PUBLIQUE – TRAVAUX DE RÉHABILITATION DE CONDUITES D'EAU POTABLE À DIVERS ENDROITS DE LA VILLE DE SAINT-JÉRÔME – ANNÉE 2023

DESCRIPTION : La Ville de Saint-Jérôme souhaite obtenir des soumissions pour le projet suivant :

« TRAVAUX DE RÉHABILITATION DE CONDUITES D'EAU POTABLE À DIVERS ENDROITS DE LA VILLE DE SAINT-JÉRÔME – ANNÉE 2023 »

SOUMISSION N° : SOUM 2023-3

DISPONIBILITÉS DES DOCUMENTS : Toutes les entreprises intéressées pourront se procurer les documents de soumission à compter du **18 janvier 2023**, sur le système électronique d'appel d'offres SEAO (www.seao.ca).

RÉCEPTION DES SOUMISSIONS : au plus tard le **8 février 2023 avant 10 h**, au bureau de la greffière, 300, rue Parent, Saint-Jérôme, Québec, J7Z 7Z7, pour être ouvertes publiquement sur-le-champ.

COMMUNICATION : Pour tout renseignement supplémentaire concernant cette demande de soumissions, veuillez communiquer avec le responsable de l'information aux soumissionnaires, Mme Marie-France Tessier, ing., à l'adresse courriel suivante : mftessier@vsj.ca.

DESCRIPTION SOMMAIRE DES TRAVAUX :

Réhabilitation des conduites d'eau potable par gainage incluant non limitativement :

- Gestion de la circulation et signalisation;
- Mise en place d'un réseau d'alimentation temporaire en eau potable;
- Excavation des puits d'accès;
- Gainage incluant le perçage des entrées de service, remplacement des bornes incendies, etc.;
- Remise en état des lieux;
- Nettoyage, désinfection et essais de conduites d'eau potable.

Toute question ou demande de clarification doit être transmise au moins deux cent quarante (240 heures) heures avant la date et l'heure prévues pour la réception des soumissions.

GARANTIES : La présente soumission est assujettie à des clauses de garantie (cautionnement).

ÉVALUATION DE RENDEMENT INSATISFAISANT : La Ville de Saint-Jérôme se réserve le droit de refuser la soumission d'un entrepreneur, d'un prestataire de services ou d'un fournisseur qui, au cours des deux années précédant la date d'ouverture des soumissions, a fait l'objet d'une évaluation de rendement insatisfaisant par la Ville.

ACCORD INTERGOUVERNEMENTAL : Le présent appel d'offres est assujetti à l'Accord de commerce et de coopération entre le Québec et l'Ontario (ACCQO), l'Accord de libre-échange canadien (ALEC).

RÉSERVE : La Ville n'encourt aucune responsabilité du fait que les avis écrits ou documents de soumission & addendas véhiculés par système électronique soient incomplets ou comportent quelque erreur ou omission que ce soit. En conséquence, tout soumissionnaire doit s'assurer, auprès de SEAO, avant de soumissionner, d'obtenir tous les documents reliés à cet appel d'offres.

ACCEPTATION DES SOUMISSIONS : La Ville ne s'engage à accepter ni la plus basse ni aucune des soumissions reçues.

DONNÉ À SAINT-JÉRÔME, ce 18 janvier 2023

Le greffier adjoint par intérim,
SIMON VINCENT, avocat

>PN08380-1

Avis public



APPEL D'OFFRES SOUMISSION PUBLIQUE – « ACHAT D'UNE SOUFFLEUSE À NEIGE DÉTACHABLE NEUVE POUR 2023 »

DESCRIPTION : La Ville de Saint-Jérôme souhaite obtenir des soumissions pour « ACHAT D'UNE SOUFFLEUSE À NEIGE DÉTACHABLE NEUVE POUR 2023 »

SOUMISSION N° : « 2023-BS-055 »

DISPONIBILITÉS DES DOCUMENTS : Toutes les entreprises intéressées pourront se procurer les documents de soumission à compter du **18 janvier 2023**, sur le système électronique d'appel d'offres SEAO (www.seao.ca).

RÉCEPTION DES SOUMISSIONS : au plus tard le **7 février 2023, avant 10 h**, au bureau de la greffière, 300, rue Parent, Saint-Jérôme (Québec) J7Z 7Z7, pour être ouvertes publiquement sur-le-champ.

COMMUNICATION : Pour tout renseignement supplémentaire concernant cette demande de soumissions, veuillez communiquer avec le responsable de l'information aux soumissionnaires, **Mme Daphné Huard**, acheteuse, à l'adresse courriel suivante dhuard@vsj.ca.

Toute question ou demande de clarification doit être transmise au moins 48 heures avant la date et l'heure prévues pour la réception des soumissions.

ÉVALUATION DE RENDEMENT INSATISFAISANT : La Ville de Saint-Jérôme se réserve le droit de refuser la soumission d'un entrepreneur, d'un prestataire de services ou d'un fournisseur qui, au cours des deux années précédant la date d'ouverture des soumissions, a fait l'objet d'une évaluation de rendement insatisfaisant par la Ville.

ACCORD INTERGOUVERNEMENTAL : Le présent appel d'offres est assujetti à l'Accord de commerce et de coopération entre le Québec et l'Ontario (ACCQO), l'Accord de libre-échange canadien (ALEC).

RÉSERVE : La Ville n'encourt aucune responsabilité du fait que les avis écrits ou documents de soumission & addendas véhiculés par système électronique soient incomplets ou comportent quelque erreur ou omission que ce soit. En conséquence, tout soumissionnaire doit s'assurer, auprès de SEAO, avant de soumissionner, d'obtenir tous les documents reliés à cet appel d'offres.

ACCEPTATION DES SOUMISSIONS : La Ville ne s'engage à accepter ni la plus basse ni aucune des soumissions reçues.

DONNÉ À SAINT-JÉRÔME, ce 18 janvier 2023.

Le greffier adjoint par intérim, **SIMON VINCENT, avocat**

>PN08390-1

R
RICHELIEU INTERNATIONAL
CLUB RICHELIEU ST-JÉRÔME
Case postale 71, Saint-Jérôme
clubrichelieustjerome@hotmail.com
450 436-5331, poste 7169225

Éco~corridors laurentiens
Aïssons maintenant pour la conservation des paysages naturels des Laurentides!
Visitez notre site web ecocorridorslaurentiens.org

Avis public



APPEL D'OFFRES
 SOUMISSION PUBLIQUE – « ACHAT DE DOUZE (12) VÉHICULES UTILITAIRES HYBRIDES DE TYPE «POLICE INTERCEPTOR» »

DESCRIPTION : La Ville de Saint-Jérôme souhaite obtenir des soumissions pour
 « ACHAT DE DOUZE (12) VÉHICULES UTILITAIRES HYBRIDES DE TYPE «POLICE INTERCEPTOR» »

SOUSSION N° : « 2023-BS-010 »

DISPONIBILITÉS DES DOCUMENTS : Toutes les entreprises intéressées pourront se procurer les documents de soumission à compter du 18 janvier 2023, sur le système électronique d'appel d'offres SEAO (www.seao.ca).

RÉCEPTION DES SOUMISSIONS : au plus tard le **20 février 2023 avant 10 h**, au bureau de la greffière, 300, rue Parent, Saint-Jérôme (Québec), J7Z 7Z7, pour être ouvertes publiquement sur-le-champ.

COMMUNICATION : Pour tout renseignement supplémentaire concernant cette demande de soumissions, veuillez communiquer avec le responsable de l'information aux soumissionnaires, **Michael Poirier**, acheteur, à l'adresse courriel suivante mpoirier@vsj.ca.

Toute question ou demande de clarification doit être transmise au moins 96 heures avant la date et l'heure prévues pour la réception des soumissions.

ÉVALUATION DE RENDEMENT INSATISFAISANT : La Ville de Saint-Jérôme se réserve le droit de refuser la soumission d'un entrepreneur, d'un prestataire de services ou d'un fournisseur qui, au cours des deux années précédant la date d'ouverture des soumissions, a fait l'objet d'une évaluation de rendement insatisfaisant par la Ville.

ACCORD INTERGOUVERNEMENTAL : Le présent appel d'offres est assujéti à l'Accord de commerce et de coopération entre le Québec et l'Ontario (ACCQO), l'Accord de libre-échange canadien (ALEC).

RÉSERVE : La Ville n'encourt aucune responsabilité du fait que les avis écrits ou documents de soumission & addendas véhiculés par système électronique soient incomplets ou comportent quelque erreur ou omission que ce soit. En conséquence, tout soumissionnaire doit s'assurer, auprès de SEAO, avant de soumissionner, d'obtenir tous les documents reliés à cet appel d'offres.

ACCEPTATION DES SOUMISSIONS : La Ville ne s'engage à accepter ni la plus basse ni aucune des soumissions reçues.

DONNÉ À SAINT-JÉRÔME, ce 18 janvier 2023.

Le greffier adjoint par intérim,
SIMON VINCENT, avocat

>PN08379-1

Avis d'intérêt

Société québécoise des infrastructures

RECHERCHE D'UN ESPACE DE BUREAU À SAINT-JÉRÔME ET EN PÉRIPHÉRIE

La Société québécoise des infrastructures (Société) invite tout propriétaire intéressé à lui faire parvenir des renseignements au sujet d'espaces de bureau disponibles à la location et répondant aux critères suivants :

Superficie : minimale utilisable de 593 m². Les espaces de bureau doivent être d'un seul bloc et situés sur un étage, sans dénivellation et être accessibles aux personnes à mobilité réduite

Périmètre : l'espace de bureau doit être situé à Saint-Jérôme ou en périphérie (le périmètre est détaillé dans le site Web de la Société).

Autres informations : les espaces ainsi que les aménagements devront être livrés pour occupation le ou vers le **1^{er} septembre 2023**. Le bail sera d'une durée de 10 ans avec la possibilité d'une durée additionnelle de 5 ans.

Pour tout projet de construction neuve, les proposants doivent inclure avec l'information requise, un échéancier préliminaire du projet, incluant les principales étapes de livraison de l'édifice de base aux fins d'aménagement.

Les personnes intéressées pourront obtenir gratuitement le formulaire de renseignements à remplir à l'adresse électronique suivante : www.sqi.gouv.qc.ca, dans la section « Faire affaire avec nous », sous la rubrique « Avis d'intention et d'intérêt ».

Pour tout renseignement additionnel, communiquez avec madame Andrée Chouinard au numéro de téléphone 819 578-1575 et par courriel à achouinard@sqi.gouv.qc.ca.

Tous les formulaires de renseignements et les documents requis doivent être reçus **au plus tard à 15 heures, le 3 février 2023**, à la Société québécoise des infrastructures, à l'attention de monsieur Daho Belhachemi, par courriel : dbelhachemi@sqi.gouv.qc.ca.

Important : il ne s'agit ni d'un appel d'offres ni d'une invitation à soumissionner.

La présente demande de renseignements ne constitue ni un appel d'offres ni une demande de propositions. Cette démarche vise seulement à recueillir des renseignements généraux sur la disponibilité d'espaces à louer pouvant servir à d'éventuels appels d'offres publics ou sur invitation selon le cas. Les proposants doivent démontrer que les espaces disponibles à la location satisfont ou peuvent satisfaire les critères mentionnés ci-dessus. La Société ne sera tenue ni de demander des soumissions ni de louer l'un des locaux.



www.sqi.gouv.qc.ca

>PN08375-1

1^{er} ANNIVERSAIRE DE DÉCÈS LINE LABONTÉ



Line, tu seras toujours dans nos cœurs. On a vécu tellement de beaux moments ensemble. Cette photo te représente bien. Tellement joviale, généreuse et aimante. On sait que là où tu es tu prends soin de nous et on t'en remercie. Saches que jamais on ne t'oubliera, tu seras toujours dans nos cœurs et nos pensées.

Christian- Olivier- Guillaume- Stéphanie- Leilia et Jacob

>PN08369-1

GUÉNETTE, Monique 1941 - 2023



À Saint-Jérôme, le 8 janvier 2023, à l'âge de 81 ans, est décédée Mme Monique Guénette, épouse de feu Léo St-Denis.

Maintenant auprès de son époux, elle laisse dans le deuil ses enfants Daniel (Danielle), Alain (Sylvie) et Carole (Sylvain), ses 7 petits-enfants, ses 8 arrière-petits-enfants, ses frères et sœurs, ses neveux, nièces ainsi que plusieurs autres parents et amis. Les funérailles auront lieu le samedi 13 mai 2023 à 11h en la Cathédrale de Saint-Jérôme.

Suivies de l'inhumation au Cimetière de Saint-Jérôme.

La direction des funérailles a été confiée à la

MAISON FUNÉRAIRES TRUDEL INC. 400, Place du Curé-Labelle, Saint-Jérôme, QC. J7Z 5L3
www.maisontrudel.com



>PN08377-1

CHAMPAGNE, Laurent 1940 - 2022



À St-Jérôme, le 24 décembre 2022 est décédé à l'âge de 82 ans M. Laurent Champagne, fils de feu Cordélie et Laurent Champagne.

Il laisse dans le deuil sa sœur Claire (feu Gérard Tardif), sa belle-sœur Thérèse Leduc (feu Gilles Champagne), son beau-frère Roger Dépatie (feu Colette Champagne), ses nombreux neveux, nièces, autres parents et amis.

La famille recevra vos condoléances le samedi 28 janvier de 13h à 17h au salon de la

Maison Funéraire Trudel Inc. 801 Boul. des Laurentides, St-Jérôme (St-Antoine)
 450-438-1234 www.maisontrudel.com

La Liturgie de la Parole y sera célébrée ce même jour à 16h

SVP. Compensez l'envoi de fleurs par un don à l'Institut de Cardiologie de Montréal.



>PN08357-1

FILION, Benoit 1961 - 2023



À Saint-Jérôme, subitement dans son sommeil, le 9 janvier 2023, à l'âge de 61 ans, est décédé M. Benoit Filion, fils de feu Claire Régimbald et de feu Normand Filion.

Il laisse dans le deuil son frère Mario et sa sœur Anne-Marie (Benoit Thibault), ses neveux et nièces ainsi que plusieurs autres parents et amis.

La famille recevra les condoléances vendredi le 20 janvier 2023 de 13h00 à 16h00 au salon de la

MAISON FUNÉRAIRE TRUDEL, 400, PLACE DU CURÉ-LABELLE, SAINT-JÉRÔME, QC.
www.maisontrudel.com

Une liturgie religieuse aura lieu ce même après-midi, à 16h, au salon.



>PN08378-1

JEAN LANCTÔT 1947 - 2022



À son domicile de Saint-Jérôme est décédé Monsieur Jean Lanctôt époux de Magella Boucher. Il laisse dans le deuil ses 5 enfants Richer (Lilian), Nathalie (Robert), Mélanie (Jonathan), Nadia (Pascal) et Patrick, ses 6 petits-enfants, ses frères et sœurs, beaux-frères, belles-sœurs, neveux, nièces et amis.

Les funérailles auront lieu samedi le 21 janvier 2023 à 14h. La famille recevra vos condoléances ce même jour à compter de 12h30 à l'Assemblée Chrétienne du Nord au 357 rue Gauthier à Saint-Jérôme.

>PN08370-1

Jeanne Deveault 1930 - 2023



À Saint-Jérôme, le 13 janvier 2023, à l'âge de 92 ans, est décédée Mme Jeanne Deveault, épouse de feu Fernand Philibert.

Elle laisse dans le deuil ses enfants Micheline, feu Diane, Danielle (Claude Pilon) et Sylvain, ses petits-enfants Anne-Marie, Pascal, Marc-Alexandre, Annie-Pier, Audrey-Anne et Eugénie, ses arrière-petits-enfants, ses belles-sœurs, ses neveux et nièces, ainsi que plusieurs autres parents et amis.

Les funérailles seront célébrées en l'église Saint-Pierre (520 boul. Bourassa, Saint-Jérôme, QC. J7Y 1X9) le vendredi 20 janvier 2023 à 11h. La famille sera présente à partir de 10h30 pour recevoir vos condoléances.



>PN08394-1

Immortalisez la mémoire d'un être cher,
 offrez un don en son honneur.

5 Saveurs

Les fruits et légumes
les plus FRAIS en VILLE

Incrivez-vous sur
5saveurs.com !

Nom

Courriel

S'inscrire

Recevez votre circulaire
par courriel !

Circulaire du 19 au 25 janvier 2023

FRAISES
1,13 LITRE
Ontario

2/5\$

MÛRES
170 gr

2/4\$

POIVRONS ROUGES
Pqt

1 99\$ /lb

HUMMUS, TREMPETTES ET TARTINADES FONTAINE SANTÉ
250 à 260 gr

2/7\$

Les fameux CIGARES AU CHOU
1,3 kg

17 99\$ /ch

BROCOLIS

2/5\$

CHOU-FLEUR

2 99\$ /ch

COEURS DE ROMAINE
Pqt de 3

3 99\$ /ch

CLÉMENTINE
Maroc

1 99\$ /lb

CHOUX DE BRUXELLE
Pqt

1 99\$ /lb

POMMES SPARTAN, CORTLAND, EMPIRE, MCINTOSH
Sac de 3 lbs

2/6\$

Savourez nos POTAGES et SOUPES
1 litre

5 99\$ /ch

AVOCAT

99¢ /ch

ANANAS GOLDEN

2 99\$ /ch

MANGUES GROS FRUIT

2/3\$

PATATE DOUCE

79¢ /lb

TOMATES RAISINS
Chopine

2/5\$

CAROTTES ET OIGNONS
Sac de 2 lbs

2/3\$

TOMATE ITALIENNE

1 99\$ /lb

NOS SUCCULENTS PÂTÉS au poulet et au saumon
600 gr

9 99\$ /ch

BOUCHERIE
CAMPBELL
DEPUIS 1947

FILET DE PORC NATURE/TEX-MEX

5 99\$ /lb

16 VARIÉTÉS!
SAUCISSÉS MAISON!

9 99\$ /lb

BROCHETTE DE BOEUF AIL & MIEL

10 99\$ /lb

POULET SHISH TAOUK

10 99\$ /lb

JAMBON CUIT PROSCIUTTO COTTO

10 99\$ /lb

BOLOGNE À L'AIL

6 99\$ /lb

OKA Classique et Artisans régulier et fumé

3 49\$ /100gr

RONDELÉ FINES HERBES KET NOIX
125 gr

3 99\$ /ch

FETA ILIOS ET EMMA
200 gr

3 99\$ /ch

BRIE BLANC

2 49\$ /100gr

L'ÉVANJULES, PETIT RUBIS, BRISE DU MATIN, BELLE-CRÈME, ET CALENDOS
125 gr

3 99\$ /ch

FONDUE FROMALP ET RÉSERVE DU CHÂTEAU
400 gr

7 99\$ /ch

PÊCHE EN MOITIÉ OROS
850 ml

2/7\$

DATTES DAÏA DÉNOYAUTÉES ALGÉRIE
200 gr

2/3\$

BOUILLONS POULET, LÉGUMES, BOEUF BIOLOGIQUE
ILIOS 946 ml

2/5\$

www.5saveurs.com - 2160, BOUL. CURÉ-LABELLE, ST-JÉRÔME - 450-569-9819
OUVERT DU LUNDI AU VENDREDI 8H30 À 19H00
SAMEDI ET DIMANCHE 8H30 À 18H00

CIRCULAIRE DU 19 AU 25 JANVIER 2023

