

Le Régional

Transcontinental

SECTEUR HULL

37^e année, no 13 - Mercredi 23 mars 2005 • www.info07.com (819) 776-1063 • 32 pages



RE/MAX
RE/MAX VISION (1990) INC.
Michel Schreiner
Tél: (819) 772-0203
www.michelschreiner.com

LA FÊTE DU TOURISME



Photo: Yannick Boursier

Page 3

Actualités

LES PAROISSES EN CAMPAGNE DE FINANCEMENT

Page 5



Vie communautaire

JOURNÉE DE VISIBILITÉ POUR LES CUISINES COLLECTIVES

Page 21



Les sports

LES MEILLEURES GYMNASTES AU PALAIS DES CONGRÈS

Page 29

Québec cl@ssées.com

Le PLUS GRAND réseau d'annonces classées au Québec avec 102 017 annonces classées

www.quebecclassées.com

Le Domaine des Dignobles

Les Habitations Bouladier
Bâtisseurs de rêves



819.684.0111
www.habitationsbouladier.com

DE VRAIES PROMOTIONS TEL QUE

12 MOIS SANS PAIEMENT, NI INTÉRÊT* RABAIS ALLANT JUSQU'À **20 000\$***



0603005-073263

0617-3605-50

GAGNEZ

1 MILLION \$

EN ARGENT COMPTANT

*Simplement en achetant
chez Brault & Martineau*

Un coupon de participation par tranche d'achat de 100 \$

50 FINALISTES seront conviés au prestigieux **GALA DU MILLION**, où sera dévoilé le nom du gagnant. Pensez-y! Jamais vous n'aurez autant de chances de devenir millionnaire!

*Alors... serez-vous
le prochain millionnaire?*

! Pour participer au concours, un achat minimum de 100\$ avant taxes est requis. Pour être déclaré finaliste, chaque participant devra avoir répondu correctement à une question d'habileté mathématique. Règlements et détails en magasin.

En collaboration avec



1803 \$ /mois
ou **649 \$**



Inglis

Laveuse de très grande capacité avec transmission à entraînement direct
6 programmes, 3 choix de température, 2 niveaux d'eau.

Sécheuse de très grande capacité
4 programmes, 3 choix de température, séchage automatique.
Livraison, ramassage et service gratuits.

**AUCUN INTÉRÊT À PAYER JUSQU'EN
MARS 2008**

AVEC 36 VERSEMENTS ÉGAUX
SANS FRAIS NI INTÉRÊT* SUR LES MEUBLES, MATELAS,
ÉLECTROMÉNAGERS ET APPAREILS ÉLECTRONIQUES

Prix en vigueur jusqu'au lundi 28 mars 2005. Quantité limitée sur certains articles. *Achat minimum requis de 299\$ avant taxes pour les appareils électroniques et de 499\$ avant taxes pour les meubles, matelas, accessoires de décoration et électroménagers. Ne payez que les taxes de vente au moment de l'achat. Sujet à l'approbation du crédit. Le montant de votre achat sera réparti en 36 versements égaux, sans frais, ni intérêt débutant le mois suivant votre achat. Conditions en magasin. Valable pour les produits en inventaire seulement. Non valable aux Centres de liquidation (C.D.L.).

BRAULT & MARTINEAU

10 GRANDS MAGASINS



Une entreprise de chez nous, pour vous!
www.braultetmartineau.com

HEURES D'OUVERTURE : Lundi au vendredi 9h à 21h • Samedi 9h à 17h • Dimanche Pâques Fermé

LIVRAISON GRATUITE DANS UN RAYON DE 200 KM*

*Conditions en magasin.

BROSSARD Tél. : (450) 619-6777 • 9500, boul. Taschereau (coin boul. Rivard)
KIRKLAND Tél. : (514) 697-9228 • 16 975, route Transcanadienne (sortie 50 de la Transcanadienne)
LAVAL Tél. : (450) 682-2516 • 500, boul. Le Corbusier (coin boul. de la Concorde)
ROCK FOREST Tél. : (819) 562-4242 • 1 800 267-4240 • 4275, boul. Bourque (coin rue Grégoire)
SAINT-LÉONARD Tél. : (514) 254-9455 • 6700, rue Jean-Talon Est (près des Galeries d'Anjou)

GATINEAU Tél. : (819) 561-5007 • 1 877 755-2555 • 500, boul. de la Gappe (face aux Promenades de l'Outaouais)
LASALLE Tél. : (514) 364-6110 • 7272, boul. Newman (près du Carrefour Angrignon)
REPENTIGNY Tél. : (450) 470-0815 • 145, rue de Lafayette (près du boul. Brien)
SAINT-HUBERT Tél. : (450) 676-1911 • 1351, boul. des Promenades (près des Promenades Saint-Bruno)
SAINTÉ-THÉRÈSE Tél. : (450) 430-0555 • 125, boul. Desjardins Est (coin boul. Curé-Labelle)



GRAND PRIX DU TOURISME: L'AVENTURE À L'HONNEUR

Ginette Blanchette, personnalité touristique de l'année

Yannick Boursier

boursier@transcontinental.ca

Avec un total combiné de cinq prix Ovation, les entreprises Aventure Joncas et Aventure Laffèche sont les grands gagnants du 20^e gala des Grand Prix du tourisme de l'Outaouais qui se tenait samedi au Musée canadien des civilisations.

Aventure Joncas a remporté le plus de statuettes lors de cette soirée avec trois. Ils ont mérité le prix dans la catégorie Hébergement pourvoirie et le prix de la commercialisation internationale. Manon Deslauriers, employée d'Aventure Joncas, a pour sa part remporté le premier prix Ovation remis à un employé touristique, une nouvelle catégorie cette année.

Pour sa part, la compagnie Aventure Laffèche, anciennement connue sous le nom des Cavernes Laffèche, a remporté les prix Ovation dans les catégories Attraction touristique, moins de 50 000 visiteurs et Plein air et aventure.

Avec le prix de la personnalité touristique de la soirée, Ginette Blanchette du Ramada Plaza Manoir du Casino se classe aussi parmi les grands gagnants de cette soirée. La

l'Ontario et qu'elle était aussi une femme d'affaires remarquable dans la gestion du Ramada Plaza Manoir du Casino. Tous des facteurs qui ont contribué à ce choix.

«C'est la plus grande surprise de ma vie, a souligné Ginette Blanchette en recevant le prix. Pour moi, l'hôtellerie est ma plus grande passion depuis 15 ans. C'est plaisant de voir que quelqu'un reconnaît cette passion.»

Différents prix

Dans les catégories Festival ou événement touristique, le ski était en vedette puisque la Keskinada Loppet a remporté les grands honneurs pour la catégorie budget de moins de 500 000\$, alors que le Marathon canadien du ski faisait de même dans la catégorie budget de 500 000\$ et plus.

L'hébergement est la catégorie la plus importante lors des Grands Prix du Tourisme. Cette année, le Château Montebello (150 chambres et plus), l'hôtel Clarion (50 à 149 chambres), l'Auberge Viceroy (moins de 50 chambres), le Gîte Fanny et Maxime (Gîtes) et le camping l'Ange-Gardien (camping) ont mérité les Prix Ovation dans les différentes catégories.

En terme de services, le St-Estèphe (restauration-développement touris-



Ginette Blanchette, du Ramada Plaza Manoir du Casino, a reçu le prix de la personnalité touristique des mains du président de Tourisme Outaouais, Jean Thiffault, et du directeur-général du Casino du Lac Leamy, Michel Belley. Photo: Yannick Boursier

directeurs généraux de caisses Desjardins, Martin Lacasse du congrès de la Fédération des Chambres de commerce du Québec, et Nathalie Trudel du Championnat canadien des cinq quilles 2004, ont été nommés dans ce groupe.

Année record

Cette année, 40 entreprises ont posé leur candidature dans une des catégories du concours, ce qui est un record pour les Grands Prix du Tourisme de l'Outaouais. Les vainqueurs des différentes catégories représenteront l'Outaouais lors de la finale provinciale le 6 mai prochain à Québec.

Le président de Tourisme Outaouais, Jean Thiffault, a souligné que la région avait beaucoup changé depuis le premier Grands Prix du Tourisme il y a 20 ans. «Il y a eu des événements incontournables qui se sont passés, rappelle-t-il. Les gens ont appris à se connaître, à travailler ensemble.»

L'arrivée du Musée canadien des civilisations, du train Chelsea-Wakefield et du Casino, entre autres, a eu un impact

important. «Ça a amené un grand développement dans les domaines de l'hôtellerie, de la restauration et des attractions.»

Jean Thiffault souligne qu'il reste encore du travail à faire pour continuer à développer le tourisme dans la région. «La prochaine étape, c'est de réussir à travailler ensemble Ottawa et l'Outaouais pour développer notre marché touristique de concert. Il y a déjà des discussions d'amorcer.»



Aventure Joncas a remporté trois prix Ovation aux Grands Prix du Tourisme dans les catégories Hébergement-pourvoiries, commercialisation internationale et employé touristique pour Manon Deslauriers. Photo: Yannick Boursier

directrice générale de l'établissement a été récompensée pour ses efforts depuis plusieurs années à l'amélioration du milieu hôtelier en Outaouais.

«C'est une femme qui s'implique énormément dans le milieu et qui a, entre autres, été impliquée dans la création de l'Association des hôteliers de l'Outaouais», indique le président de Tourisme Outaouais, Jean Thiffault. Ce dernier a aussi souligné que Ginette Blanchette avait travaillé à créer un pont entre l'Outaouais et

tique), le Marché de l'encan M.J.T. Larose (services touristiques) et Réservation Outaouais (Transports et voyages) ont remporté les honneurs. Le prix spécial du jury a pour sa part été remis au camping Royal du Lac Argile.

Tourisme Outaouais a aussi souligné l'apport de trois ambassadeurs qui ont permis la tenue d'événements d'envergure en Outaouais. Jean Bruno du congrès de l'Association des directrices et



La compagnie Aventure Laffèche, anciennement Caverne Laffèche, est repartie avec deux prix Ovation, dans les catégories Attraction touristique, moins de 50 000 visiteurs et Plein air et aventure. Photo: Yannick Boursier

EN ESPADRILLES POUR LA SANTÉ MENTALE... SE RENOUVELLE

Les organisateurs veulent augmenter le taux de participation

Yannick Boursier

boursieri@transcontinental.ca

C'est sous le signe de la nouveauté que se tiendra la 6^e campagne de financement «En espadrilles pour la santé mentale», le 17 avril prochain à l'hippodrome d'Aylmer.

Les organisateurs ont décidé de revoir la formule pour tenter d'attirer plus de participants. Parmi les nouveautés qu'on retrouve cette année, il y a l'abolition du montant minimum requis pour participer à la marche. «On croit que cette mesure nous permettra d'attirer plus de gens, notamment les familles, qui pourront venir marcher en faisant un don de leur choix», explique le président du comité organisateur, Dan Gay.

De plus, les organisateurs feront tirer un prix de 5000 \$ parmi tous les participants qui pourra être

utilisé pour un spa, une piscine ou un équipement extérieur. Aussi, le brunch laissera sa place au premier barbecue de la saison qui se déroulera dans des tentes à l'extérieur.

Les organisateurs ont aussi fait appel à Jean-Claude Jalbert des caisses Desjardins comme président d'honneur. Ce dernier sera appuyé par un parrain d'honneur, l'auteur Guy Fournier, qui sera présent à l'hippodrome d'Aylmer lors de l'activité.

De l'animation est prévue sur le site avec notamment le groupe Châkidor, qui assurera la partie musicale. Des maquilleurs, clowns et tours de sulkey sont aussi prévus lors de la journée pour amuser les enfants.

Salle d'accueil

L'argent amassé lors de cette activité servira à la réfection de la

salle d'accueil de l'entrée principale du Centre hospitalier Pierre-Janet. «Les usagers et accompagnateurs qui se présentent au centre dans toutes sortes de situations auront droit, dans un espace en retrait, à plus d'intimité et de discrétion dans le respect de leur dignité», soutient Dan Gay.

L'objectif des organisateurs se situe davantage au niveau du nombre de participants. Ils espèrent atteindre les 1000 personnes grâce aux changements apportés. L'an dernier, plus de 800 personnes s'étaient déplacées pour prendre une marche.

En terme financier, les organisateurs espèrent attirer au moins le même nombre que l'an passé, soit plus de 60 000\$. Déjà en cinq ans, En espadrilles pour la santé mentale aura permis d'amasser plus de 300 000\$ pour divers projets au centre Pierre-Janet.



Le président du comité organisateur, Dan Gay et le président d'honneur, Jean-Claude Jalbert posent en compagnie de la mascotte de Transcontinental, Scoop. Photo: Yannick Boursier

ACTIVITÉS

AVRIL 2005

dimanche	lundi	mardi	mercredi	jeudi	vendredi	samedi
10 H À 11 H 30 Trucs coiffure avec Manon Roy, coiffeuse La coiffure évolue mais les questions restent les mêmes... comment obtenir les styles désirés... Manon vous démêle tout ça... Coût : 10 \$	CONCOURS «FIÈVRE DU PRINTEMPS» Le 24 avril 2005, nos stylistes : Manon Roy, Hôte coiffure détente, Yves Briand, Recherché concept coiffure, Stéphane Drouin, Recherché concept coiffure vous offrent la chance de gagner une «métamorphose extrême», d'une valeur de 200 \$ Technicienne en cosmétique sur place pour vous informer des nouvelles tendances. Coupon de participation disponible aux caisses. Date de sélection le 15 avril 2005.		SALLE DISPONIBLE POUR VOS ACTIVITÉS		SALLE DISPONIBLE POUR VOS ACTIVITÉS	
3	4	5	6	7	8	9
SALLE DISPONIBLE POUR VOS ACTIVITÉS	SALLE DISPONIBLE POUR VOS ACTIVITÉS	18 h 30 à 20 h 30 La symbolique des fleurs Vous avez des fleurs à offrir? Mais quelle fleur sera celle qui exprimera le mieux votre pensée, vos émotions... Coût : 10 \$ surprise	18 h 30 à 20 h 30 Foie gras et canards 1 Cuisses de canard confit, magret de canard sauce au gingembre et foie gras de canard aux pommes... Plaisir gastronomique garanti! Coût : 20 \$ incluant recettes, formation et dégustation	18 h 30 à 20 h 30 Foie gras 2 Que faut-il savoir lorsqu'on achète un foie gras, comment l'apprêter et avec quoi le servir? Coût : 20 \$ incluant recettes, formation et dégustation	5 à 7 de Weight Watchers Ces rencontres hebdomadaires vous aideront à perdre du poids	10 h à 11 h 30 Animation Art Mania Enfants de 5 à 10 ans Les enfants participent en équipe à des jeux. Tous les enfants repartent avec un sac à surprise Coût : 15 \$/enfant
10	11	12	13	14	15	16
SALLE DISPONIBLE POUR VOS ACTIVITÉS	SALLE DISPONIBLE POUR VOS ACTIVITÉS	18 h 30 à 20 h 30 Menu printemps Salade de crevettes et pamplemousse, entrée originale de concombres, escalope de volaille et tarte au citron Coût : 15 \$ incluant recettes, formation et dégustation	18 h 30 à 20 h 30 Les sauces Découvrez les bases de sauces les plus utilisées en cuisine (fumet, fond, sauce pour pâtes, sauce fromage) Coût : 15 \$ incluant recettes, formation et dégustation	18 h 30 à 20 h 30 Cuisine espagnole Au menu, les moules en salade, les boulettes de porc sauce sherry, la sauce majô et les churros Coût : 15 \$ incluant recettes, formation et dégustation	5 à 7 de Weight Watchers Ces rencontres hebdomadaires vous aideront à perdre du poids	10 h à 11 h 30 Atelier - peinture décorative sur bois Enfants de 8 à 14 ans Cet atelier s'adresse aux enfants qui ont des aptitudes en dessin Coût : 10 \$ matériel inclus
17	18	19	20	21	22	23
SALLE DISPONIBLE POUR VOS ACTIVITÉS	SALLE DISPONIBLE POUR VOS ACTIVITÉS	18 h 30 à 20 h 30 Cuisine révisée Endives et saumon fumé, poulet mariné aux herbes, bananes sucrées Coût : 15 \$ incluant recettes, formation et dégustation	18 h 30 à 20 h 30 Cuisine japonaise Le tempura, la vinaigrette, la soupe miso, le shabu et l'omelette japonaise Coût : 20 \$ incluant recettes, formation et dégustation	18 h 30 à 20 h 30 Cuisine indienne Au menu, le kheer, le kebab, le yogourt au safran et le tamar chalni Coût : 15 \$ incluant recettes, formation et dégustation	5 à 7 de Weight Watchers Ces rencontres hebdomadaires vous aideront à perdre du poids	10 h à 11 h 30 Science en folies - les acides et les bases Enfants de 7 à 10 ans Vous apprendrez ce que sont les acides et les bases et comment ils sont présents dans la vie de tous les jours Coût : 15 \$/enfant
24	25	26	27	28	29	30
SALLE DISPONIBLE POUR VOS ACTIVITÉS	SALLE DISPONIBLE POUR VOS ACTIVITÉS	18 h 30 à 20 h 30 Cuisine japonaise Le tempura, la vinaigrette, la soupe miso, le shabu et l'omelette japonaise Coût : 20 \$ incluant recettes, formation et dégustation	18 h 30 à 20 h 30 Cuisine japonaise Le tempura, la vinaigrette, la soupe miso, le shabu et l'omelette japonaise Coût : 20 \$ incluant recettes, formation et dégustation	18 h 30 à 20 h 30 Cuisine indienne Au menu, le kheer, le kebab, le yogourt au safran et le tamar chalni Coût : 15 \$ incluant recettes, formation et dégustation	5 à 7 de Weight Watchers Ces rencontres hebdomadaires vous aideront à perdre du poids	10 h à 11 h 30 Pièce de théâtre racontée, chantée et animée par François Clément et Cindy Brown Enfants de 5 à 8 ans Vous sortirez de cette aventure émerveillés Coût : 15 \$ incluant jus et collation

Tous les coûts indiqués dans le calendrier sont pour une personne. Taxes en sus. Inscription et paiement 48 heures à l'avance.

ATELIER LOBLAWS

AU 2^e ÉTAGE

C'est bon d'en savoir plus...

Activité du mois

CONCOURS «FIÈVRE DU PRINTEMPS»

4 personnes auront la chance de remporter une «métamorphose extrême»,

réalisée directement à votre atelier Loblaw's du Plateau, le dimanche 24 avril 2005.

Pour une description détaillée du contenu de nos cours, demandez notre feuillet en magasin.

RÉSERVEZ DÈS MAINTENANT à la boutique Tout un Tabac ou communiquez avec Ghislaine Bellemare votre coordonnatrice des activités de l'Atelier Loblaw's au (819) 777-2747

Le Régional
Secteur Hull-Aylmer

160, boul. de l'Hôpital, bureau 30, Gatineau (Québec) J8T 8J1
(819) 776-1063 Fax rédaction : (819) 568-7038
1-800-567-1289 Fax ventes : (819) 568-8728

Publicité Nationale : Montréal (514) 866-3111 Toronto (416) 362-4488

Deloitte

Annonces classées : 776-2121 www.info07.com

Loblaw's GATINEAU (secteur Hull) 1, BOUL. DU PLATEAU

DIRECTEUR RÉGIONAL : Jacques Blais ADJOINT-ADMINISTRATEUR : Claire Présault AGENT DE CRÉDIT : Julie Parent COMMISSAIRE DE BUREAU / RÉCEPTIONNISTE : Francine Corley	SECRÉTAIRE AUX VENTES / PRÉPOSÉE AUX VENTES / TÊLE-MARKETING : Francine Trépanier, Hélène Rochon, Laval Leblanc, Marie-Eve Pelletier, Sylvain Dupras DIRECTEUR DE L'INFORMATION / ADJOINT AU DIRECTEUR DE L'INFORMATION / JOURNALISTES : Marie-Eve Bouchard, Anick Charette, Yannick Boursier, Pascal Laplante, Patrick Voyer, Maxime Deland, Yan Proulx, Stéphanie Vermer	BUREAU DE BUCKINGHAM RÉCEPTIONNISTE : Nicole Dupont VENTES : Francine Rioux, Marlène Gostztony JOURNALISTE : Maxime Deland PRÉPOSÉE ENTRÉE DES DONNÉES PUBLICITAIRES : Michèle Legault	BUREAU DE ST-ANDRÉ-AVELLIN SECRETARE : Nathalie Gauthier VENTES : Denis Legault, François Lemery	JOURNALISTE : Yan Proulx PRÉPOSÉE ENTRÉE DES DONNÉES PUBLICITAIRES : Marie-Andrée Bérard ATELIER DIRECTEUR : Jean-Pierre Pilon ADJOINT AU DIRECTEUR : Marc Cadieux INFORMAGRAPHISTES : Carol Martin, Marc-André Martin, Patrick Larabie, Suzanne Martin, Elisabeth Machado, Eric Gauthier	IMPRESSION : Transcontinental Qualimax 130 Adrien Robert Gatineau, Qc J8Y 3S2 DISTRIBUTION : Transcontinental Publ-Sac Outaouais 189 Deveau (suite 9) Gatineau, Qc J8Z 1S7 Publié par : Médias Transcontinental S.E.N.C. www.medias-transcontinental.com Président : André Préfontaine
--	---	---	---	--	--

40 863 COPIES IMPRIMÉES

LES PAROISSES LANCENT LEUR CAMPAGNE DE FINANCEMENT

François Lessard et sa famille porte-parole de la campagne 2005

Yannick Boursier

boursieri@transcontinental.ca

Fort du succès de la campagne 2004, les paroisses du diocèse de Gatineau-Hull ont lancé ce soir leur 8e campagne combinée de financement dont l'objectif est de 1 065 000\$.

C'est 10 000\$ de plus que l'objectif de l'an passé qui avait été atteint par les paroisses. Cette année, les paroisses se sont adjoint l'ancien journaliste François Lessard, sa femme France et sa fille Nathalie, comme porte-parole de

la campagne qui se déroulera jusqu'au 17 avril prochain.

La famille Lessard avait accepté depuis longtemps d'être porte-parole de l'événement, avant même le décès du jeune Simon, qui devait faire partie de la campagne aussi. «C'est avec son accord que nous poursuivons dans notre implication, a confié François Lessard. Simon n'est pas avec nous, mais il est parmi nous tous.»

François Lessard et sa famille représente vraiment le thème de la campagne de cette année «Ma paroisse fait partie de ma famille». Tous les

membres sont impliqués dans la paroisse Notre-Dame-Du-Très-St-Rosaire depuis plusieurs années comme lecteur, servant de messe ou encore pour les groupes de Première Communion.

Cette implication est importante pour la famille qui souhaite par leur exemple inciter les citoyens à se montrer généreux. «Au cours des dernières semaines, on a eu la preuve que la paroisse fait partie de notre famille, soutient François Lessard. Nous avons pu sentir tout l'appui de la communauté et c'est réconfortant.»

En plus des services qu'offrent les paroisses et des activités qu'ils organisent, de nouveaux rôles s'ajoutent depuis quelques années. «L'enseignement religieux ne se fera plus dans les écoles, alors ce sont les paroisses qui devront prendre la relève,

indique M. Lessard. Ils ont besoin des moyens pour le faire.»

L'archevêque du diocèse de Gatineau-Hull, Mgr Roger Ébacher, a lui aussi relevé ce besoin de moyens financiers pour les paroisses. «On est dans un temps de nouveaux défis, a-t-il soutenu. Il faut se donner les moyens d'imaginer des chemins nouveaux pour rejoindre les enfants et les familles.» La campagne de financement servira donc aux paroisses à continuer les projets en place dans les différentes communautés et aussi à en lancer d'autres pour répondre à ces nouveaux besoins.

Mgr Ébacher croit que la population se montrera une fois de plus très généreuse à l'endroit des paroisses. «Les gens reconnaissent le soutien important des paroisses, explique-t-il. Quand on fait appel à eux, ils connaissent nos besoins et ils participent.»



La famille Lessard, composée de Nathalie, France et François, sont les porte-parole de la campagne de financement des paroisses. Photo: Yannick Boursier

Vous êtes en bonnes mains

HULL



Rahmani Ahimmi
771-0123



Jacques Dubeau
771-0123



Sylvain Chénard
771-0123



Lyne Vaillant
595-3500



Isabelle Arpin
771-0123

GATINEAU



Robert Gonella
246-0123



Jean-Claude Boudreau
246-3243



Lynn Grégoire
246-3243

Les nôtres.

Notre engagement envers vous :

- Attention personnelle
- Les meilleures solutions pour répondre à vos besoins
- Service jour et nuit pour les sinistres et le service à la clientèle
- Polices personnalisées automobile, propriétaire occupant/copropriétaire et locataire, vie, hypothèque, voyage
- Économies importantes grâce aux rabais Avantage d'Allstate

Appelez-nous aujourd'hui pour avoir plus de détails sur l'avantage Allstate.



Allstate

Vous êtes en bonnes mains.

Allstate du Canada, compagnie d'assurance
Allstate, compagnie d'assurance Cabinet de services financiers

0963005-073112



L'ACHAPPELLE

PONTIAC, BUICK, GMC

900, boulevard St-Joseph, Gatineau (secteur Hull) ... **Tout** simplement !
www.lachapellepontiac.com

Achat spécial directement de l'encan
(819) 778-3111

Sunfire SLX 2004

Automatique, climatiseur, groupe élect.

À partir de **89,50\$***

aux 2 sem.



«Bas kilométrage»

Grand AM 2004

V6, automatique, climatiseur, groupe élect.

À partir de **113,17\$***

aux 2 sem.



«Bas kilométrage»

Alero 2004

V6, Automatique, climatiseur, groupe élect.

À partir de **113,17\$***

aux 2 sem.



«Bas kilométrage»

GMC Sierra, 4X4, SLE, 2004

Cabine allongée, tout équipé, groupe élect., V8 (5.3 litres)

239,43\$*

aux 2 sem.



«Bas kilométrage»

(* S.A.C., plan achat 156 versements aux 2 semaines. Plus taxes, préparation incluse.)



**LA CAGE
AUX SPORTS
HULL**

UNE OFFRE EN SP **OR** T DE LA CAGE AUX SPORTS DE HULL!

Vous êtes responsable d'une équipe sportive adulte de la région?

(ligue organisée, ligue de garage, loisirs, association, club ou tournoi)

Nous avons une promotion faite sur mesure pour vous!

COMMUNIQUEZ AVEC LUC DU MARDI AU SAMEDI APRÈS 16 H • **771-2243** 7, RUE MONTCLAIR, GATINEAU (SECTEUR HULL)

QUATRE JEUNES DE L'OUTAOUAIS À L'ASSAUT DE LA DICTÉE PGL

Ils représenteront la région lors de la finale, le 21 mai à Montréal

Yannick Boursier

boursieri@transcontinental.ca

En remportant la finale régionale, samedi, Aimée Begley dans la catégorie immersion, de même que Gabrielle Caron, Danielle Gagnon et Simon Roy ont obtenu leur qualification pour la finale de la Dictée PGL qui se tiendra à Montréal le 21 mai prochain.

En tout, 42 jeunes de partout en Outaouais s'étaient donnés rendez-vous pour la finale régionale. En remportant la palme, les quatre jeunes élèves du primaire se sont classés parmi les 100 finalistes de cette finale qui regroupera des jeunes de partout au Canada, des États-Unis et aussi du Sénégal.

La compétition aura été chaudement disputée, selon les organisateurs. «Le défi était assez grand, a soutenu Lise Olivier, membre du jury. Il y avait quelques pièges dans la dictée, mais plusieurs d'entre vous ont réussi à les trouver.»

Les organisateurs ne pouvaient toutefois pas dévoiler les résultats des élèves, puisque seuls les parents pourront en faire la demande auprès de la Fondation Paul-Guérin-Lajoie. «On peut dire cependant que 23 des 42 participants ont fait cinq fautes ou moins, ce qui est très bon», a ajouté Mme Olivier.

Les quatre jeunes participants ont

avoué qu'ils avaient bien aimé la dictée. Ils l'ont trouvée assez facile, mais ils ont eu plus de difficultés avec les phrases de départage, qui servent à faire un choix entre les élèves ayant le même nombre de fautes.

Trois des participants en seront à leur première finale régionale. Pour Danielle Gagnon de l'école de l'Envolée, ce sera toutefois une deuxième expérience. «Je m'y attendais un peu, mais je ne voulais pas me mettre trop de pression, affirme-t-elle. Juste me rendre à nouveau à la finale je suis contente.»

Gabrielle Gagnon de l'école du Vieux-Verger avoue aussi qu'elle s'attendait à être en mesure de se classer. «Je m'y attendais un peu, mais je savais qu'il y avait d'autres bonnes personnes, souligne-t-elle. Juste le fait de pouvoir participer à la finale, c'est beaucoup. Je ne veux pas me mettre d'objectif.»

Simon Roy de l'école du Grand-Boisé était lui aussi heureux de sa qualification. Il demeure serein face à sa

participation à la grande finale. «Je fais ça pas mal pour m'amuser», confie-t-il.

Dans la catégorie immersion, Aimée Begley de l'école Pierre-Elliott-Trudeau, sait déjà qu'elle sera très nerveuse lors de sa participation. «J'étais très nerveuse ici, alors je crois que ça va

être encore plus stressant là-bas.»

Catherine Guérin-Lajoie de la Fondation PGL a félicité tous les participants à la finale régionale et les a invités à continuer. «Vous êtes de bons exemples pour vos camarades, a-t-elle indiqué. Vos succès sont une inspiration pour les autres élèves.»



Les jeunes Aimée Begley, Gabrielle Caron, Danielle Gagnon et Simon Roy représenteront l'Outaouais lors de la finale de la dictée PGL à Montréal le 21 mai prochain.

Photo: Yannick Boursier

RESCOM



DEVELOPMENTS

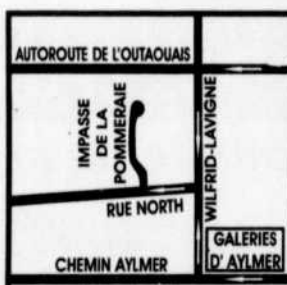
**LUXUEUX
CONDOMINIUM**
2 CHAMBRES À COUCHER

Domaine de la Pommeraiie

À PARTIR DE
134 900\$
618\$/mois
Taxes et notaire
inclus / S.A.C

Visite libre
Lundi au
vendredi
sur rendez-vous

Samedi -
dimanche
13h00 à 17h00

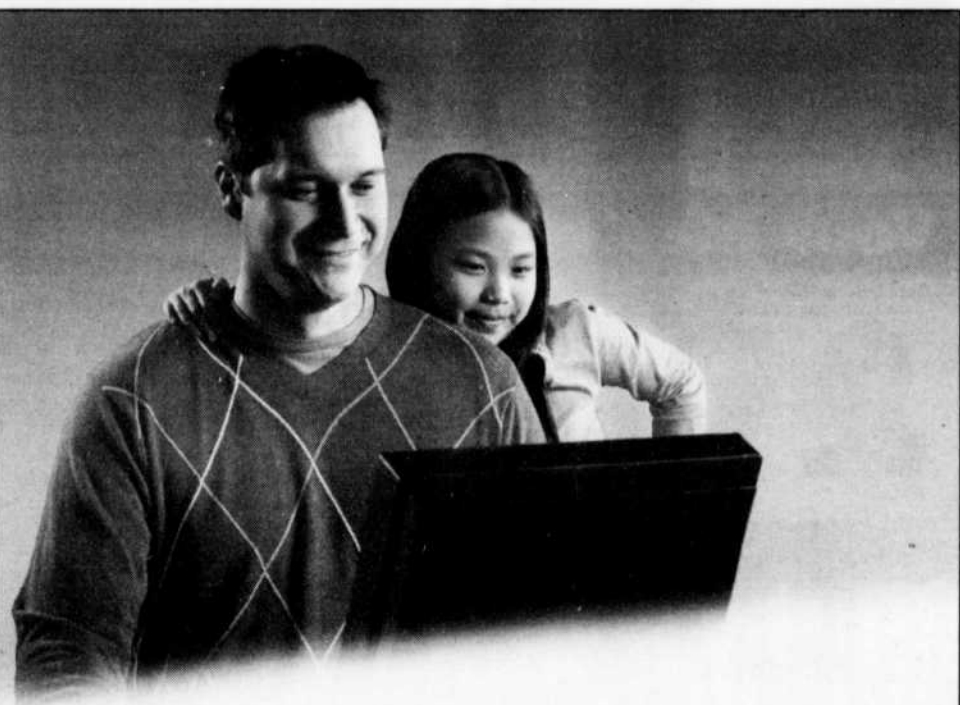


Promotion
2e stationnement
GRATUIT
Valeur 5000\$

(819) 770-6446

Bureau de vente
situé au
65-3, impasse de la Pommeraiie,
Aylmer

www.domainedelapommeraiie.com



Pointez, cliquez, le tour est joué!

Visitez dès maintenant le site de l'Agence du revenu du Canada et trouvez toutes les réponses à vos questions sur l'impôt.

arc.gc.ca



Agence du revenu
du Canada

Canada Revenue
Agency

Canada

IMPÉRATIF FRANÇAIS REMET SES PRIX LYSE-DANIELS

Yannick Boursier
boursier@transcontinental.ca

Germain Boulianne, Canadien Parents For French, Monique Bisson et le dépanneur Sylvestre sont les récipiendaires 2005 des prix Lyses-Daniels remis annuellement par l'organisme Impératif Français.

L'organisme veut souligner, par cette remise de prix, le travail de personnes ou d'organismes contribuant à la promotion ou à la défense de la langue française et de la culture d'expression française.

Germain Boulianne, champion mondial de scrabble francophone, a remporté ce prix au niveau international. Ce dernier a développé une maîtrise du vocabulaire français et contribue au rayon-

nement du français en participant à différentes compétitions.

Malgré son nom anglophone, Canadien Parents For French, a reçu le prix Lyse-Daniels au niveau national. Il s'agit d'un organisme dont le mandat est de promouvoir et de créer des occasions d'apprentissage du français pour les jeunes Canadiens.

Régionalement, Impératif Français a souligné le travail de deux lauréats. D'abord celui de Monique Bisson, linguiste à l'Office québécois de la langue française. L'organisme veut ainsi reconnaître sa contribution au rayonnement et au respect de la langue française dans un travail qui demande à la fois diplomatie et fermeté.

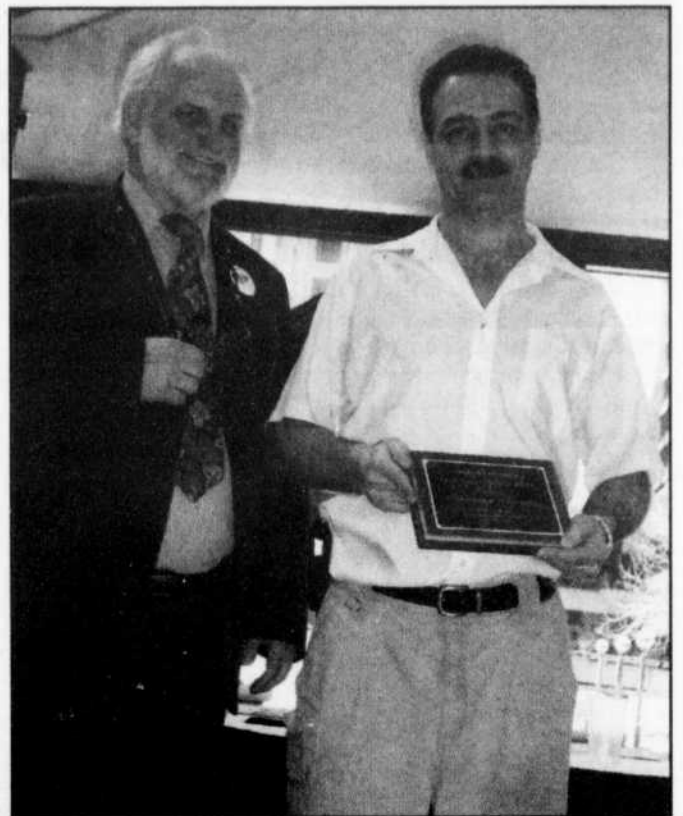
Le quatrième prix a été remis à la Coopérative de solidarité du dépanneur Sylvestre, dans le

secteur Hull. Cette coopérative offre une programmation culturelle où les artistes francophones sont à l'honneur.

Prix Gaston-Lallement

Impératif Français a aussi profité de cette activité pour remettre ses prix de la relève Gaston-Lallement. Ces prix sont remis à des élèves de la région qui ont participé au concours de poésie «Le français, il y a longtemps que je t'aime...».

Les lauréats 2005 sont Gabrielle Thompson, Anaïs Elboujdaini, Lucie Tremblay, Jade Lanoue, Xavier Deschênes-Phillion, Sophie Gauthier, Véronique Desjardins, Marianne Mathis, Cloé Varin Dumoulin, Maxime Scott, Émilie Béland-Lupien, Michel Angel Mendoza Brand et Sandra Aoun Abou-Tanos.



François Gravel, du dépanneur Sylvestre, est un des récipiendaires du prix Lyse-Daniels au niveau régional. Il a reçu son prix des mains du président d'Impératif Français, Jean-Paul Perreault.

Photo: Yannick Boursier

Voici nos délicieuses petites côtes levées barbecue

Servi avec toutes les garnitures, bien entendu

Superbe salade verte, petits pains chauds de notre boulangerie, choix de grosses frites croustillantes, pomme de terre au four réclamant sa crème sure ou purée à l'ail, légumes du jour et plus. Venez vous régaler.

Petites côtes
levées barbecue
14.95\$
avec toutes
ses garnitures

Le spécial est en
vigence jusqu'au
29 mars 2005

Salles de banquets
et de réunions
capacité de 200 invités.

777-7538 poste 633
Communiquez avec
Marie-Josée Boyd

LA BIFTEQUE

La plus grande maison du bifteck en ville

Là où la convivialité est au rendez-vous

GATINEAU
75, rue Edmonton
(Secteur Hull)
819.777.3727

(face au Casino du Lac Lemay)

Les rendez-vous «LUNCH»

incluant soupe ou salade et dessert

à partir de
\$6.95

RAMADA
PLAZA HOTEL
LEMANOIR
CASINO

PRÈS DE 32 000 VISITEURS AU 26^e SALON DU LIVRE DE L'OUTAOUAIS

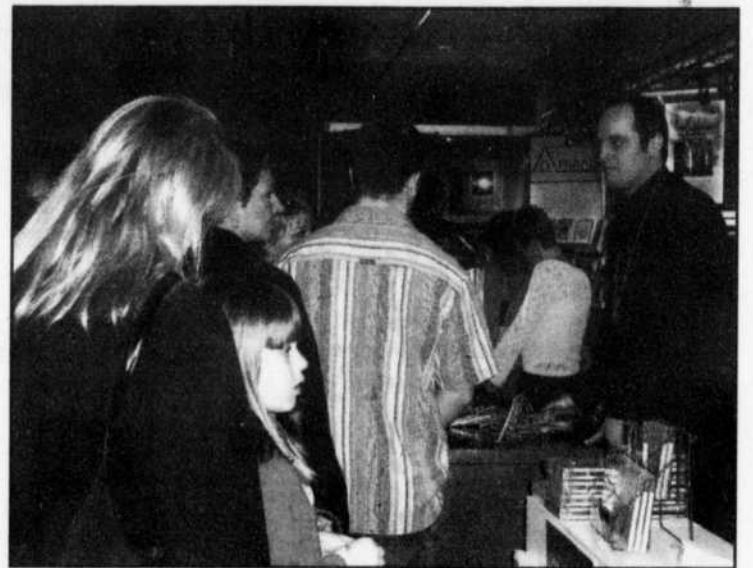
La directrice générale, Stéphanie Éthier, a annoncé que 31 953 visiteurs ont déambulé dans les allées du Salon du livre de l'Outaouais, le week-end dernier, et ce, malgré le congé scolaire ontarien et le grand nombre d'activités culturelles qui étaient au programme dans notre région cette fin de semaine.

Lors de la cérémonie, Mme Ethier a profité de l'occasion pour souligner l'extraordinaire implication de la présidente d'honneur, Lucie Pagé, ainsi que celle des cinq invités d'honneur qui furent d'incroyables ambas-

sadeurs de l'événement. Elles ont également remercié la population outaouaise pour sa fidélité au Salon du livre de l'Outaouais depuis 26 ans et souligné le travail exceptionnel des quelque 220 bénévoles qui, chaque année, assurent le succès de cette grande fête du livre.

Cette année, le Salon a été l'hôte de 650 maisons d'édition, réparties dans 228 stands. De plus, 325 auteurs ont répondu à l'invitation des organisateurs du 26^e Salon du livre de l'Outaouais pour présenter leurs écrits aux visiteurs, rencontrer leurs lecteurs et participer à la centaine d'animations qui se sont déroulées sur les différentes scènes du Salon.

En plus de proposer au public les traditionnels ateliers scolaires, tables rondes et entrevues, l'équipe de programmation a élaboré un large éventail d'activités autour du thème du 26^e Salon, De la plume à l'écran. Le Salon sera de retour du 23 au 26 mars 2006 avec un nouveau thème.



Les visiteurs étaient encore au rendez-vous lors du 26^e Salon du livre de l'Outaouais qui s'est déroulé du 16 au 20 mars au Palais des Congrès. Si tout va comme prévu, cette édition pourrait être la dernière à se dérouler au Palais des Congrès puisque le Salon est supposé déménager ses pénates à la Fonderie. Photo : Marie-Eve Bouchard

Par ailleurs, la 26^e édition du Salon du livre de l'Outaouais s'est terminée sur une note surprenante alors que la présidente du conseil d'administration de l'organisme, Estelle Desfossés, annonçait lors de la cérémonie de clôture sa décision de quitter, en juin prochain, la fonction qu'elle occupe depuis 5 ans au sein du conseil d'administration.

Une nouvelle qui en a surpris plusieurs, car Mme Desfossés oeuvrait bénévolement au Salon du livre depuis 23 ans.

Tout commence par la confiance



Marie-Josée Drouin, Sylvain Marcotte et Monique Madore, agents en assurance de dommages.

APPELEZ-NOUS !
(819) 561-7775

Gatineau - 200, boul. Gréber

ASSURANCE :

- ENTREPRISES
- HABITATION
- AUTOMOBILE
- AGRICOLE

Promutuel L'Outaouais, société mutuelle d'assurance générale est un cabinet en assurance de dommages et en services financiers.

1603005-140190



LE VILLAGE PLACE Cartier

Le vendredi 25 mars, venez profiter des

SPÉCIAUX SURPRISES DU VENDREDI SAINT

offerts par les marchands*

LE VILLAGE PLACE Cartier

*Les rabais varient selon les marchands. Voici quelques exemples de spéciaux...

70% DE RABAIS

OU
NOUS PAYONS LES TAXES

OU
OBTENEZ DES
CARTES PRIVILÈGES

GRATUITEMENT

Renseignez-vous auprès des marchands participants.

425, BOUL. ST-JOSEPH
(secteur Hull)

LE VILLAGE
PLACE
Cartier

La Maison du Chocolat

Venez participer à nos nombreux tirages



les chocolats
Giacomo

Lapin géant



Vélo style chopper



Le Four

2 certificats-cadeaux de 50 \$



1 gros écureuil sans sucre

Véhicules
Récréatifs
de l'Outaouais

Chaise (La Fuma) + poêle
portatif (Butane)

3 télévisions/radio portatives

NOUVEAU

CHOCOLAT BELGE
SANS SUCRE



PARFAIT POUR DIABÉTIQUES

BON DE PARTICIPATION

Nom _____
Adresse _____
Tél. _____

Voisin de :
Le Marché du Store
face aux Promenades de l'Outaouais
568-2626 (COCO)

MAINTENANT OUVERT



La **NOUVELLE** Pépinière!



NOUVELLE
ADMINISTRATION ET
NOUVEL AMÉNAGEMENT
INTÉRIEUR

C'EST BIENTÔT LE TEMPS D'APPLI-
QUER VOTRE HUILE DE DORMANCE
POUR ARBRES FRUITERS - 500 ML

9⁹⁹\$
CH.

TOURNESOL NOIR
18 kg

13⁹⁵\$

TERREAU UNIVERSEL
50 LITRES

4⁹⁵\$

FUMIER DE
MOUTON 20 kg

4/10\$

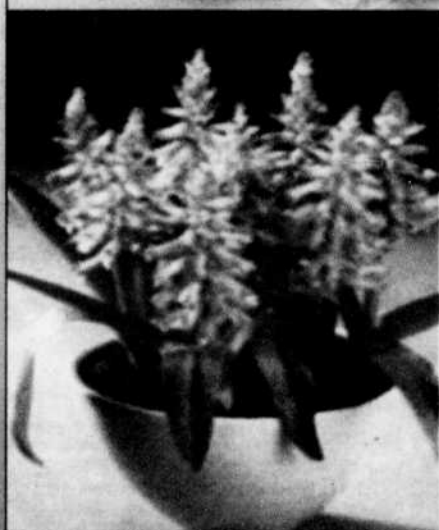
PROMIX COMPRESSÉ
3.8 pi.cu. BX professionnel

18⁹⁵\$
CH.

L'OISEAU SAUVAGE
18 kg

12⁹⁵\$

Les grandes vedettes de Pâques!



Les départements de fruits et légumes et charcuterie
seront ouverts sous peu

600, boul. Maloney Est, Gatineau Tél. : (319) 663-1331 Fax: 663-5552

OUVERT 7 JOURS SUR 7 dès 8 h (Entre boul. Labrosse et Lorrain)

LA CONSTRUCTION VA BIEN, MALGRÉ UNE LÉGÈRE BAISSÉ

Pascal Laplante

laplantep@transcontinental.ca

Les activités de construction devraient être en baisse de 7% au cours de la présente année, mais les travaux sur les chantiers seront en effervescence, selon la Commission de la construction du Québec (CCQ).

À l'inverse, les bassins d'ouvriers seront ouverts, ce qui ouvre la porte à des postes pour des travailleurs de la région. Plus de gens entreront dans le marché du travail dans la construction et même que l'avenir promet encore plus de débouchés.

En 2004, ce sont 5400 travailleurs qui ont été actifs sur les chantiers. Pour 2005, on attend près de 450 travailleurs détenteurs d'un certificat de compétence de la région de plus: «Le nombre de diplômés n'est pas suffisant pour répondre à la demande du vieillissement de la population», souligne le directeur régional du CCQ, Guy Lefèvre.

Depuis cinq ans, les bassins de main-d'oeuvre sont ouverts afin de combler la demande grandissante. Le répit des activités donne une légère pause au domaine de la construction,

mais les heures de travail sont considérables (4 millions \$). L'organisme s'attend à 15% d'heures travaillées de plus.

Le document des perspectives de 2005 de la CCQ indique que le secteur du génie civil et de la voirie devrait afficher une bonne croissance après une très bonne progression en 2004, soit de 30%. Les secteurs qui verront une diminution seront ceux de la construction industrielle, résidentielle ainsi que résidentiel et commercial.

Le nombre peu élevé de diplômation pourrait jouer un tour. Au Québec, seulement 100 finissants sur les 700 de la province proviennent de l'Outaouais alors que le champ d'activités de la construction est l'un des plus élevés au Québec.

«Nous n'avons pas de problèmes en raison de la légère baisse et le bassin

de main-d'oeuvre actuel nous sert de soupape, explique M. Lefèvre. Mais c'est certain que dans l'avenir, il faudra attirer un plus grand nombre de jeunes à s'inscrire au centre de formation professionnelle.

La Commission de la construction du Québec doit recueillir mensuellement toutes les heures travaillées auprès des employeurs de l'industrie de la construction. L'organisme veille à l'application des conventions collectives, l'administration des régimes d'avantages sociaux et de mettre des mesures pour l'organisation de la formation professionnelle des travailleurs de l'industrie.

FAITES DE LA VOILE!
Rivière des Outaouais & Baie Georgienne
Session d'information gratuite :
Diaporama, kiosques, tirages.
Mardi 5 avril - Français 19 h, anglais 20 h 15
Centre Ernest Lattion, 30 rue Court, Aylmer
www.cnbq.org 860-2624



Assurance automobile

LLLL
LLLL
LLLL
LLLL
GROUPE LYRAS
ASSURANCE ET SERVICES FINANCIERS

**LE GROUPE LYRAS,
C'EST LE PLUS GRAND!**
PLUS DE 40 000 CLIENTS SATISFAITS

- Les prix les plus avantageux sur le marché
- Services d'assistance routière*
- Prime garantie pendant 2 ans*

Courez la chance
de gagner un
certificat-voiture
d'une valeur de
3 000 \$

Pour une soumission attentionnée,
1 888 GO LYRAS
(1 888 465-9727)

du lundi au vendredi, de 8 h 30 à 21 h.
www.groupe.lyras.com

492, boul. de l'Hôpital
Gatineau

* Disponibles auprès de certains assureurs, certaines conditions s'appliquent.
Règlements du concours disponibles à nos bureaux.

Info07.com

Des nouvelles d'ici au quotidien

GENS DE MÉTIERS

ESPACE DISPONIBLE	Piscine
	PISCINE G.B. Kit creusée 5499\$ www.piscinegb.com Gaétan 663-4357

Rénovation M. Rainville Résidentiel / Commercial Intérieur / Extérieur MEMBRE A.P.C.H.Q. R.B.Q. #8113-0502-00 923-0213 243-9736	Rénovation BOB FAIT TOUT INC. Service d'hommes à tout faire, rénovation, toitures, nettoyage de sous-sol, garage et plus 246-8221
--	--

Plomberie

Les Services
de Plomberie
Sylvain

Réparation
- Rénovation de plomberie
- Nettoyage d'égouts
Licencié APCHQ
RBQ CMTQ
Cell. : (819) 328-3670
Pag. : (613) 231-1543

Rénovation

**SOUS-SOL, CUISINE, SALLE DE
BAIN, TRAVAUX D'ASSURANCE,
RÉNOVATIONS DE TOUT GENRE.**
M.G. RÉNOVATIONS
Division de 4024982 Canada Inc.
RBQ 8282-5324-03
(819) 243-3518 Bureau (613) 858-5990



C'EST LA FIESTANNIVERSAIRE AU COMPLEXE LAC-LEAMY!

Du 16 au 24 mars, venez faire un tour au Lac!

Le Casino du Lac-Leamy fête ses 9 ans dans une ambiance «caliente»:

- Démonstrations de danses latines et musiciens latinos sur place
- Cuisine typique dans nos restaurants
- À ne pas manquer: spectacle d'André-Philippe Gagnon du 18 au 20 mars
- Ambiance éclatée, cadeaux-surprises et plusieurs prix à gagner!

Programme des
activités disponible
au Casino du
Lac-Leamy

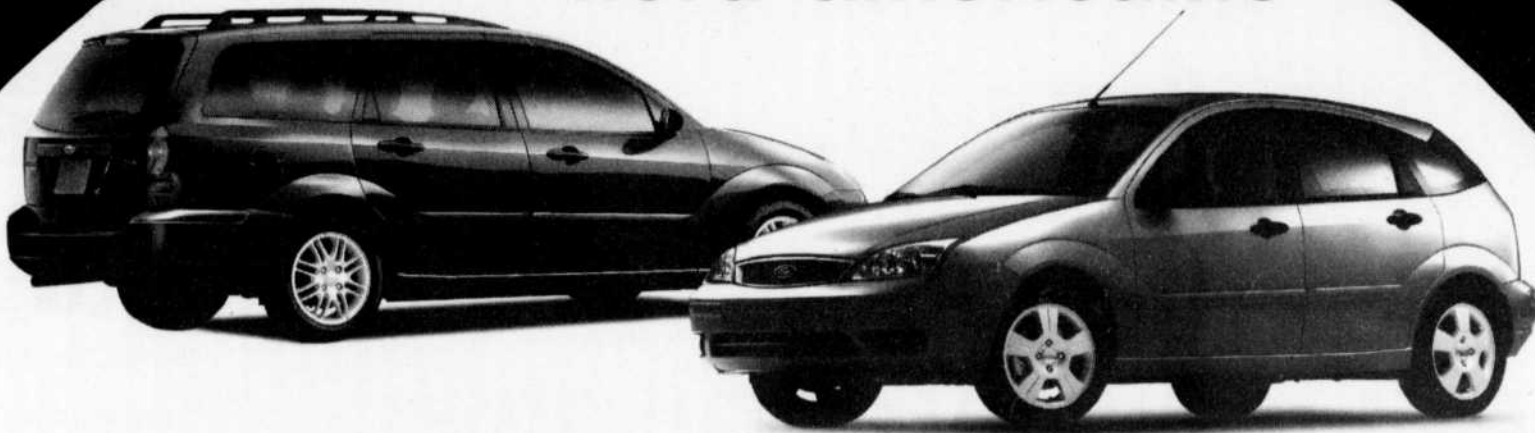
(819) 772-2100
www.casino-du-lac-leamy.com

LAC-LEAMY
CASINO - HOTEL - THÉÂTRE - RESTAURANTS - BARS
BOUTIQUES - CENTRE DE CONGRÈS - SPA

européenne

et

nord-américaine



Avec son moteur nerveux, sa suspension précise et directe, sa conception raffinée et son excellente tenue de route, la Focus 2005 est une européenne à part entière...

... **et** une véritable nord-américaine qui allie confort et sécurité, en plus d'offrir différents modèles pour différents styles de vie. Sans oublier son prix abordable, totalement nord-américain.

ford focus ZXW SE 2005

229 \$/mois, location 36 mois*

Mise de fonds de 2 595 \$

Transport et plein d'essence inclus

- Moteur Duratec de 2 L développant 136 chevaux
- Chauffe-moteur
- Verrouillage des portes à commande électrique
- Entrée sans clé à télécommande
- Radio AM/FM stéréo avec lecteur laser
- Climatisation

Incluant l'ensemble édition hiver :



RÉTROVISEURS CHAUFFANTS
SIÈGES AVANT CHAUFFANTS

ford focus ZX5 SES 2005

229 \$/mois, location 36 mois*

Mise de fonds de 2 595 \$

Transport et plein d'essence inclus

- Moteur Duratec de 2 L développant 136 chevaux
- Chauffe-moteur
- Radio AM/FM stéréo avec lecteur laser
- Climatisation
- Jantes de 16 po en alliage
- Appuie-tête aux sièges arrière
- Commandes audio auxiliaires sur colonne de direction
- Programmeur de vitesse
- Volant réglable/télescopique
- Glaces et verrouillage des portes à commande électrique
- Rétroviseurs à réglage électrique

Incluant l'ensemble édition hiver plus :



ANTIPATINAGE À TOUTES LES VITESSES
RÉTROVISEURS CHAUFFANTS
SIÈGES AVANT CHAUFFANTS
FREINS ANTIBLOCADE AUX 4 ROUES

La Focus 2005 s'est classée parmi les trois premières dans le segment des voitures compactes selon *LE GUIDE DE L'AUTO 2005*.

ford.ca



Bien pensé



Photos à titre indicatif seulement. *Dépôt de sécurité (Focus ZX5 SES : 275 \$; ZXW SE : 275 \$), mise de fonds (ZX5 SES : 2 595 \$; ZXW SE : 2 595 \$) et première mensualité exigés à la livraison. Des frais de 0,08 \$ du kilomètre après 60 000 kilomètres et d'autres conditions s'appliquent. Ces offres s'appliquent à des particuliers sur approbation de crédit de Crédit Ford. Immatriculation, assurances, taxes et frais d'inscription au Registre des droits personnels et réels mobiliers en sus. Les mensualités annoncées incluent une remise taxable du constructeur de 1 000 \$. Les taxes sont calculées sur le plein prix de location avant la déduction de la remise. Frais de transport et premier plein d'essence inclus. Ces offres ne peuvent être jumelées à aucune autre offre en vigueur, à l'exception de la remise aux diplômés à laquelle certaines conditions s'appliquent. Ces offres d'une durée limitée s'appliquent uniquement aux véhicules neufs en stock et peuvent être annulées en tout temps sans préavis. Votre conseiller Ford peut louer moins cher. Consultez votre conseiller Ford pour obtenir tous les détails.

200505-051632

UN PLAN POUR DÉVELOPPER LES TERRAINS DE LA CCN

Un projet à long terme axé principalement sur la culture

Yannick Boursier

boursier@transcontinental.ca

Avec son plan de secteur du Coeur de la capitale du Canada, la Commission de la capitale nationale (CCN) prévoit un développement important de ses terrains des deux côtés de la rivière au cours des prochaines années.

Ce plan est une ébauche des projets que la CCN pourrait créer au cours des prochaines années qui sera présenté aux citoyens lors d'une rencontre le mercredi 30 mars, à 17h30, à l'hôtel Four Points par Sheraton.

Du côté de Gatineau, la CCN a

établi certaines aires de développement principales, notamment le secteur du Ruisseau de la Brasserie. L'organisme aimerait en faire un centre des arts, avec des commerces spécialisés et des spectacles extérieurs. La CCN aimerait aussi ajouter une oeuvre aquatique ou artistique de grande envergure.

Le centre-ville de Gatineau serait aussi une aire de projets pour la CCN qui aimerait en faire une porte d'entrée de la francophonie. Encore une fois les arts seraient à l'honneur sur les différentes artères avec des petites scènes et des expositions présentées dans les espaces publics. Ce projet permettrait d'élaborer des

itinéraires à pied pour visiter ce secteur de la ville.

Du côté du parc Jacques-Cartier, la CCN prévoit augmenter l'utilisation du parc avec des spectacles, une marina améliorée et possiblement d'autres oeuvres d'art. Le but de la CCN est d'inciter les visiteurs à se rendre au parc Jacques-Cartier plus souvent, alors qu'il est présentement utilisé principalement lors des grands événements.

Partenariat

Outre ses projets spécifiques touchant des zones de Gatineau, la CCN a aussi dressé une liste de projets plus généraux touchant le

développement de ses terrains. Il est question, entre autres, d'améliorer les liens sur les sentiers récréatifs par exemple. «Nous avons une capitale qui peut se visiter à pied, il faut aider ça», souligne Mary Taylor.

Ces projets sont souvent à long terme et plusieurs demanderont des partenariats avec d'autres organismes ou municipalités. La CCN joue le rôle de leader sur certains de ces terrains, principalement ceux sur le bord de la rivière, mais n'est que partenaire dans plusieurs autres, comme dans le cas de la Promenade du Portage. Dans certains cas, la CCN ne joue même qu'un rôle de support, dans le secteur du Ruisseau de la Brasserie et du Vieux-Hull notamment. L'organisme devra donc s'entendre avec ses partenaires pour développer ces projets.



Entrez

au

www.loto-quebec.com

et postulez maintenant en ligne!



Loto-Québec et ses filiales

Société des loteries vidéo du Québec
Société des casinos du Québec
Casino de Montréal
Casino de Charlevoix
Casino du Lac-Leamy
Hôtel Hilton Lac-Leamy
Société des bingos du Québec
Ingenio



Visitez la section Carrières de notre site Web.

Une vie saine et le
conseil de la semaine du



GUIDE D'ACHAT:

La coriandre

(cilantro, persil chinois, dhanya)

Faites un bon choix

Choisir de la coriandre avec des feuilles à apparence fraîche et des tiges minces. Délaisser les feuilles flétries et meurtries qui ont des taches foncées.

Manipulez avec soin

En plaçant le bout des racines dans un verre d'eau, la coriandre se conserve jusqu'à 3 jours au réfrigérateur. Avant d'utiliser, laver, assécher et enlever les tiges. On peut aussi hacher une quantité supplémentaire pour la congélation.

Savourez le goût

Utiliser la coriandre (telle quelle ou hachée fin) comme garniture pour bien savourer son goût rappelant à la fois la sauge et le citron. Remplacer la coriandre séchée avec trois fois plus de coriandre fraîche. Profiter de sa pleine saveur délicate en l'ajoutant en fin de cuisson. La coriandre fraîche est délicate dans de multiples préparations; salsa, trempette «guacamole», potages, chili, sauces, vinaigrettes, sandwiches, mets sautés, plats au cari, taboulé et mets de poisson, de poulet et de riz.

Bonne journée fructueuse!

Si vous désirez d'autres renseignements, parlez au gérant ou communiquez avec moi au :
rmeltzer@marketfresh.com

Randy Meltzer,
Dt. P. Nutritionniste corporative

www.marchefrais.com

ÉVÉNEMENT

Honda
LA ROUTE VOUS ATTEND



À l'achat
**0 versement
avant 90 jours**

CR-V LX
2005

Prix de location

288\$*

par mois/48 mois

0\$

dépôt de sécurité

Incluant
**96 000 km • Option 0\$
comptant disponible**

Transport et préparation inclus en location seulement



CR-V EX
illustré



Odyssey EX-L
illustrée

Véhicule utilitaire de l'année - AJAC

Odyssey
LX 2005

Prix de location

338\$*

par mois/48 mois

0\$

dépôt de sécurité

Incluant
**96 000 km • Option 0\$
comptant disponible**

Transport et préparation inclus en location seulement

Pilot LX
2005

Prix de location

448\$*

par mois/48 mois

0\$

dépôt de sécurité

Incluant
**96 000 km • Option 0\$
comptant disponible**

Transport et préparation inclus en location seulement



Pilot LX
illustré



Tous les véhicules Honda sont livrés avec un réservoir plein.

L'ASSOCIATION DES CONCESSIONNAIRES HONDA DU QUÉBEC



POUR OBTENIR L'ADRESSE D'UN CONCESSIONNAIRE PRÈS DE CHEZ VOUS, VISITEZ LE www.honda.ca OU COMPOSEZ LE 1 888 9-HONDA-9.

*Les offres de location-bail sont faites par Honda Canada Finance Inc., sur acceptation du crédit. Ces offres portent sur les véhicules neufs 2005 mentionnés ci-après. Période de location 48 mois. Première mensualité exigible. Pour chaque véhicule, sont identifiés : a) le paiement mensuel, b) le montant initial requis ou échange équivalent, c) le montant total au terme de la location. Odyssey LX (modèle RL3825E) : a) 338\$, b) 6 972\$, c) 23 196\$; Pilot LX (modèle YF1815E) : a) 448\$, b) 5 460\$, c) 26 964\$; CR-V LX (modèle RD7755E) : a) 288\$, b) 4 737\$, c) 18 561\$. Programme 0\$ comptant également offert. Franchise de kilométrage de 96 000 km; frais de 0,12\$ le kilomètre excédentaire. Transport et préparation inclus en location seulement. Frais de publication, taxes, immatriculation, assurance et frais d'administration en sus. Option d'achat au terme de la location moyennant un supplément. Le prix de location des concessionnaires peut être inférieur. Offre d'une durée limitée. Voyez votre concessionnaire pour plus de détails. Photos à titre indicatif.

Protection du patrimoine

Certains travailleurs autonomes de la région sont extrêmement vulnérables

De nombreux travailleurs autonomes et propriétaires de PME ont de la difficulté à distinguer les biens de leur entreprise de ceux qui leur appartiennent personnellement et qui font peut-être partie du patrimoine familial.

Plusieurs fondateurs de sociétés aujourd'hui florissantes dans la région racontent comment ils ont hypothéqué leur propre maison pour financer, à leurs débuts en affaires, leur développement commercial ou industriel. Certains vont même jusqu'à offrir leur REER et celui de leur conjoint en garantie auprès de leur banquier. Et ces personnes sont souvent des gens âgés de plus de 40 ans qui ont amassé laborieusement leur pécule au fil des années.

Les notaires de la région tiennent à avertir ces travailleurs autonomes que ces chassés-croisés entre leurs différents patrimoines les rendent extrêmement vulnérables en cas de difficultés financières, d'un accident, de maladie ou encore de poursuite en responsabilité professionnelle. Si la perte d'un important contrat entraîne de lourdes conséquences sur le plan personnel ou que le divorce du président affecte ses collaborateurs, il y a matière à s'interroger sérieusement.

Un certain nombre de mesures peuvent vous être suggérées par votre notaire pour séparer votre patrimoine personnel de votre actif d'entreprise.

La première recommandation de votre notaire sera l'établissement d'un bilan patrimonial, document qui recense les éléments d'actif et de passif de l'entreprise. Cette liste vise un double objectif : elle sert autant comme outil de référence lors de la planification testamentaire et successorale de l'entrepreneur qu'à guider ses proches en cas d'incapacité ou de décès.

Plus qu'une simple collecte de renseignements, ce bilan patrimonial favorise une réflexion poussée sur la protection dont jouit l'entreprise pour survivre en cas de difficultés importantes.

Les notaires ont aussi deux autres mesures clés à proposer : la rédaction d'un testament qui constitue la démarche la plus structurée pour transmettre son patrimoine et celui de son entreprise, tout en réduisant l'impôt payable au décès, et le mandat en cas d'incapacité qui prévoit le scénario qui prévaudra au sein de l'entreprise dans l'éventualité d'une dégradation majeure de votre état de santé.

Au cours des dernières décennies, les mesures de protection contre les aléas survenant dans le cours normal des affaires des entreprises se sont raffinées. En tant qu'experts en protection du patrimoine, les notaires connaissent bien ces mesures et peuvent vous suggérer les plus pertinentes.

230305-051583

LA PROTECTION DE VOTRE PATRIMOINE,

les notaires de l'Outaouais en font leur affaire!

230305-051621



Les femmes, occupez-vous de vos affaires.

« Vivez-vous en union libre ? Si c'est le cas, il y a une chose que vous devez savoir : si vous n'avez rien d'écrit et que votre conjoint part avec sa secrétaire ou qu'il meurt, vous vous ramassez tounue-pis-dans-rue.

Vous vous demandez si vous avez bien lu ? Pas de problème, je vais vous le redire : si vous n'avez rien d'écrit et que votre conjoint vous quitte ou décède, vous n'avez aucun droit.

Vous vous dites que la loi vous permet certains « échanges » d'impôt et de REER avec votre conjoint, donc que vous êtes protégée comme le serait une femme mariée ? Vous rêvez en couleurs. Même si vous êtes en couple depuis des années et même si vous avez eu des enfants ensemble, je vous le redis : si vous n'avez rien d'écrit, vous n'avez aucun droit.

Si votre conjoint décède, ce sont ses enfants et son ex dont il n'a pas divorcé qui héritent de ses biens.

Si jamais son ex décède, ce sont tous les enfants de votre conjoint qui héritent, ceux qu'il a eus avec elle et avec vous, mais vous, vous vous ramassez tounue-pis-dans-rue.

Pour vous protéger, il vous faut un écrit attestant les conditions de votre union, les titres de propriété, la protection des nouveaux enfants, les fonds de pension, les REER, les bénéficiaires des assurances-vie, etc. Vous ne l'avez pas ? Vous n'avez rien.

Si ça peut se dire, ça doit s'écrire. »

Pierre Légaré

Nous, les notaires de l'Outaouais, sommes les plus compétents pour vous renseigner sur tout ce qui touche au droit des personnes et de la famille. Cessez de vous dire : « Faudrait bien... » et consultez-nous maintenant, c'est le temps. www.cdnq.org

LES NOTAIRES  DE L'OUTAOUAIS

LE RÉGIONAL *en action*

230305-073666

Grandir Outaouais Divorce - Séparation - Deuil Ateliers de 11 semaines pour grandir

Nous nous proposons d'accompagner la personne dans sa croissance personnelle, sociale et affective en lui permettant de fraterniser avec d'autres personnes qui vivent ou ont vécu une situation semblable. Le mandat de notre organisme à but non lucratif en est un de support, d'entraide et d'accompagnement.

Nous nous réunissons depuis quatre ans pour un petit déjeuner de partage amical, à 10 h tous les dimanches, au restaurant Deli Chenoy de Gatineau.

Jean-Paul Bédard 669-2822
www.grandir.ca
grandir_outaouais@hotmail.com

Attention :
Nouvelle session débute en avril 2005
Coût : 80 \$ Inscrivez-vous rapidement!

30 ans de bénévolat!

Tel-aide-Outaouais fête ses 30 ans d'existence et organise en cette occasion une grande fête pour ses bénévoles le 15 avril 2005. Si vous avez été bénévole au cours de

ces 30 ans et que vous n'avez pas reçu d'invitation par courrier, c'est que nous n'avons pu vous retracer. Contactez-nous afin que nous puissions vous inviter à faire partie de notre célébration. Demandez Valérie Legros au 741-4381. Au plaisir de vous revoir en grand nombre!



Un déjeuner pour une bonne cause jeudi 7 avril et vendredi 8 avril

Dans le cadre de l'événement «En espadrilles pour la santé mentale», 6e édition, venez déjeuner au restaurant Le Cheminot et pour chaque déjeuner servi, 1 \$ sera remis à la Fondation du Centre hospitalier Pierre-Janet.

L'INTER-ACTIF D'AYLMER FÊTE SES CINQ ANS

Patrick Voyer

patrick.voyer@transcontinental.ca

A la faveur d'une dégustation de portos et chocolats, l'Inter-Actif, le point de service à Aylmer du Centre gatinois Inter-Section, a fêté jeudi dernier son cinquième anniversaire de bienfaits.

Ayant pour mission de favoriser la réadaptation et la réinsertion sociale de personnes endeuillées par un suicide ou souffrant d'isolement dû à un problème de santé mentale, l'organisme n'a jamais été plus populaire qu'en 2005. La psychoéducatrice Geneviève Deschênes n'en revient pas de l'engouement provoqué par le service dont elle s'occupe du lundi au jeudi. «Le local a été créé par plusieurs partenaires du réseau de la santé mentale, car à part le CLSC Grande-Rivière, il n'y avait pas de service de jour pour cette clientèle dans le secteur Aylmer», explique-t-elle.

Après cinq ans, Geneviève Deschênes est à même de constater que l'évolution de l'Inter-Actif a été grandiose. Voilà pourquoi, grâce à de généreux commanditaires, l'organisme a décidé de s'amuser un peu. «Nous voulions que tout le monde voie ce qu'on fait et que ce soit agréable pour eux, qu'ils aient du plaisir au moins un soir dans l'année!», lance la psychoéducatrice.

Cette soirée, qui aura permis de resserrer les liens entre les partenaires du projet, dont les gens de l'Inter-Section et du CLSC (mais à laquelle aucun dignitaire ou représen-

tant de la Régie de la santé et des services sociaux de l'Outaouais n'aurait réservé une place), est sans doute la première de plusieurs.

«Le besoin est là et le local s'en vient petit! Mais malgré la hausse de clientèle, il n'y pas eu de hausses de fonds», regrette-t-elle. En 2002-2003, elle et sa collègue intervenante-anima-trice avaient reçu 591 personnes alors que depuis le 1^{er} avril 2004, plus de 3000 ont franchi la porte du quadrilatère aux murs jaune et bleu du 57 rue du Couvent.

Mais qu'est-ce qui attire tant les jeunes et moins jeunes à venir partager leurs angoisses ou leurs joies avec eux? Premièrement, il faut savoir que la Maison communautaire Bruyère d'Aylmer bouge beaucoup. Elle abrite derrière ses briques plusieurs organismes, dont un centre alimentaire.

Selon Geneviève Deschênes, plus de 90% de sa clientèle fréquente cette banque alimentaire. Ils font en quelque sorte d'une pierre deux coups. «Ici, les gens n'ont pas besoin de référence, on ne refuse personne. Souvent, ces gens n'ont pas été diagnostiqués, alors nous sommes un peu là avant que ça arrive», soutient-elle. En effet, une bonne partie de ces hommes et femmes ne savent pas ce qui gronde en eux; ils sont conscients que leur exclusion sociale les déchire, mais ils ne sont pas en mesure de mettre on ne leur a pas dit en quoi ce chagrin consiste vraiment. L'Inter-Actif existe pour démystifier un peu tout cela.

Grâce à des activités, des loisirs



Francine Blais (intervenante/animatrice), Christyne Simard (directrice générale du centre Inter-Section) et Geneviève Deschênes (psychoéducatrice et coordonnatrice de l'Inter-Actif), ont trinqué au succès de l'organisme!

divers (dont l'informatique) et des sorties éducatives (musées, festivals, randonnées), l'Inter-Actif permet à ses clients de se changer les idées, de découvrir autre chose que le quotidien morose de quelqu'un qui se sent obligé de se transformer en ermite pour se respecter. «C'est un beau défi pour nous, car l'objectif est de rendre tout ceci agréable pour notre propre santé mentale! Les gens qui viennent ici sont relax. Les nouveaux sont intégrés facilement et nos couleurs sont dynamiques, donc à notre image!», ajoute Geneviève Deschênes.

«Il y a encore quelques tabous concernant la santé mentale qui ne sont pas divulgués. Mais nous, à force de développer des liens de confiance avec nos gens, on en apprend! Il faut dire aussi que c'est petit Aylmer, alors les

gens sont gênés de parler de leur état. Mais ils s'ouvrent de plus en plus, on voit une différence». De plus, malgré les messages véhiculés au cinéma ou à la télé sur des cas graves de maladies mentales, les gens commencent à ouvrir leur esprit face à ces manifestations.

Cependant, il y aura toujours des exceptions. «Je me rappelle d'une anecdote: un homme atteint de maladie mentale travaillait dans une pharmacie comme étalagiste et le pharmacien avait peur que ce dernier saute derrière le comptoir pour avaler des pilules! S'il y a quelqu'un qui devrait comprendre ces personnes, c'est bien lui non?!» Devant cet exemple, la psychoéducatrice peut comprendre pourquoi certaines personnes atteintes ne désirent pas en parler...

**2 000 BILLETS GRATUITS, AUCUN BILLET VENDU!
ÉCOUTEZ ET GAGNEZ!**

Au Métropolis

Le 5 avril à 19 h 30*

Artistes invités: Marie-Chantal Toupin, Jonas, Philosonic, Martin Petit, Josée Boudreault et Mike Ward.

* Plusieurs prix de présence dont 10 000 \$ en équipements d'entraînement.

Détails du concours à la station et/ou sur radioenergie.com. Aucun achat requis, 18 ans et +.

énerg^{ie} 104.1
MONTE LE SON!

C'EST LE TEMPS... MAINTENANT!!!



MATRIX
VENTE ÉTIQUETTES ROUGES
36 MOIS 3,9%
48 MOIS 3,9%
60 MOIS 4,9%

4RUNNER
VENTE ÉTIQUETTES ROUGES
36 MOIS 1,9%
48 MOIS 2,9%
60 MOIS 4,9%

TUNDRA
VENTE ÉTIQUETTES ROUGES
36 MOIS 1,9%
48 MOIS 2,9%
60 MOIS 4,9%

SOLARA
(coupé et cabriolet)
VENTE ÉTIQUETTES ROUGES
36 MOIS 1,9%
48 MOIS 2,9%
60 MOIS 2,9%

RAV4
VENTE ÉTIQUETTES ROUGES
36 MOIS 1,9%
48 MOIS 2,9%
60 MOIS 4,9%

COROLLA
VENTE ÉTIQUETTES ROUGES
36 MOIS 3,9%
48 MOIS 3,9%
60 MOIS 4,9%

SIENNA
VENTE ÉTIQUETTES ROUGES
36 MOIS 1,9%
48 MOIS 2,9%
60 MOIS 4,9%

CAMRY
VENTE ÉTIQUETTES ROUGES
36 MOIS 3,9%
48 MOIS 3,9%
60 MOIS 4,9%

HIGHLANDER
VENTE ÉTIQUETTES ROUGES
36 MOIS 1,9%
48 MOIS 2,9%
60 MOIS 4,9%

ECHO
VENTE ÉTIQUETTES ROUGES
36 MOIS 2,9%
48 MOIS 2,9%
60 MOIS 3,6%

**VALEUR
MAXIMALE
POUR VOTRE
ÉCHANGE**

POUR LES VÉHICULES COMPRENNANT:
Un plein réservoir d'essence
L'assistance routière
Des tapis protecteurs

**LOCATION À LONG TERME
DISPONIBLE 24, 36, 48 ET 60 MOIS**

**0\$ DÉPÔT
DE SÉCURITÉ**

Ouvert
(Département des ventes)
Lundi au jeudi
de 9h à 21h,
vendredi et samedi
9h à 18h

55, boul. St-Joseph, Gatineau 776-0077

V I L L A T O Y O T A

TOYOTA
ÉTIQUETTES
ROUGES

RESTAURANT

PALAIS GREC

GRILLADES ET FRUITS DE MER

Repas complet du midi

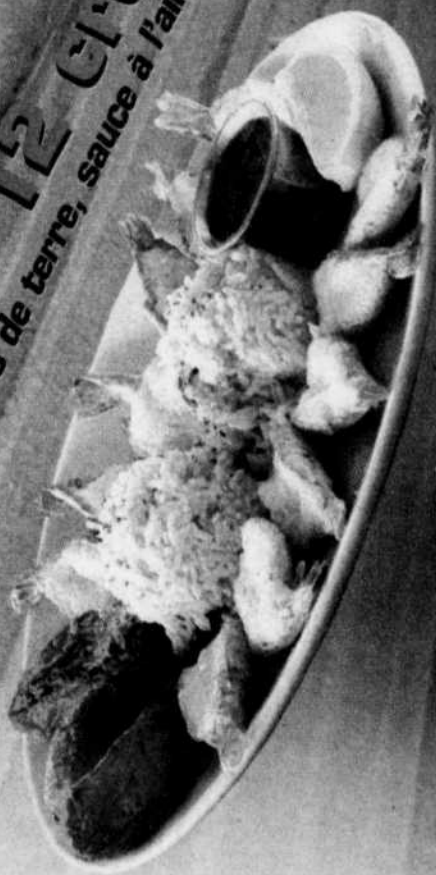
à partir de **6.95\$**

ENTRECÔTE GRILLÉE
(12 oz)
12.95\$



incluant votre choix :
soupe du jour ou crevettes gratinées ou escalapots gratinés

ASSIETTE DE 12 CREVETTES
servie avec riz, pommes de terre, sauce à l'ail
10.95\$



[Apportez votre vin et bière]

Maintenant disponible :

**Côtelette
d'agneau**

Bienvenue dans votre palais!!!
729, BOUL. ST-JOSEPH, GATINEAU (SECTEUR HULL)
Pour réservation : 595-8300

TEL-AIDE OUTAOUAIS SUPPORTE DEPUIS 30 ANS

L'organisme fêtera ses bénévoles le 15 avril prochain

Patrick Voyer

patrick.voyer@transcontinental.ca

Une soirée haute en couleurs aura lieu le 15 avril dès 18h30, alors que Tel-Aide Outaouais fêtera ses Noces de Perle avec la population francophone des deux côtés de la rivière.

Des 1125 bénévoles qui se sont impliqués depuis 30 ans, 405 ont été recensés et invités à cet événement. Les faire-part sont dans la malle et les personnes intéressées à se joindre à la fête doivent répondre le plus rapidement possible en composant le (819) 741-4381, soit la ligne commerciale de l'organisme. La coordonnatrice des bénévoles, Valérie Legros, promet un rassemblement mémorable, alors que des musiciens créeront l'ambiance parfaite aux sketches humoristiques, aux témoignages d'anciens et de nouveaux bénévoles et aux nombreux cadeaux qui attendent ces personnes qui, un jour, ont décidé d'offrir un coup de pouce à leur communauté. «Ce sont eux Tel-Aide, à chaque quart, ils se passent le flambeau de l'écoute», soutient-elle.

Parmi ceux-ci ou celles-ci, plusieurs sont demeurés ou sont encore en poste derrière l'acoustique depuis une dizaine d'années. Ces gens, qui peuvent provenir de tous les domaines, sans être des professionnels en psychologie ou en travail social, sont invités à donner une douzaine d'heures par mois à Tel-Aide. Mme Legros estime que parmi les 55 bénévoles actuellement en devoir, on

retrouve des universitaires, des travailleurs autonomes ou des retraités.

Le processus de formation est quelque peu rigoureux, mais ô combien capital! Pendant 42 heures, les bénévoles sont formés en écoute active, en intervention en situation de crise (bien que cela ne se produise pas dans la majorité des appels) ainsi qu'en santé mentale. De plus, ils sont testés par simulation et parrainés durant une dizaine d'heures au début. «Ils sont bien outillés pour faire face aux situations, car en plus de la théorie que nous leur fournissons, ils pratiquent beaucoup», explique Valérie Legros.

Un service confidentiel

Le service est accessible tous les jours de 7h à 2h et s'adresse à tout le monde sans discrimination - bien que la majeure partie de la clientèle soit d'âge adulte. Des services connexes existent pour les enfants ou les adolescents et des lignes spéciales sont prévues pour les crises importantes. Les appels sont effectués dans une proportion de 64% par les femmes, ce qui, selon Valérie Legros, risque de surprendre ceux ou celles qui croyaient que les hommes ne consultent pas du tout! De plus, les appels sont soit liés à



La coordonnatrice des bénévoles chez Tel-Aide Outaouais, Valérie Legros, invite toutes les personnes qui ont contribué à faire rayonner l'organisme depuis 30 ans à venir fêter le 15 avril prochain. Photo Patrick Voyer

des problèmes de solitude (24%), de santé mentale (54%), à des difficultés relationnelles (14%), à des crises (3%) ou à d'autres troubles (toxicomanie, finances, homosexualité, etc.) (5%).

Bien sûr, ce qui fait la force de Tel-Aide, c'est son engagement de confidentialité. Les personnes qui choisissent Tel-Aide ne le font pas pour rien. La gêne occasionnée par leur problème ou leur interrogation surpasse tout. Depuis deux ans, ceux qui sont même mal à l'aise de parler, peuvent

un des 500 services affiliés répondant à leurs besoins.

Tel-Aide n'a pas la prétention d'être la source de tous les règlements. «Nous complétons bien souvent les autres services offerts du réseau de la santé», nuance Valérie Legros. Le «travail d'équipe» ainsi préconisé entraîne plus de résultats qu'on serait portés à croire...

Pour infos : 741-6433 (Gatineau-Ottawa) et 1-800-567-9699 pour l'Outaouais rural.

tout simplement écrire au plume@tel-aide-outaouais.org et une réponse est assurée en 48 heures! Donc, tous les moyens sont pris pour répondre aux demandes.

Valérie Legros est consciente que la dernière chose qu'un appelant au bord de la crise de nerf a besoin est de se faire sermonner. «Nous ne donnons pas de conseils, nous ne jugeons pas, car nous savons que lorsque la personne aura parlé, elle pourra trouver ses propres solutions», affirme la coordonnatrice. Dans cette optique, Tel-Aide peut suggérer des portes de sortie aux gens, les référer vers

AB
CO

SEMAINE QUÉBÉCOISE
DES ADULTES EN FORMATION Du 2 au 8 avril 2005

Consultez la programmation en visitant notre site Internet ou en nous contactant
www.semaine.icea.qc.ca 1 877 948-2044

Apprendre à tout âge, ÇA VAUT LE COUP !

Décrocheur, prêt à retourner aux études ?
Retraité, prêt à relever de nouveaux défis ?
Pour améliorer vos conditions de vie, pour enrichir vos compétences,
la formation, c'est possible, à tout âge !

Décrocheur chronique au secondaire, Éric, 36 ans a réalisé son rêve d'enfant : « Je suis maintenant électricien, ça valait tous mes efforts. »

« À 51 ans, je ne savais ni lire, ni écrire, ni compter. Aujourd'hui, je fais la lecture aux enfants. Je suis une personne autonome et confiante en mes possibilités. » (Ameyo, immigrante du Togo)

« Me perfectionner en emploi, ça m'apporte une motivation au travail. Ça m'apporte aussi une façon d'apporter de nouvelles choses à l'équipe de travail, de nouveaux outils et c'est un bon ressourcement. » (Julie, éducatrice en services de garde)

« En 5 mois, j'ai appris à compter : je peux rendre la monnaie, faire des chèques, calculer des taxes. J'ai repris le pouvoir sur ma vie de tous les jours. » (Nathalie, 30 ans)

Qu'attendez-vous ?

Émotifs anonymes

Émotifs anonymes est un groupe d'entraide à but non lucratif basé sur les 12 étapes pour personnes désirant acquérir un équilibre émotif. Réunions hebdomadaires à 19h30 tous les mardis au 109, rue Wright coin Leduc, secteur Hull et tous les jeudis au sous sol de l'église Jean-XXIII, (1194, boul. St-René O.) à Gatineau. Info: 684-7228, 246-8597 ou 778-7249.

Les signes de la fertilité

Une rencontre d'enseignement de la méthode sympto-thermique aura lieu le 8 avril en Outaouais. Ceci à l'intention des couples et/ou des personnes qui veulent mieux connaître leurs signes de fertilité, soit pour augmenter leurs chances de grossesse ou pour éviter la conception. Présence du couple souhaitable. Contribution volontaire. Pour connaître le lieu, info et inscription: 568-0077.

Bien communiquer

Le club Toastmasters Les Mots Arts a pour but de donner l'occasion aux membres d'apprendre et de pratiquer les techniques de l'art oratoire et d'acquérir suffisamment de confiance en soi pour communiquer avec une ou un millier de personnes et de vivre des expériences de leadership utiles pour le travail. Venez visiter ce club francophone tous les jeudis de 19h à 20h15, à l'école secondaire de l'Île, au 255, St-Rédempteur, secteur Hull. Gratuit pour les visiteurs. Info: Sylvie Guillot au 243-7155 ou 923-4705.

Femmes gaies

Les femmes gaies célibataires francophones de 40 à 60 ans non-fumeuses de l'Outaouais sont invitées à se réunir pour former un groupe social privé. Un souper causerie a lieu aux deux semaines. Pour en savoir plus: (613) 788-3285.

Vêtements pour enfants

La 48e vente de vêtements et d'articles neufs et usagés pour les enfants (0-12 ans) organisée par le Centre de la Petite Enfance Inc. aura lieu le 9 avril de 9h30 à 14h au sous-sol de l'église St-Raymond, secteur Hull. Coût: 2\$/adulte. Location de table (votre profit à 100%) le 24 mars de 19h à 20h au 122, rue Berri, secteur Hull. Info : Karine Veilleux au 776-0114.

Alcooliques Anonymes

À l'occasion de Pâques, le mouvement des Alcooliques Anonymes tiendra une journée de fraternité le 26 mars de 9h30 à 22h30 sous le thème «Lueur d'espoir» à l'église Saint-Joseph, au 245 boul. Saint-Joseph, secteur Hull. Partages (conférenciers), ateliers thématiques et buffet communautaire.

Légion royale canadienne

La Légion royale canadienne filiale 30 organise un souper de Pâques et Dames de cœur le 27 mars, un souper choix du chef le 31 mars, et un dîner et souper de doré le 1er avril. Info: 771-6088.

Formation pour bénévoles

L'Unité régionale de loisir et de sport de l'Outaouais (URLSO) organise un stage de formation pour bénévoles au sujet des «Pouvoirs, rôles et responsabilités des administrateurs», le 31 mars de 19h à 22h à l'Hôtel de Ville de Maniwaki, 186, rue Principale sud. Date limite d'inscription: 29 mars. Coût: 10\$. Info: Jean-Marc Purenne ou Isabelle Léger au 663-2575 poste 30 ou 29.

Soirée folklorique

L'Association Québécoise des Loisirs Folkloriques-Outaouais invite jeunes et moins jeunes à sa soirée folklorique le 25 mars de 20h à minuit à la salle de l'Association Récréative de

Templeton, 13, rue Curé-Labelle, secteur Gatineau. Coût: membres 5\$, non-membres 7\$ et gratuit enfants de 15 ans et moins ainsi que musiciens-membres participants. Info: 246-1503.

La schizophrénie

Les familles ayant un proche qui

souffre d'une maladie mentale sont invitées à assister à une conférence portant sur la schizophrénie, le 30 mars de 19h à 20h30 au Centre hospitalier Pierre-Janet, 20, rue Pharand, secteur Hull, salle Jeanne D'Arc Charlebois #1104 de l'édifice principal.

Domaine de la Campagne

À Luskville
coin chemin de la Montagne - Route 148

Fin de semaine TAXES INCLUSES

VENDREDI 25 mars	SAMEDI 26 mars	DIMANCHE 27 mars	LUNDI 28 mars
----------------------------	--------------------------	----------------------------	-------------------------

30% à 75% de rabais

Sur toute la marchandise (excepté meubles)

VASTE CHOIX DE MEUBLES EN PIN

<p>Armoire T.V.</p>  <p>À partir de 549\$</p>	<p>Ensemble salle à diner Chêne pâle ou foncé</p>  <p>489\$</p>	<p>Armoire 2 portes</p>  <p>499\$</p>
---	---	---

2001, chemin de la Montagne, Luskville, Qc
(819) 455-1088

CORRECTION DE LA VUE AU LASER

CÉLÉBRANT 250 000 CORRECTIONS DE LA VUE AU CANADA!





Dr. Ralph Zabel Dr. Peter Agapitos Dr. Robert Morgan

LASIK MD
VISION

DES SOINS DE QUALITÉ
À UN PRIX ABORDABLE

(613) 288-2228
(866) 393-1515
Numéro sans frais

42 rue Elgin, Édifice Chambers, Ottawa
www.lasikmd.ca

Expérience
À travers le Canada, les chirurgiens de LASIK MD ont réalisé plus de 250 000 corrections de la vue au laser, plus que tout autre groupe de chirurgiens.

Technologie
Nous offrons des équipements perfectionnés et à la fine pointe de la technologie, incluant le Zyoptix^{MD} de Bausch & Lomb.

Résultats
La majorité de nos patients bénéficient d'une vision 20/20 après la chirurgie.

À partir de
490\$/oeil*

Nos frais incluent l'examen pré-opératoire, le traitement au LASIK et les suivis post-opératoires.

* Promotion valide à notre clinique d'Ottawa jusqu'au 31 mars 2005. Certaines conditions s'appliquent. Le prix peut varier selon votre prescription. Applicable sur une chirurgie des deux yeux. Informez-vous sur notre politique de prix garanti.

Montreal • Ottawa • Kingston • Toronto • Niagara Falls
Windsor • Calgary • Vancouver



J'AI FINALEMENT PERDU DE L'ARGENT EN VENDANT SEULE MA MAISON

Je n'avais pas réalisé qu'en vendant seule ma maison, négocier directement avec l'acheteur serait si difficile. N'étant pas habile en négociation, épuisée par le stress et les émotions, je n'ai pas su trouver tous les arguments pour bien valoriser ma propriété. Résultat, je n'ai pas obtenu le prix que je souhaitais.

Un agent immobilier m'aurait obtenu le prix maximum étant un négociateur expérimenté

www.avecunagent.com

CHAMBRE IMMOBILIÈRE DE L'OUTAOUAIS

Au cœur de l'immobilier depuis 40 ans

Bénévoles de Centraide Outaouais

Soirée annuelle de reconnaissance pour les bénévoles et partenaires de Centraide Outaouais, le 6 avril à 17h à la Maison de la Culture de Gatineau, 855 boul. La Gappe. RSVP avant le 30 mars auprès de Murielle Patry au 771-7751 poste 26.

Diner-conférence

Lors de son prochain diner-conférence, le 31 mars de 11h30 à 13h au 142, rue Mutchmore, secteur Hull, la Maison d'accueil Mutchmore accueillera Denise Racette, travailleuse autonome, qui parlera des façons de traiter les dépendances. Apportez votre goûter. Info: 770-0788.

Centre d'entraide aux aînés

Vous accompagnez un proche âgé en perte d'autonomie et vous vous sentez seul, découragé et avez besoin d'échanger avec d'autres? Le Centre d'entraide aux aînés offre une série d'ateliers de soutien aux familles et

aux proches les jeudis en soirée, à compter du 5 avril. Il faut être membre du Centre d'entraide aux aînés. On peut s'y inscrire au 771-6609 auprès de Sonia Brazeau Laurin.

Les Bilodeau

L'association des Bilodeau soulignera son 5^e anniversaire en tenant son assemblée générale annuelle, le 21 mai à 10h30 à l'hôtel Château Roberval, 1225, boul. Marcotte à Roberval.

Parents adoptants

L'Association de parents adoptants de l'Outaouais, Familles au coeur québécois, vous invite à sa conférence annuelle «Accompagner son enfant vivant de l'anxiété de séparation», avec

Lucie Bourdeau, le 1^{er} avril à 19h30 au Centre communautaire de Limbour, 288, chemin Le Baudy, secteur Gatineau. Coût: 10\$. Info et réservations: 561-4293.

Troubles d'apprentissage

L'Association québécoise des troubles d'apprentissage de l'Outaouais tiendra, le 2 avril, une journée conférence au lendemain du mois de sensibilisation, aussi afin de souligner son 25^e anniversaire. La conférence d'ouverture sera prononcée par Martin Lajeunesse. Info: 777-3126 ou www.aqetaouais.qc.ca.

Tournoi de cribbage

Les Chevaliers de Colomb conseil 1693 de Hull (690, boul. St-Joseph, secteur Hull) organisent un tournoi de cribbage le 3 avril dès 13h. Un léger goûter sera servi. Inscription: 7\$. Équipe de deux personnes. Info: Maurice au 777-3266.

Groupe de soutien pour chirurgie bariatrique

Réunions le premier mardi de chaque mois. La prochaine réunion aura lieu le 5 avril à la salle polyvalente du CHVO de Gatineau (sous-sol) à 19h30 et sera animée par Jean-Loup Sylvestre de la Clinique bariatrique de l'Hôpital Royal Victoria de Montréal. Info: Aline Cyr Bouchard au 663-9833.

Les Legault dit Deslauriers aux sucres

L'Association des descendants de Noël Legault dit Deslauriers invite la population, membres et non membres à son diner sucré annuel, le 24 avril à 11h, à la Cabane à sucre Marc Besner, 202, rang du Ruisseau Nord, Saint-Clet. Réservations obligatoires avant le 12 avril auprès de Denise Genier Dawson au (613) 632-4880.

POURQUOI DIEU TOLÈRE-T-IL TOUT CELA ?

Conférence

Sommes-nous livrés à un destin aveugle, à quelque chose d'inexplicable? Pourquoi certains peuples connaissent-ils la faim, la détresse, les grandes catastrophes, le manque de liberté?

Ces questions et plusieurs autres seront traitées lors de la conférence qui aura lieu **samedi 2 avril, 19 h 30**, Hôtel Clarion, 111 Bellehumeur, Gatineau.

Entrée 10,00 \$ incluant une brochure de 50 pages du Dr Steinpach: Pourquoi Dieu tolère-t-il tout cela?

Information ou réservation: (819) 772-0677 / (819) 246-5236 ou www.graal.ca

Organisée par les Publications du Graal pour faire connaître l'oeuvre «Dans la Lumière de la Vérité» de Abd-ru-shin.

Cabane à sucre

BRAZEAU

316 Côte Saint-Charles - Papineauville

Ouverte du 26 février au 24 avril

Du lundi au jeudi : sur réservation
Vendredi, samedi et dimanche : à partir de 9 h

Promenade en traîneau («sleigh ride»)

Prix spécial pour groupes
Salle à manger pouvant recevoir 250 personnes
Repas traditionnel, salle de danse

Info. : (819) 427-5611

SOINS DES PIEDS

Service à domicile

- Coupe d'ongles
- Cors
- Callosités
- Ongles incarnés

Reçus fournis Cell.: 923-0218

Jacynthe Fortin, infirmière



BASEBALL 2005

Inscription Galeries d'Aylmer

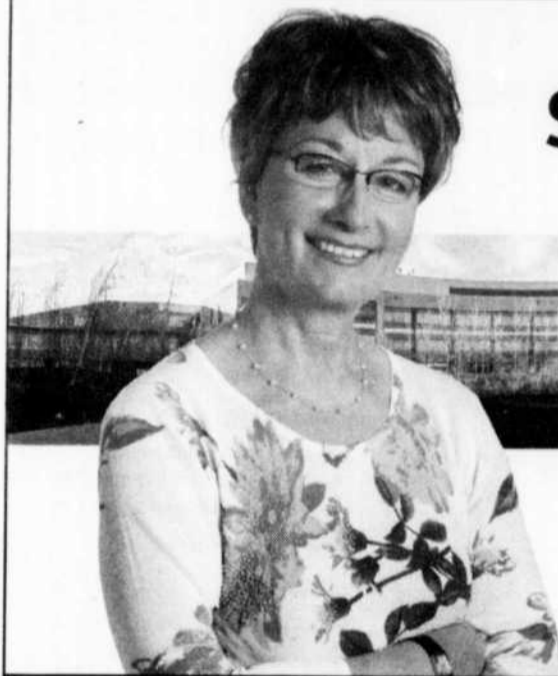
Les 1^{er}, 7 et 8 avril - 17 h à 20 h
Samedis 2 et 9 avril - 10 h à 17 h
Vous devez avoir 5 ans et plus

Rabais dans le Publi-Sac du 30 mars



Association de baseball amateur d'Aylmer
Aylmer Amateur Baseball Association

Soirée d'information à La Cité collégiale



Le mercredi 30 mars 2005 - 17 h à 21 h

Séances d'information - 17 h, 18 h 30 ou 20 h

Venez en savoir davantage sur les services offerts aux étudiants et sur les dernières étapes à suivre pour finaliser votre dossier scolaire.

Ateliers sur l'aide financière - 18 h 30 ou 20 h

Aide financière de l'Ontario et du Québec

Foire d'information

Vous n'avez pas encore fait votre choix de programme d'études? Venez nous rencontrer et nous vous aiderons à prendre la bonne décision.

Il est encore temps de faire une demande d'admission!

Tirage d'une bourse de **1000 \$**

Bienvenue aux candidats adultes!

801, promenade de l'Aviation, Ottawa
(613) 742-CITÉ ou sans frais 1 800 267-2483
www.lacitecollégiale.com



le premier choix des employeurs

POUR L'ÉDUCATION ET LE PARTAGE DE LA NOURRITURE

Journée de visibilité pour les cuisines collectives

Pascal Laplante

laplantep@transcontinental.ca

Les cuisines collectives sont essentielles pour certaines familles défavorisées de la région car elles leur permettent de bien manger. Le Regroupement a souligné cette importance, le lundi 21 mars, lors de sa journée de visibilité.

Jeanette Desjardins, bénévole au sein du Carrefour de la Miséricorde depuis une dizaine d'années, a qualifié d'essentielle l'oeuvre des cuisines collectives dans la communauté: «Les cuisines sont essentielles pour les mères seules avec des enfants qui ont de la difficulté à rejoindre les deux bouts.»

Les cuisines collectives ont été créées il y a une vingtaine d'années dans le quartier Hochelaga-Maisonneuve, à Montréal. Des femmes ont décidé de se réunir, d'acheter leurs aliments en commun et de cuisiner pour nourrir leurs familles. Le principe est simple, mais s'est amélioré d'année en année.

«Les cuisines servent beaucoup plus qu'à faire de la nourriture, explique Mme Desjardins. Elle permet de faire de l'éducation chez les femmes et les enfants. Depuis qu'elles existent, ces familles mangent beaucoup plus de fruits et de légumes.»

Les regroupements informent les femmes tout ce que les hommes qui dirigent leur famille en leur transmettant des leçons de cuisine, des recettes

et de l'information sur les aliments en spécial dans les circulaires.

Pour les familles, il s'agit d'une façon de briser l'isolement: «Les gens sont souvent seuls et les cuisines leur donnent une occasion de partager de la nourriture, mais aussi de partager entre eux, de discuter et de développer des liens. Si j'ai choisi cette activité dans le bénévolat, c'est aussi pour partager.»

Pas assez médiatisé

Les cuisines collectives sont généralement tenues dans le secret, mais elles touchent plusieurs centaines de familles de l'Outaouais. La représentante du mouvement québécois, Germaine Chevrier, représente quelque 1330 regroupements de cuisines collectives.

«C'est la huitième journée nationale et il faut continuer d'en parler, affirme-t-elle en conférence de presse. Nous voyons avec les participants le succès que ça donne et les effets bénéfiques, mais la population en général n'est pas au courant.

Mme Chevrier a souligné qu'une étude a été réalisée à



Jeanette Desjardins, bénévole au Carrefour de la Miséricorde, et la coordonnatrice Lucie Carrier, oeuvrent au sein des cuisines collectives de Gatineau. Photo: Pascal Laplante

Calgary pour déceler l'impact des cuisines collectives. La qualité de vie s'est améliorée dans 73% des cas et 80% ont appris davantage sur la nourriture et les aliments, ce qui leur a permis de manger plus de fruits et de légumes.

La représentante provinciale mentionne que les Regroupements se soutiennent entre eux, mais aucune aide ne provient tant du gouvernement provincial que des municipalités: «Nous demandons un appui par une lettre des instances municipales pour qu'elles supportent nos actions.»

Le conseiller du quartier où se tenait la rencontre, Yvon Boucher, a demandé à Mme Chevrier de faire parvenir la lettre d'appui au conseil municipal afin que les représentants de la ville de Gatineau puissent endosser la demande. Le candidat à la mairie de Gatineau, Marc Bureau, était aussi présent et a indiqué qu'il supportait les cuisines collectives présentes dans son quartier, dans le secteur Hull.




Repas complet à emporter**

6.25\$*

à la livraison 7.35\$



INCLUANT



OU



+



* Taxes en sus. ** Quat. cuisse, boisson gazeuse (473 ml), pointe de tarte au sucre ou un brownie. Repas à emporter seulement dans les rotisseries participantes. Offre valable jusqu'au 27 mars 2005. Ne peut être jumelée à aucune autre offre spéciale ou promotion.

181, rue Principale, Aylmer
685-9119

225, boul. Maisonneuve, Hull
776-6012

357, boul. Maloney Ouest, Gatineau
643-4419




École de conduite Lauzon

La vraie façon!

Cours de conduite auto/moto

Le printemps est arrivé !

ALLEZ-Y !

Inscrivez-vous maintenant !

COURS MOTO !
Soyez parmi les premiers à rouler au printemps!




L'école qui mérite votre confiance!



À votre service depuis 1984 !

Hull
771-4651

Aylmer
684-8716

Promenades
568-1222

REGIONAL ATLMER/HULL - www.info07.com - Le mercredi 23 mars 2005 - Page 21

UN MARCHETHON POUR LE DIABÈTE

Une nouvelle campagne pour les Diabétiques de l'Outaouais

Yannick Boursier

boursier@transcontinental.ca

Les Diabétiques de l'Outaouais tiendront, le dimanche 10 avril prochain de 9h à 13h, leur premier marchethon à l'intérieur de l'édifice La Fonderie.

Cette nouvelle activité se veut une campagne de financement et de sensi-

bilisation importante pour l'organisme qui compte 11 000 membres dans la région, dont plusieurs sont des enfants et des adolescents.

«Nous sommes un organisme qui ne reçoit pas de subvention, alors on doit trouver nos moyens de financement, souligne le président des Diabétiques de l'Outaouais, John Turnbull. C'est pourquoi on a pensé à une marche

parce que les gens aiment bien ça.»

Les citoyens sont donc invités à se faire commanditer ou encore à faire un don pour participer à la marche d'un ou de quatre km à la Fonderie. L'organisme en profitera aussi pour faire connaître les services qu'elle offre, puisque les services citoyens atteints de diabète ne connaissent pas leur travail.

Cette marche sera sous la présidence d'honneur du chroniqueur Mario Boulianne. «Il y a beaucoup de cas de diabète dans ma famille, souligne-t-il pour expliquer son implication. Le diabète, ça touche tout le monde, c'est donc une cause facile à endosser. J'ai aussi été impressionné par le travail d'Andréane Vanasse.»

Les jeunes

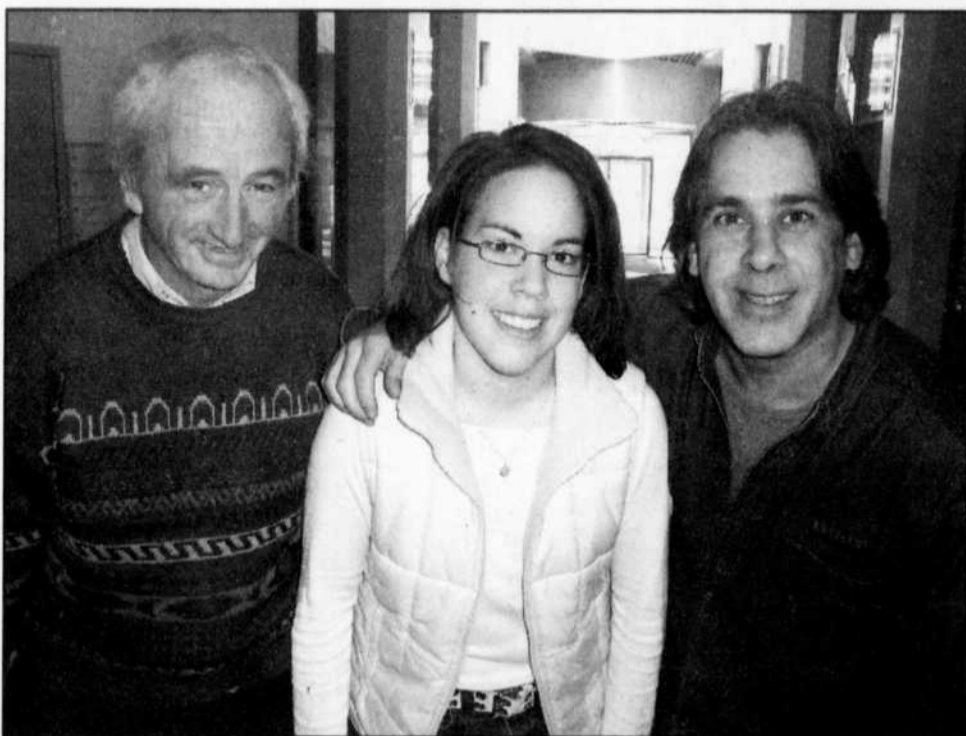
Andréane Vanasse est la présidente de la section jeunesse des Diabétiques de l'Outaouais. Elle organise des activités pour les membres jeunesse de l'organisme pour leur permettre de

rencontrer d'autres personnes et de constater qu'ils ne sont pas les seuls à vivre avec ce problème.

C'est pourquoi le marchethon est aussi très important pour elle. «On veut que les jeunes viennent marcher en famille, qu'ils fassent la promotion du sport, qu'ils qu'elle. C'est important, parce que souvent les gens ne pensent pas que ça peut toucher les enfants.»

Or, en plus de toucher plusieurs enfants, le diabète est souvent plus virulent chez les jeunes. «Plusieurs jeunes sont dépendants de l'insuline, avoue John Turnbull. Ça leur prend une médication spéciale pour leur âge.»

John Turnbull croit que c'est important pour les jeunes, avec ou sans diabète, de connaître les problèmes que vivent les jeunes qui en sont atteints. Le marchethon est une bonne occasion, croit-il, pour rencontrer ces personnes et connaître leur combat.



Le président des Diabétiques de l'Outaouais, John Turnbull, la présidente de la section jeunesse, Andréane Vanasse, et le président d'honneur de l'événement, Mario Boulianne invitent, la population au premier marchethon de l'organisme. Photo: Yannick Boursier

Joyeuses Pâques

Chers concitoyens de Gatineau,



Il nous fait grand plaisir de vous souhaiter à chacun un très joyeux temps de Pâques.

C'est un temps mémorable pour le monde entier car l'histoire témoigne qu'il y a plus de 2000 ans, un homme qu'on appelle Jésus Christ, a subi une mort atroce en étant crucifié sur la croix comme un criminel. La journée de Pâques souligne sa résurrection d'entre les morts. Oui, Christ est ressuscité, sinon il ne serait pas différent des autres qui ont été mis à mort injustement. Christ a vaincu la mort, Jésus lui-même nous dit : «Je suis la résurrection et la vie. Celui qui croit en moi vivra, quand même il serait mort; et quiconque vit et croit en moi ne mourra jamais. Crois-tu cela? (Jean 11 : 25-26)». Quelle joie d'avoir cette certitude. C'est par sa résurrection que Christ démontre qu'il est réellement le Fils de Dieu.

Le film «La Passion du Christ» nous a fait réaliser à quel point Jésus Christ a souffert. Plusieurs d'entre nous ont eu de la difficulté à visionner la scène dans laquelle Jésus est fouetté jusqu'à ce que tout son corps ressemble à une seule plaie. Cette mort que Christ a subie était sa mission sur terre. L'apôtre Pierre nous dit : «Christ a souffert une fois pour les péchés, lui juste pour des injustes. (1 Pierre 3:18)». C'est pour payer la dette de nos péchés que Christ est mort. À la fin de sa première épître, l'apôtre Jean déclare : «Je vous ai écrit ces choses, afin que vous sachiez que vous avez la vie éternelle, vous qui croyez au nom du Fils de Dieu. (1 Jean 5:13)».

Réjouissons-nous tous ensemble de la résurrection de Jésus Christ le Sauveur et Maître pour tous ceux et celles qui ont mis leur confiance en lui seul.

Nous vous invitons à vous joindre à nous le Vendredi saint 25 mars à 19 h au 770 Gréber, (secteur Gatineau) pour une soirée gospel avec la chorale Mystère de Drummondville qui nous présente le message de l'Évangile par le moyen de chants, de témoignages et de chorégraphies.

Les Églises Baptistes Évangéliques de l'Outaouais :

Secteur Hull : Pasteur André Constant (819) 771-7871

Secteur Gatineau : Pasteur José Lemoine (819) 561-3012

Secteur Buckingham : Pasteur Jacques Alexanian (819) 986-3939

230305-B01407

Nouveau c.a. de la Zec Rapides-des-Joachims



Lors de la dernière assemblée générale annuelle de la Zec Rapides-des-Joachims, tenue récemment à la Légion royale de Gatineau, un nouveau conseil d'administration a été constitué. De gauche à droite, nous retrouvons Jacques Robert, président, Georges Sanscartier, vice-président, Suzanne Tully, administratrice, Allen Wells, secrétaire, Mario Rollin, administrateur, Jean-Claude Racicot, administrateur et Jean-Pierre Martin, trésorier. Cette ZEC, située dans le nord-ouest de notre région, est gérée par des Gâtinois et compte 750 membres qui y pratiquent la chasse et la pêche.



Grandir...

Groupe d'entraide communautaire

LA RUPTURE • LA SÉPARATION • LE DIVORCE

Grandir, POUR VAINCRE LA SOLITUDE DU DIVORCE

Environ un couple sur deux vit le choc du divorce.

Or, on sait que cette rupture entraîne un changement radical du style de vie autant au niveau social et affectif que financier. L'entraide demeure alors la meilleure bouée pour se bâtir une nouvelle vie et se faire de nouveaux amis.

JEAN-PAUL BEDARD, Président



Organisme à but non lucratif reconnu par la Régie Régionale de la Santé et des services sociaux de l'Outaouais

NOUVELLE SESSION

- Avril 2005
- 11 rencontres au coût de 80 \$

Pour inscription :

visitez www.grandir.ca ou (819) 669-2822 ou encore venez joindre à nous au restaurant Deli Chenoy de Gatineau pour un petit déjeuner de partage amical à 10 h tous les dimanches.



LA TOURNÉE 2005



Illustration du modèle G6 G7

LA PONTIAC G6 2005

« La G6 offre la meilleure tenue de route de toutes les berlines à traction avant de moins de 40 000 \$ dont j'ai fait l'essai. » - David Booth, *CanWest News Service*

Pontiac G6 R7B • Moteur V6 de 3,5 L et 200 HP • Boîte automatique 4 vitesses avec surmultipliée • Télédévrouillage • Climatisation • Régulateur de vitesse • Freins à disque aux 4 roues • Roues de 16 po en aluminium à 5 rayons jumelés • Stéréo lecteur CD à 6 haut-parleurs

LocationPlus **258\$*** PAR MOIS
2 870 \$ VERSEMENT INITIAL
0 \$ DÉPÔT DE SÉCURITÉ

ou **24 988\$*** PRIX À L'ACHAT



Illustration de la Pontiac Wave avec roues en aluminium.

LA PONTIAC WAVE 2005

Un style digne des voitures de course avec performance énergétique. - Sylvain Raymond *Autonet.ca*

Pontiac Wave R7B • Garantie GM de 5 ans/100 000 km du groupe motopropulseur avec franchise de 0 \$* • Moteur de 1,6 L à DACT • Boîte manuelle 5 vitesses • Phares antibrouillard • Aileron arrière • Colonne de direction réglable • Siège arrière divisé 60/40 rabattable • Siège du conducteur à hauteur réglable • Garnitures à fini métal brossé • Sièges pour 5 occupants

LocationPlus **138\$*** PAR MOIS
1 430 \$ VERSEMENT INITIAL
0 \$ DÉPÔT DE SÉCURITÉ



Illustration de la Montana SV6 avec brancards de pavillon

LA PONTIAC MONTANA SV6 2005

Montana SV6 empattement normal R7D • Moteur V6 de 3,5 L et 200 HP • Boîte automatique 4 vitesses • Freins à disque aux 4 roues avec ABS • Plan OnStarSM Sain et Sauf de 1 an • Lecteur CD/MP3 • Télédévrouillage • Climatisation • Verrouillage des portes/lève-glaces/rétroviseurs à commande électrique • Sièges arrière 50/50 rabattables à plat • Glaces teintées foncé • Garantie GM de 5 ans/100 000 km du groupe motopropulseur avec franchise de 0 \$*

LocationPlus **238\$*** PAR MOIS
4 290 \$ VERSEMENT INITIAL
0 \$ DÉPÔT DE SÉCURITÉ



LA PONTIAC PURSUIT 2005

- Moteur ECOTEC de 2,2 L et 145 HP
- Boîte automatique 4 vitesses avec surmultipliée
- Climatisation
- Aileron
- Stéréo lecteur CD
- Roues de 15 po
- Colonne de direction ajustable
- Sièges anatomiques sport
- Siège arrière divisé 60/40 rabattable
- Garantie GM de 5 ans/100 000 km du groupe motopropulseur avec franchise de 0 \$*

« GM a conçu la Pursuit... afin de répondre aux normes les plus élevées. »

- Trevor Hofmann *Canadian Auto Press*

LOCATIONPLUS

188\$*

PAR MOIS
2 445 \$ VERSEMENT INITIAL
0 \$ DÉPÔT DE SÉCURITÉ



Garantie de 5 ans disponible pour les modèles Pursuit, Wave et Montana SV6.

Pour les plus récents renseignements, visitez gmcanada.com, consultez votre concessionnaire Pontiac • Buick • GMC ou appelez-nous au 1-800-GM-DRIVE. *Basé sur une location de 48/48/48 mois. Un versement initial ou échange de 2 870 \$/1 630 \$/2 445\$/4 280 \$ (G6 R7B/Wave R7B/berline Pursuit R7B/Montana SV6 Empattement normal R7D) est requis. Coût annuel de crédit de 1,25 %/0,9 %/2,4 %/0,9 % par an. L'option d'achat au terme de la location est de 10 524 \$/5 772 \$/7 944 \$/10 858 \$ plus taxes applicables. Limite annuelle de kilométrage de 20 000 km, 0,12 \$ du kilomètre excédentaire. Autres modalités de location offertes. *Transport (1 000 \$/960 \$/950 \$/1 120 \$) immatriculation, assurance, enregistrement, enregistrement des valeurs mobilières, frais d'administration et taxes non compris. Les offres s'appliquent à des modèles 2005 neufs ou de démonstration de véhicules équipés selon les descriptions. Les offres sont réservées aux particuliers rencontrant les exigences dans le territoire de l'Association de marketing des concessionnaires Pontiac • Buick • GMC de l'Ontario (incluant l'Outaouais et excluant le Nord-Ouest de l'Ontario). Une commande ou un échange par le concessionnaire peut être requis. Les concessionnaires sont libres de déterminer leurs propres prix. Offre pour un temps limité qui ne peut être combinée avec d'autres offres. Certaines exceptions s'appliquent. Consultez votre concessionnaire pour les conditions et les détails. ▲Garantie basée sur 5 ans ou 100 000 km selon la première éventualité. Consultez votre concessionnaire pour les conditions et les détails. ®Marque déposée de General Motors Corporation. TD Canada Trust usager agréé de la marque. Visa International Service Association/TD Canada Trust et GM, usager agréé des marques. ©Marque déposée de la Banque Toronto-Dominion.

Consultez votre concessionnaire Pontiac • Buick • GMC ou gmcanada.com pour les détails.

Gatineau en Revue

par Sylvain Dupras
dupras@transcontinental.ca



Des étudiants à héberger

ASSE, programmes internationaux d'échanges étudiants, est à la recherche de familles désirant accueillir de façon bénévole, c'est-à-dire donner gîte et nourriture pendant la prochaine année scolaire, à de jeunes filles et garçons venant de pays d'Europe, de Scandinavie et autres. Ces jeunes sont âgées entre 15 et 18 ans, ils sont assurés par ASSE, ont leur propre argent de poche pour leurs dépenses personnelles et aimeraient

être reconnus comme étant un membre entier de votre famille. Pour en savoir davantage, Luc Ladouceur, 643-5581 ou au bureau canadien au 1-877-879-8482 ou sur le Web : www.asse.com.

De la viande pour des organismes d'entraide

Le ministre des Ressources naturelles et de la Faune, Pierre Corbeil, a annoncé qu'au cours de l'automne 2004, la chair de 10 orignaux et de 44 cerfs de Virginie a été remise à des organismes d'entraide. Ces organismes ont donc pu bénéficier de plusieurs milliers de kilogrammes de viande de gibier. La viande avait été saisie à la suite d'opérations menées par les agents de protection de la faune visant à mettre fin à des activités de braconnage. Les organismes communautaires qui ont reçu la viande de

gibier viennent en aide aux gens démunis de la région de l'Outaouais. Ils veillent à redistribuer la viande à des familles dans le besoin, soit par l'entremise de comptoirs alimentaires ou par la préparation de repas lors de soupers populaires. Ces dons permettent à ces organismes et familles de faire des économies substantielles sur les achats de viande entrant dans la fabrication des repas quotidiens.

Clinique d'hygiène dentaire

La clinique d'hygiène dentaire du Cégep de l'Outaouais est à la recherche de clients pour l'apprentissage des stagiaires finissantes. Deux types de clientèles sont recherchées : des enfants de 5 à 13 ans, ainsi que des adultes de 40 ans et plus, n'ayant pas reçu de soins d'hygiène dentaire depuis les quatre dernières années. Le coût est de 20 \$ (jusqu'à mai 2005), pour recevoir les soins d'hygiène dentaire suivants : bilan, radiographies, détartage, application de fluor et autres soins connexes. Les rendez-vous sont d'une durée de trois heures, selon l'horaire suivant : le mardi à 8 h



475\$ à Leucan

Raymond Proulx, Donald Martin, Jacques Labelle et François Plouffe de l'ensemble de musiciens traditionnels Les Violons en Fête remettent un chèque de 475 \$ à l'agent Luc Chénier de la police de Gatineau pour Leucan Outaouais. Cette somme vient de la vente des billets de la soirée bénéfique du 4 mars dernier à la salle de l'Association Récréative de Gatineau (R.A.).

et à 13 h, ainsi que le vendredi de 9 h à 11 h. Renseignements : 770-4012, poste 298.

Des jardins de rêve



Le lancement du recueil de textes des élèves de la Commission scolaire des Portages-de-l'Outaouais a connu un franc succès et les jeunes auteurs et illustrateurs ont dédié leurs œuvres avec des lueurs dans les yeux. Sylvie St-Pierre Babin, présidente de la Caisse populaire de Hull et représentante des Caisses Desjardins - secteur Hull, Mme Estelle Desfossés, présidente du Salon du livre

de l'Outaouais, Raymond Plante, invité d'honneur - secteur jeunesse, Jocelyn Blondin, président de la Commission scolaire, Lucie Lafleur, directrice générale et Lucie Demers ont tous exprimé leur admiration et leur désir de recevoir les rêves des élèves et de les soutenir dans la réalisation de ceux-ci. Alexie Morin-Fortin, porte-parole des élèves, a exprimé haut et fort son rêve et Rebecca Dubois, a reçu des mains du président son œuvre, illustration figurant sur la page couverture du recueil.

1 100\$ à Leucan



Lors du Match COOL TELUS de la LHJMQ, qui a eu lieu à Gatineau le 18 mars, Telus a remis un don de 1 100\$ à Leucan. Un match que les Olympiques ont remporté par la marque de 4 à 3. De plus, les spectateurs ont été d'une grande générosité. L'organisme a recueilli 728\$ au cours de la soirée par l'entremise des boîtes de dons. En tout, le match COOL TELUS de la LHJMQ contre Rouyn-Noranda a amassé 1828\$. Sur la photo, en haut à gauche: Sam Roberts, Marilou Charron, Johanne Philippe, Marijo Charron, Vincent Falardeau et Olivier Labelle, au milieu à gauche, Patrick Philippe, Camille Drouin, Kim Galarneau et Martin Fréchette et en bas à gauche: Scott Drophy, Marc Turpin, Nick Fugère, Francis Wathier, Johanne Bergeron et Peter Pahl.

Neuvième édition guide BOTANIX

Rêvez, planifiez, réalisez...

6,99\$

Que vous soyez amateur ou professionnel de l'horticulture, la nouvelle édition du Guide BOTANIX est pour vous!

Rêvez... Laissez-vous guider par vos sens afin d'apprécier l'aménagement paysager de votre résidence, peu importe le type de celle-ci.

Planifiez... Choisissez parmi notre sélection de plus de 850 espèces et cultivars, dont 150 nouveautés horticoles.

Réalisez... Informez-vous sur les meilleures techniques afin de bien établir et entretenir votre aménagement paysager.

**EN MAGASIN MAINTENANT!
EXCLUSIVEMENT CHEZ
BOTANIX**



ÉVÉNEMENT EQUIPÉ AU MAX

FORD F-150 XLT 4x4 SUPERCREW 2005
avec l'ensemble valeur spéciale **BVP**



Monogramme ensemble valeur spéciale

Sélection électronique 4x4 en marche

Fauteuils Capitaine en tissu haut de gamme avec console centrale

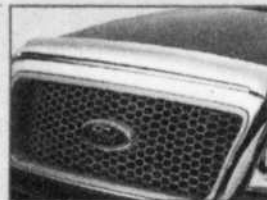
Peinture deux tons

Marchepieds tubulaires chromés

Jantes de 17 po en aluminium améliorées



Tente de plateau



Pare-insectes chromé

OBTENEZ
1000\$**
D'ACCESSOIRES
FORD
AUTHENTIQUES
ET HABILLEZ
VOTRE CAMION.

CHOISISSEZ PARMIS PLUS DE

50

ACCESSOIRES FORD, INCLUANT :



Rallonge de plateau



Entrée sans clé



Couvercle de plateau

Offerts avec tous les modèles F-150, Série F Super Duty et Ranger.

Dépêchez-vous, l'offre prend fin le 30 avril 2005.

Voici le nouveau Ford F-150 2005.
La camionnette la plus vendue au pays depuis 39 ans*

• Moteur V8 Triton® • Boîte automatique • Système à 4 roues motrices, avec sélection électronique 4x4 en marche • Freins assistés à disque avec antiblocage aux 4 roues et répartition électronique de la force de freinage • Jantes de 17 po en aluminium améliorées • Pneus tous terrains • Groupe d'équipement électrique (rétroviseurs extérieurs à réglage électrique, glaces à commande électrique, verrouillage électrique des portes) • Climatisation • Capacité de 6 occupants • Radio AM/FM stéréo avec lecteur laser **et plus encore**

349\$/mois

LOCATION 36 MOIS
Mise de fonds de 3 995 \$



FORD RANGER EDGE 4x2
À CABINE DOUBLE 2005

• Moteur V6 de 3 L • Boîte manuelle 5 vitesses • Jantes de 15 po en aluminium coulé usiné • Pneus tous terrains P235/75R15 • Antibrouillards • Banquette avant divisée 60/40 • Moulures de passage de roue, couleur caisse • Radio AM/FM stéréo avec montre et lecteur laser **et plus encore**

239\$/mois

LOCATION 36 MOIS
Mise de fonds de 1 995 \$



FORD F-250 SUPER DUTY
XLT 4x4 2005

• Moteur V8 Triton® 5,4 L de 300 ch • Boîte automatique 5 vitesses • Pont arrière à glissement limité • Poids maximal de la remorque en charge : 4 808 kg • Rétroviseurs de remorquage à réglage électrique en option • Pédales à réglage électrique en option • Sonar de recul en option • Lunette arrière à glace coulissante et à commande manuelle en option **et plus encore**

399\$/mois

LOCATION 24 MOIS
Mise de fonds de 3 995 \$

On pense valeur pour que vous pensiez à Ford.



Bien pensé

ford.ca



*Selon les données relatives aux ventes publiées par l'Association des constructeurs automobiles à la fin du mois de décembre 2004. Photos à titre indicatif seulement. **Achetez ou louez un Ford F-150, un Série F Super Duty (modèles autres que châssis-cabines seulement) ou Ranger 2005 pour livraison le 30 avril 2005 ou avant et obtenez un crédit de 1 000 \$ applicable à l'achat d'accessoires Ford sélectionnés, installés chez votre conseiller Ford. Les taxes applicables s'il y a lieu sont en sus. Les accessoires peuvent différer de ceux qui sont illustrés. Les conseillers Ford ne gardent pas nécessairement tous les accessoires en stock. F-150 XLT 4x4 SuperCrew 2005 : dépôt de sécurité de 425 \$, mise de fonds de 3 995 \$ et première mensualité exigée à la livraison. Ranger Edge 4x2 à cabine double 2005 : dépôt de sécurité de 300 \$, mise de fonds de 1 995 \$ et première mensualité exigée à la livraison. F-250 Super Duty XLT 4x4 2005 : dépôt de sécurité de 475 \$, mise de fonds de 3 995 \$ et première mensualité exigée à la livraison. Des frais de 0,08 \$ du kilomètre après 80 000 kilomètres et d'autres conditions s'appliquent pour le F-150 et le Ranger. Des frais de 0,08 \$ du kilomètre après 40 000 kilomètres et d'autres conditions s'appliquent pour le F-250. Ces offres s'adressent à des particuliers sur approbation de crédit de Crédit Ford et ne peuvent être jumelées à aucune autre, à l'exception de la remise aux diplômés à laquelle certaines conditions s'appliquent. Immatriculation, assurances, taxes et frais d'inscription au Registre des droits personnels et réels mobiliers en sus. Ces offres sont d'une durée limitée et s'appliquent uniquement aux véhicules neufs en stock et peuvent être annulés en tout temps sans préavis. Votre conseiller Ford peut louer moins cher. Visitez votre conseiller Ford pour obtenir tous les détails.

CETTE SEMAINE DANS VOTRE SECTION DES ANNONCES CLASSÉES

- 100 Immobilier achat/vente
- 200 Immobilier Location
- 300 Marchand
- 400 Services
- 500 Services personnels
- 550 Services financiers
- 600 Marché de l'emploi
- 700 Formation et culture
- 800 Avis
- 900 Véhicules

PROCHAINE ÉDITION: 30 MARS 2005
DATE DE TOMBÉE DEVANCÉE
APPELEZ AVANT LE 25 MARS À 10H
VENDREDI LE 25 MARS À 10H

Les annonces classées paraissent GRATUITEMENT dans notre personnel expérimenté. Les annonces classées paraissent GRATUITEMENT dans notre personnel expérimenté.

TARIFS: 75¢ par ligne (Taxes incluses)
 44¢ DU MOIS (Taxes incluses)
 HEURES D'AFFAIRES DU SERVICE CLIENT: 9H à 18H

Le contenu de votre annonce est exact dès sa parution, sinon il faut nous en aviser immédiatement. La responsabilité se limite uniquement au montant de l'achat de la première semaine de parution de votre annonce. MARCHÉ DE L'EMPLOI: Toute discrimination est illégale. Les postes offerts dans nos rubriques sont ouverts également aux hommes et aux femmes.

Pour une visibilité accrue
 annoncez dans plus de 50 journaux:
Offrez-vous des EXTRA...
 ✓ Encadré ✓ Titre centré
 ✓ Caractères gras
INFORMEZ-VOUS AUPRÈS DE VOTRE TÉLÉCONSEILLÈRE.

Le PLUS GRAND RÉSEAU d'annonces classées au Québec

www.quebecclassees.com

AVIS
 Nous désirons aviser notre clientèle que le centre d'appels des annonces classées sera fermé
 lundi, 28 mars 2005

105 Propriétés à vendre
FOYER D'ACCUEIL
 De 6 personnes, à Gatineau, 272,900\$. Voir: MaisonVentePrivee.com
 (819)329-3345 cell.

GATINEAU: Spécial investisseur ou bricoleur! Super aubaine! Faites vite!
 (819)246-8761

PAPINEAUVILLE: 250 rue Laval bungalow, 3 c.à.c., 1-1/2 s.d.b. terrain 1,367 mètres carrés, (450)764-3296

Trouvez l'intruse... VOUS ETES TOUT PRES!!

Pourquoi payer 600\$ pour un loyer? Avec le programme **ZéroComptant** Devenez propriétaire sans moult de tête. Financement à 100% incluant: dépôt, notaires, taxes, gestion. Service personnalisé, discret, sans obligation de votre part.
 1-888-568-8104 www.0comptant.ca

115 Condominiums à vendre
 CONDO/ appartement: 1-2-3 chambres, planchers bois/ céramique, foyer, garage, (possibilité option d'achat) (819)213-9998, (819)213-2999

HULL: rénové, 3e étage, 2 c.à.c., 1,100 pi.ca., céramique, plancher flottant. (819)777-6685

140 Commerces à vendre
POURVOIRIE à vendre. Bord lac, chalet à 3 logis, couche + 16, rénové, meublé, 4 saisons. Chasse et pêche: ours noir, originaux, oiseaux, etc... doré, brochet, etc... sur sentiers principal de motoneige (3,500 km de sentier) tout services, chemin pavé. Abitibi-Nord. 69,000\$. (819)757-2282

TERRAIN de camping à vendre, 50 sites. Motels 8 chambres, casse-croûte, résidence (4 saisons). Lacs et sentiers principal de motoneige (sentier de 3,500 kilomètres) Abitibi-Nord. 195,000\$ (819)757-2282

160 Terrains à vendre
 Lac Cayamant, 263X272 pi. vue sur lac. (819)463-2845 après 17h

205 Logements/ appartements/ propriétés à louer
 GATINEAU/ Hull, 3-1/2, 4-1/2, 5-1/2, semi-détaché, 2e chance au crédit. Jasmin (819)329-2460

GATINEAU: 4-1/2, frais peint, duplex, tranquille, stationnement double, 272 rue Essiembre, près d'école, libre 1er mai, 675\$/mois. (819)561-1369

HULL: 2 chambres, avril, mai, juin, PAISIBLE, sécuritaire, grand salon, prises laveuse/sècheuse, stationnement, références/ crédit, 595\$/650\$; (819)771-4880, pag.: (819)751-4531

HULL: Condo 2 c.à.c., libre immédiatement, 695\$; Condo, 1 c.à.c., libre 1er mai, 585\$; Dans édifice 10 étages, sécuritaire/ tranquille; piscine/ tennis; non chauffé, non éclairé, frigo; de lavage; cuisinière, frigo; (819)778-3153

HULL: rue Frontenac, 1 chambre, rénové, poêle, réfrigérateur, 380\$/mois, libre immédiatement. Gatineau: rue Marengère, neuf, 2 chambres, chauffé, éclairé, 850\$/mois, libre 1er mai. (819)297-1626

SECTEUR Hautes-Plaines, 2 chambres, planchers bois franc, foyer au gaz, luxueux, libre immédiatement; 750\$/mois; (819)790-8690

220 Condominiums à louer
 CONDO/ appartement: 1-2-3 chambres, planchers bois/ céramique, foyer, garage, (possibilité option d'achat) (819)213-9998, (819)213-2999

235 Logements/appartements/ propriétés à louer
CHAMBRES, 350\$, chauffé, éclairé, accès à tout. Près autobus et autoroute. Gatineau (819)643-0383

245 Chambres et pensions à louer
 HÉBERGEMENT recherché pour étudiants(es) adultes, en immersion Française (l'été) (613)232-8908

260 Chalets à louer
 LUXUEUX 4 c.à.c., privé, tout inclus (été), sur lac Blue Sea, (819)771-6503

305 Ameublement
 UNITÉ murale, chêne solide, 3x2 m par 70 cm, 6 sections, 800\$. (819)243-4196

310 Divers à vendre
 AQUARIUMS 55 gallons et 25 gallons avec poissons 600\$, Play-Station 150\$, Scooter sous-marin Bombardier 150\$, (819)671-9121, (819)274-5133

BOTTES motocross grandeur: 10; vanité (femme) avec chaise. (819)772-4821

ETAGÈRES pour Van, support échelle, "buckhead"; ensemble complet 500\$. (819)568-2455

Véhicules... Plus de 750 Propriétés... Plus de 125 Annonces classées... Plus de 700 Une seule annonce... Jusqu'à vendu!
 Maintenant à l'Encan de Masson, les samedis et dimanches
Cavendre.com
 Pour vendre ou acheter
 www.cavendre.com

310 Divers à vendre
 SPA avec toutes les options. Jamais utilisé. Coût 9,100\$ Vendu à 5,300\$ (514)989-7488

TABLE de billard en érable massif avec accessoires, ardoise encadrée 1po. Coût 4,800\$, vendu 2,300\$. (514)745-6536

317 Vêtements/lourures/ accessoires
ROBE de mariée portée seulement 4 fois. (514)555-5555 demandez Mme Juliette Labonté - Maheu-Duquette-Prévost

320 Animaux
ANIMALERIE Youli Mont-Laurier SCÉCIAL POUR PAQUES: Chiots, chatons, furet, oiseaux, poussins, canards, lapins 1-(819)623-5915

POIL à tout, tonte et toilettage à votre domicile, Chantal (819)639-0025

345 Antiquités
 * ANTIQUITÉS, achat comptant. Je me déplace. (613)791-5790

365 Bois de foyer
 "MISE EN GARDE" Suite à de nombreuses plaintes concernant l'achat de bois de foyer, nous recommandons à nos lecteurs d'être vigilants et de s'assurer d'obtenir un reçu où figurent le nom de l'entreprise, l'essence du bois, la quantité et le prix.
 La direction

100% bois franc, très sec. Haut rendement calorifique garanti. Livraison gratuite. Jean-Pierre Crête 1451 Chemin Cook Aylmer, (613)220-3725

370 Matériaux de construction
 A A Nouveau * * * Directeur du manufacturier Bois Francs Notre-Dame inc. Plancher bois franc prévernis de qualité supérieure. Résiste à votre laine d'acier. Chêne, Érable, Merisier, Cerisier, Frêne, bois exotique, Cerisier Indonésien, Noyer Brésilien et plus. Disponible aussi avec teinture. Ouvert du lundi au samedi, de 9h à 5h. Hull, 911 Est boul. St-Joseph. (819)771-9333 1-877-774-9333

380 Équipement téléphonique
CELLULAIRES & téléphones résidentiels pour tout le monde. Bon ou mauvais crédit accepté. CHO Communications (514)898-9691

403 Garderies
 GARDERIE milieu familial, Aylmer, 7\$/jour; 1 place disponible immédiatement pour fille de 2 ans et plus; (819)682-4338

GARDERIE privée, 2 places disponibles, 18 mois et +, contactez Chantal, (819)684-8739

412 Santé
 PERDEZ jusqu'à 15 lb par mois et retrouvez votre forme, Stéphanie votre coach en perte de poids, 1-888-276-7003

416 Activités sociales
 LA ligue féminine de balle lente de Gatineau est à la recherche d'une 6ième équipe. Pour plus d'informations, contactez Martine Letang au (819)669-4190, après 19h seulement

424 Astrologie/occultisme
 AVEZ-vous déjà fait face à la vérité des prophéties? Faites-moi confiance et vous frissonnerez. Je connais votre passé, futur et présent. 18+ 3,99\$/min. 1-900-451-9602 Visa/Mastercard, 1-866-752-7779. www.psychicmedium.ca

424 Astrologie/occultisme
 12 minutes gratuites et des réponses précises! L'Ère du Verseau. Que demander de mieux! 8 années d'expérience! Des milliers de clients satisfaits! Et oui en composant le 1-900-451-6675, et en étant facturé pour un appel complet. Et bien vous aurez droit à 12 minutes gratuites! Vous pourrez parler avec des vrais spécialistes dans le domaine du tarot, de la numérologie, de l'astrologie, et de la voyance pure. Ils pourront répondre à vos questions d'amour, d'argent, de bonheur, et encore plus! Composez dès maintenant l'Ère du Verseau au 1-900-451-6675 à 3,79\$/min. seulement. 18 et plus!

A A A Jo-Soleil voyante 15 ans expérience. Composez 1-900-451-8883 24/24-7jrs/7-18 ans+ à 3,99\$/min. Possibilité de minute gratuite et de bloc de temps à 1,99\$/la minute. Info. quelle voyante est en ligne. (514)724-6904. Vous trouverez des réponses à vos questions et des solutions rapides à vos problèmes. Amour-santé-travail-argent etc... Site Internet: www.josoleil.com Nous engageons. Consultation privée ou info. (514)869-8435

APPELLE c'est sérieux. Voyance naturelle, secret spirituel, astrologue réputée. Mme de Gaspé, 2,99\$/min., 21 ans+, 1-900-643-5779

ASTRO-CLUB, ligne de voyance en direct 24 heures à seulement 2,85\$/min. Consultez dès maintenant nos astrologues et nos tarologues d'expérience au 1-900-830-6767 à 2,85\$/min. Clinique d'ésotérisme avec Louise Haley (Mme Minou) 1-900-561-1212, 4,89\$/min. Procurez-vous le livre Prédiction 2005 de Mme Louise Haley, pour information ou pour paiement par visa, master, composez le (514)768-2000, ext. 1-800-799-6395, Visa, Master, 2,59\$/min. (+ taxes), ou visitez le www.prediction2000.com

TÉLÉ Voyance avec Céleste. Tel que vu sur les ondes de TQS et de TVA. Spécial Visa/Mastercard, seulement 2,99\$/la minute 1-866-voynance. Consultation en personne avec Céleste au 1-866-869-2623. Consultez dès maintenant Céleste, Richère, Benjamin, Marie-Claire.

Réponses rapides et précises 4,99\$/minute (+taxes) au 1-900-561-3000. Visitez notre site Internet: www.tvvoynance.com

430 Impôts
IMPÔTS pour particuliers, 30\$. Prêts en 24 heures, Bruno, (819)643-3368

442 Construction/rénovation
 PEINTRE-JOINTEUR. Efficace, précis, soigné. (819)777-6428

TRAVAUX de goudron, joints, plafonds texturés, suspensions, 40 ans d'expérience, estimation gratuite, R.B.Q. 2 3 5 6 - 7 5 1 4 - 8 0 (819)663-8351

454 Tapis/nettoyage/pose/vente
 NETTOYAGE tapis: 15\$ + par pièce, sofa aussi camion/ usi- ne. (613)261-5050

482 Services divers
CASIER judiciaire? Faites-le disparaître! Evaluation gratuite: Accès à de nouveaux emplois, entrée aux États-Unis, tranquillité d'esprit. Centre du Pardon National. Demandez Lise: (514)842-2411. www.nationalpardon.org

TELEPHONE débranché. Reconnectez votre ligne téléphonique avec Tembo. Boîte vocale gratuite pour 2 mois! Aucun dépôt ni enquête de crédit. Interurbains 4.5¢/minute. 1-877-468-3626

510 Agence de rencontres avec permis
 A A A. 100% Gai. La ligne "gaie" la plus libre du Québec. Gratuit chaque jour entre 4h-16h pour les membres payants. Appelez (418)688-4488, composez le code 340

A A A. Rencontres des célibataires sexy. 1er essai gratuit pour les hommes, toujours gratuit pour les femmes. Appelez (418)948-0303, entrez le code 328

580 Occasions/propositions d'affaires

510 Agence de rencontres avec permis
 A A A. SEX etc. Insatisfait? Frustré? Appelez (514)448-8888 et rencontrez d'autres qui en manque aussi! Composez le code 900. (30 min. 1-900-561-8888 25\$/appel)

LE réseau rencontre qui fesse! La ligne de rencontre où le plaisir commence! Mesdames! Obtenez le double de vos points! Pour une durée limitée. Consultez notre site Internet pour connaître la liste de nos cadeaux au www.leresseau.com. Devenez membre gratuitement en composant le (514)768-3999. Messieurs, bloc de temps pour aussi peu que 25\$ au 1-900-561-7393. Plus pour votre argent, en payant par Visa/ Master Card au (514)768-3999. Osez le direct, en composant le 1-900-830-9900, 2,45\$/minute (pour 10 minutes), Visa/ Master Card (514)768-3999, 1-800-571-3999 (pour les gens de l'extérieur), www.3xxx.com, sexe en direct par Web Cam.

580 Occasions/propositions d'affaires

COBRA designer·manufacturier

Démarrez votre propre entreprise **COBRA JEANS**. Devenez le propriétaire d'une franchise avec **COBRA**. Vendez des vêtements d'une marque solidement implantée. Opportunité idéale. Une franchise Cobra offre un excellent retour sur l'investissement. Pour partir vous devez assumer l'achat initial de 15 000.00\$. Nous offrons le support technique.

Charles Boisvert
Tél. : 1-819-549-2525

Vendez ou achetez 'Régional'

Réponses rapides et précises 4,99\$/minute (+taxes) au 1-900-561-3000. Visitez notre site Internet: www.tvvoynance.com

430 Impôts
IMPÔTS pour particuliers, 30\$. Prêts en 24 heures, Bruno, (819)643-3368

442 Construction/rénovation
 PEINTRE-JOINTEUR. Efficace, précis, soigné. (819)777-6428

TRAVAUX de goudron, joints, plafonds texturés, suspensions, 40 ans d'expérience, estimation gratuite, R.B.Q. 2 3 5 6 - 7 5 1 4 - 8 0 (819)663-8351

454 Tapis/nettoyage/pose/vente
 NETTOYAGE tapis: 15\$ + par pièce, sofa aussi camion/ usi- ne. (613)261-5050

ACHETONS autos, camions pour recyclage, payons bien, remorquage gratuit. AUSSI À VENDRE cabriolet, automatique, ext. bleu int. bleu en cuir.

Trouvez ce que vous cherchez sur **www.quebecclassees.com**

PISTE CYCLABLE

FINANCEMENT DISPONIBLE

VUE PANORAMIQUE

TRANSPORT EN COMMUN

AUCUNE TAXE D'AMÉLIORATION LOCAL

TERRAINS À VENDRE (SECTEUR GATINEAU)
POUR INFO: JEAN COSTA 663-8410

'Régional'

Branchez-vous!

À vendre: un vrai kit pour bassiste intermédiaire (pour les débutants aussi!) Le kit comprend:
 -1 basse électrique
 -4 cordes finitions impeccables et à la jouabilité irréprochable de bonne marque.

Trouvez ce que vous cherchez sur **www.quebecclassees.com**

Impôt\$-ez vous le Bon Choix!

SPÉCIAL IMPÔTS
 Pour particulier 30\$ par pers. et plus (féd. prov.)
 INTERNET INCLUS 7 JOURS PAR SEMAINE
 Cell. : 277-7125

FRANCINE ROCHON
 Optez pour la qualité!
 Comptabilité et Impôts
 Personnel - PME - Fiducies
246-6684

SOLUTION 2000
 Impôts des particuliers
 Fiducie - Impôts corporatifs
 Gatineau : 643-9723
 Val-des-Monts : 671-0955

IMPÔTS PLUS
 400, Maloney Est. #102
669-1118

Benoit Racine
 Comptabilité - Impôts
 Vos impôts... sans vous déplacer!
 Gatineau (819) 923-4077

DÉCLARATIONS D'IMPÔTS
 Particuliers - Entreprises - Sociétés
 (service à domicile)
665-7835

PUBLI-SAC
 TRANSCONTINENTAL
DISTRIBUTEURS RECHERCHÉS
 pour nos distributions du mercredi et samedi
 Revenu secondaire intéressant
 Véhicule obligatoire
 Activité familiale intéressante
 Communiquez avec la personne ci-dessous selon les 3 premiers caractères de votre code postal

JOP-JOR	Line Cousineau	843-5217
JOF-JOV	Marc Lafleur	243-0837
JEZ-JEY	Normand Pilon	665-1590
JBA-JBB	Marc Charrois	682-8718
JBM-JBL	Jean-Marc Manguon	986-3837
Petite-Nation Raymond Soucy		427-6580

Vous cherchez un emploi et vous croyez qu'il est impossible d'en trouver un, alors ne lisez pas cette annonce.

Mais, saviez-vous que 80% de nos participants ont retrouvé un emploi en moins de 3 mois : c'est le cas de Lucie, Gaston et Jennifer. Alors, faites comme eux, posez le bon geste!

Informez-vous au :
(819) 770-6444
 Peut-être que le prochain job sera le vôtre!

ACURA EL Sport 1999, argent, toit ouvrant, aileron, mags. CD. A1, 154.000 km., 7.900\$.
 (819)669-3655

AVIS DE DEMANDE DE CHANGEMENT DE NOM
 Prenez avis que Catherine Saucier, dont l'adresse du domicile est le 45 Bédard, app. 407, Gatineau (Qc) J8Y 6A1, présentera au Directeur de l'état civil une demande pour changer son nom en celui de Catherine Calderon.
 Gatineau, le 1^{er} mars 2005
 Catherine Saucier

DÉCLARATION D'INTENTION (article 37, Loi sur la publicité légale des entreprises individuelles, des sociétés et des personnes morales)
 Prenez avis que la compagnie ou la personne morale sans but lucratif Le Centre régional d'incubation d'entreprise de Gatineau, ayant son siège social au 25 Laurier, bureau 700, Gatineau, J8X 4C8, a l'intention de demander sa dissolution au registraire des entreprises et, à cet effet, produit la présente déclaration requise par les dispositions de l'article 37 de la Loi sur la publicité légale des entreprises individuelles, des sociétés et des personnes morales et conformément à l'article 28 de la Loi sur les compagnies.
 A Gatineau, le 11 mars 2005
 Yves Perigny

Souper bénéfique
 Un souper spaghetti aura lieu le 11 avril entre 17h et 20h à la Cage aux sports du secteur Hull, au profit du stage que réaliseront des étudiantes de l'Outaouais au Bénin. Billets en vente au coût de 8\$. Info: lanc13@uqo.ca.

Souper-spectacle
 La Fondation des Services de Santé d'Aylmer tiendra son deuxième souper-spectacle le 16 avril à l'École secondaire Grande-Rivière située au 100, rue Broad, secteur Aylmer. Les artistes invitées seront Véronique Turcotte, Dana Pément et Ariane Gauthier. Billets: Jacques Gagnon au 684-6130 ou Noël Lazure au 684-9906.

Fête des mères
 Le comité OCSOB organise un brunch familial spécial Fête des mères, le 8 mai de 8h à 14h à l'église St-Jean-Bosco, 100, rue Scott, secteur Hull. Coût: 3,50\$. Info: Mathieu au 775-3988.

Wawanesa
 Depuis 1896, Wawanesa a protégé des centaines de milliers de personnes, ce qui explique son importante envergure. Notre croissance est due en grande partie à l'effort continu de notre équipe chevronnée, dont le professionnalisme ne fait pas de doute. Afin de respecter notre gage d'assurance envers nos clients, nous recherchons des candidats favorisant l'atteinte de résultats et un service à la clientèle de qualité supérieure.

Expert en sinistres à l'interne
 • Poste permanent
 • Hull (440, boul. Saint-Joseph)

Vous enquêtez sur les sinistres de nos assurés, évaluez les pertes et appliquez les différents contrats résidentiels et automobiles appropriés, pour ensuite en recommander le règlement.

Si vous détenez un permis de l'Autorité des marchés financiers (AMF) ou un DEC, un DEP (1350 h) ou une AEC (950 h), êtes dynamique et bilingue et que vous vous distinguez par vos aptitudes pour la communication et les relations interpersonnelles, nous avons une excellente proposition à vous faire! Que vous ayez de l'expérience en assurance ou non, nous aimerions faire votre connaissance.

À ceux qui ne possèdent pas la certification d'Expert en sinistres de l'AMF, nous offrons une formation rémunérée vous préparant aux examens nécessaires à l'obtention de votre permis, vous ouvrant ainsi la voie à une carrière aux possibilités illimitées.

La notoriété de Wawanesa n'est plus à faire! Vous trouverez une stabilité d'emploi, une rémunération concurrentielle, une vaste gamme d'avantages sociaux, de même qu'une équipe sans pareil.

Découvrez les multiples facettes du domaine des assurances!

Si ce défi vous intéresse, veuillez nous faire parvenir votre curriculum vitae avant le 8 avril 2005, en précisant le poste convoité et en mentionnant la référence HULL-002, par courriel à rhquebec@wawanesa.com ou par télécopieur au 514-342-1742.

Nous souscrivons au principe de l'équité en matière d'emploi.

535 Services personnels divers
 GRATUIT! gratuit! gratuit! gratuit! www.sexatout.com ou le 1-800-811-7393, visitez notre boutique érotique en ligne. Vous manquez de temps? Et bien magasinez dans le confort de votre foyer. Service 24 heures sur 24! Nos représentantes se feront un plaisir de vous conseiller et de répondre à vos questions. Spécial du mois: Vibrateur Vibe et un lubrifiant Slick pour 14,95\$. Envoi postal discret, délai de livraison rapide. Différents modes de paiement pour mieux vous servir: Visa/ Mastercard, mandat poste et argent comptant sur livraison (COD). Demandez votre catalogue gratuit! Osez les fantasmes! Composez dès maintenant le 1-900-561-3050 à seulement 15\$/appel.

705 Cours
 DEVENEZ un auteur à succès avec notre cours d'écriture par correspondance. Recevez gratuitement notre brochure. 1-800-267-1543. www.qualityofcourse.com, brochure@qualityofcourse.com. L'École de rédaction, 734-38 av. McArthur, Ottawa, ON, K1L 6R2.

MUSIQUE (option à domicile). Chant, piano, guitare, batterie, saxophone, flûte, trompette. Évaluation gratuite. Tél.: (819)682-3333

910 Motos à vendre
 HONDA Shadow 2002 ACE 750, moins de 15.000 km., neuve et argente. Presque neuf. 6.000\$. Jour: (613)562-5800 #3484. Soir: (819)771-6537

920 Bateaux/moteurs
 PRINCECRAFT Starfish 1994, moteur Mercury 25 forces, remorque. 6.900\$. (819)665-8637

940 Tracteurs/machinerie agricole
 URGENT besoin, achetons: pépines, bulldozers, "skidders", trailers avec chargeuses et tracteurs de ferme. payons bon prix comptant. Tél. (819)353-1777

555 Argent à prêter
AUCUN CRÉDIT REFUSE
 Prêt de 500\$ remboursable à 62.50\$/semaine.
 (450)776-5558

Réponse 24h Régler vos problèmes
 1ère-2e-3e hypothèques
 Bon ou mauvais crédit
 (613)558-7669

585 Services financiers
 ATTENTION, consolidation de dettes, cartes de crédit, impôts, tps, tvq, Hydro, saisies, 5000 et +. Aucun frais d'ouverture d'ouvert. Proposition un seul paiement par mois, 8h à 20h, 7jrs/7, Gestion Léonard et ass. Tout le Québec sans frais 1-800-261-8667

ATTENTION
 Prêts 2e hypothèque, aucune évaluation requise, service rapide. (819)778-4506

PROBLÈMES financiers!
 Étouffé par vos dettes? Mettez fin au stress et harcèlement. Ensemble trouvons une solution. Consultation gratuite Bill Hatner Syndic. 8585 St-Laurent, Mtl. (514)983-8700

Raymond Chabot inc.
 LOI SUR LA FAILLITE ET L'INSOLVABILITÉ
 AVIS DE LA PREMIÈRE ASSEMBLÉE DES CRÉANCIERS
 Dans l'affaire de la faillite de :
4251709 CANADA INC.
 Avis est par les présentes donné que la faillite de 4251709 CANADA INC. faisant affaires au 132, rue William-Davis, Gatineau (Qc) J9J 2Z4, est survenue le 15 mars 2005, et que la première assemblée des créanciers sera tenue le 5 avril 2005, à 9 h, au 975, boul. St-Joseph, bureau 222, Gatineau, Québec.
 Fait à Gatineau, le 18 mars 2005.
RAYMOND CHABOT INC.
 Syndic de l'actif de 4251709 Canada Inc.
 Marc Lafrenière, CGA, CIRP
 Responsable de l'actif
 15, rue Gamelin, bureau 400, Gatineau (Québec) J8Y 1V4
 Téléphone : (819) 770-1234
 Télécopieur : (819) 770-4784

LOUNGE 426
 Nous sommes à la recherche de **SERVEUSES/SERVEURS ET PORTIERS**
 Présentez-vous avec votre C.V. et photo à compter de 21 heures les jeudis et vendredis
426 St-Joseph, Gatineau

Réliance Outaouais
 - Tu es une personne handicapée...
 - Tu es sans emploi...
 - Tu es prestataire de l'assurance emploi ou de l'assistance-emploi
 - Tu te sens seule et isolée?
 - Tu as besoin d'accompagnement...
 - Tu cherches un milieu de travail et tu ne sais plus où chercher...
 Une solution... LE SERVICE SPÉCIALISÉ DE MAIN-D'ŒUVRE
 Inscris-toi au (819) 770-6444
 ATS : 777-9164

MEGA ENCAN.COM
 Choisissez parmi plus de **1000 véhicules** d'occasion à **BAS KM** (retour de location, reprise, liquidation, saisie, etc...)
LES PLUS BAS PRIX DU MARCHÉ!
1261, boul. St-Joseph, Hull 770-2277
 www.megamitsubishi.com
OUVERT 8 JOURS/SEM.
 (1) Prix indiqués sont plus 395 \$, transport et reconditionnement (si le cas) inclus, taxes et immatriculation en sus.
 (** S.A.C., plan achat 130 versements (60 mois) ** 156 versements (72 mois)
 (***) 104 versements (48 mois) taux à partir de 7,70 % (financement minimum de 10 000 \$) tout inclus, 0 dépôt. Tous les détails chez Mega.
Financement rapide! 2^e chance au crédit! La différence c'est la qualité de Mega

 2004 Cavalier / Sunfire 4 portes, clim., auto., équipée. A partir de 10 950\$ ou 104\$ par semaine	 2003 Grand Caravan Sport Équipé, clim., lect. DC. 14 980\$ ou 141\$ par semaine	 2004-2005 Canyon ou Colorado 4x4 Auto., clim., King Cab ou Crew Cab. A partir de 24 780\$ ou 231\$ par semaine	 2005 Toyota Corolla Auto., clim., lecteur DC, bas km, certifié. A partir de 14 950\$ ou 141\$ par semaine
 2001 Kia Sportage 4x4 Auto. ou manuelle, équipée. A partir de 8 760\$ ou 86\$ par semaine	 2004 Chevrolet Malibu Automatique, clim., bas km. A partir de 14 800\$ ou 140\$ par semaine	 2004 Ford Freestar Automatique, équipée, climatiseur. A partir de 16 950\$ ou 160\$ par semaine	 2001 Nissan Pathfinder 4x4 Auto. ou man., équipée, «mags». A partir de 16 950\$ ou 185\$ par semaine
 2002-2004 Ford F-150 XLT 4x4 «King ou Crew Cab» Auto., V8, équipée, clim. A partir de 22 760\$ ou 213\$ par semaine	 2000 Toyota Sienna Auto., équipée, 7 passagers. A partir de 14 450\$ ou 158\$ par semaine	 2003 Pontiac Vibe AWD Équipé, auto., climatiseur. A partir de 15 880\$ ou 150\$ par semaine	 2005 Jeep Liberty 4x4 V8, automatique, lecteur DC, tout équipé, climatiseur, bas km, certifié. A partir de 21 900\$ ou 206\$ par semaine

Ontario Ville d'Ottawa Ville de Gatineau
Êtes-vous à l'emploi du gouvernement provincial, fédéral ou municipal?
Si oui financez votre prochain véhicule chez Mega et profitez à la hausse des ristournes bancaires de **500\$**
 * Financement à taux inférieur ou égal au vôtre!
 Ou... on veut devenir votre emplacement de choix pour votre prochain véhicule.
 ** S.A.C., financement minimum de 10 000 \$, terme de 12 à 72 mois, taux à partir de 7,70 % fixe, prêt ouvert, 500 \$ provenant de votre ristourne bancaire. (Détails chez Mega.)
 Primus, Wells Fargo et crédit LINK non éligible au 500\$

LES MEILLEURES GYMNASTES AU PALAIS DES CONGRÈS

Qualification de gymnastique artistique, les 25 et 26 mars

Pascal Laplante

laplantep@transcontinental.ca

Quelque 500 gymnastes des quatre coins de la province seront au Palais des congrès de Gatineau, le week-end prochain, dans l'espoir de se tailler une place pour le championnat québécois et canadien. Des athlètes de l'Outaouais sont en lice pour des médailles à cette compétition organisée par les Gymélites de Hull.

Les meilleures gymnastes du réseau national et provincial tenteront de se qualifier pour le championnat québécois, le championnat canadien de l'Est et pour le championnat canadien, selon les résultats. Il s'agit de la troisième et dernière

étape de la saison.

Les gens de la région sont invités en grand nombre pour encourager les jeunes: «C'est important d'encourager ces filles qui tentent de se dépasser dans l'atteinte de l'excellence, explique le président du comité organisateur, Sylvain Boucher. Il n'y a pas de frais d'admission, donc c'est une raison de plus d'encourager les jeunes.»

Les deux journées de compétition sont chargées, soit de 8h à 21h 30. Quelques clubs de la région, notamment Omnigym, Gym-Action et le club hôte, les Gymélites, seront en lice pour récolter des médailles. Près d'une centaine d'entre elles proviennent d'ici.

«Nos filles ont obtenu des résultats inespérés lors des Jeux du Québec», explique Sylvain Boucher, rappelant la

médaille d'or en équipe obtenue par la région, représentée par six Gymélites. Une première depuis huit ans et la fin de la domination de la Rive-Sud.

Par ailleurs, cinq des six athlètes des Jeux étaient présents, lors de la conférence de presse levant le voile sur l'horaire des deux journées de la 3e qualification. Parmi elles, Catherine Dion, double-médaille de bronze, compte récolter quelques podiums afin de voir son nom inscrit sur la liste d'Équipe Québec.

«Je suis déjà classée pour le championnat canadien en individuel, mais je dois finir parmi les six premières pour être avec le Québec pour le championnat par équipe, souligne-t-elle au Régional. Je crois que je vais être capable de faire mieux.»



Les gymnastes des Gymélites tenteront de bien faire à la maison, les 25 et 26 mars, au Palais des congrès de Gatineau. Photo: Pascal Laplante

Une récolte record pour le Club élite de badminton

Pascal Laplante

laplantep@transcontinental.ca

Le Club élite de badminton est revenu du championnat provincial de Sherbrooke avec 31 médailles, un record pour l'équipe régionale. Plusieurs joueurs de la région se préparent maintenant pour le championnat canadien, à la mi-mai.

La formation outaouaise a ramené 14 médailles d'or, 6 d'argent et 11 de bronze: «C'est notre

meilleure année. Nous avons l'équipe la plus nombreuse (avec 34 athlètes) et nous avons de très bons joueurs. C'était assez exceptionnel», affirme Claude Tessier.

Plusieurs athlètes ont terminé avec trois médailles au terme de cette compétition: Jonathan Fleury (3 or), Marie-Claude Lemoine (2 or et 1 bronze), Alex Bellehumeur (3 argent), Émilie Raby Roussel (1 or, 2 bronze), Chloé Raby Roussel (1 argent, 2 bronze), Cédric Morency (1 or et 2 bronze), Émilie Fleury

Larocque (2 or et 1 argent), Iliza H. Cloutier (2 or et 1 bronze) et Alexis Grenon (1 or et 2 bronze).

Fleury a été choisi le joueur par excellence chez les moins de 14 ans avec sa triple couronne en simple, double masculin et double mixte: «Il est très puissant sur le terrain», souligne Claude Tessier.

Une surprise est survenue à ce championnat en double féminin. Les jumelles Raby-Roussel ont perdu pour la première fois en deux ans contre l'une de leurs consœurs,

Marie-Claude Lemoine et sa partenaire, pour enlever le titre québécois.

Enfin, d'autres joueurs ont aussi remporté des médailles, soit Maxime Tessier et Piéric Langlais Gagné, champions québécois en double, Sébastien Croteau et Benjamin Fleury-Larocque celle d'argent, puis Félix Deblois Beaucage et Guillaume Tremblay, qui ont récolté le bronze. Le championnat canadien aura lieu en mai prochain dans l'Ouest canadien.

Le Pré-U cause LA surprise des régionaux

Pascal Laplante

laplantep@transcontinental.ca

La formation féminine du collège pré-universitaire Nouvelles-Frontières a causé toute une surprise en éliminant la seule équipe invaincue du circuit montréalais, le cégep Montmorency, obtenant du même coup la médaille d'argent lors de la finale.

Le Pré-U s'était assuré, la veille, de participer au championnat provincial en éliminant l'équipe classée deuxième dans le circuit de l'Asrsim, l'Abitibi-Témiscamingue, 71-63: «Les filles dominaient par 20 points à un certain moment de la rencontre. Nous avons eu une baisse de régime en fin de match, parce que l'écart aurait pu être plus grand», souligne l'entraîneur, Joël Belleau.

Le lendemain, la troupe de Joël Belleau affrontait Montmorency, équipe invaincue cette saison. Les représentantes de l'Outaouais perdaient par 10 points et ont remonté la pente avec deux minutes à faire dans le match pour l'emporter 60-59.»

«Je pense que ça a été LA surprise du championnat, souligne Belleau lorsque joint par Le Régional/La Revue. Les filles ont été impeccables, chacune a contribué. Pour nous, le travail était fait avant la demi-finale. Nous étions qualifiés pour les provinciaux et nous n'avions pas de stress.»

Nouvelles-Frontières, classée au premier rang de la deuxième division,

avait un calendrier très chargé. Les filles ont affronté les trois meilleures équipes de la Ligue et ont perdu contre Dawson en finale.

«Notre plan était sur deux ans et nous voici aux provinciaux à la première année, constate Belleau, qui dirige le programme pour une quatrième année. Nous allons maintenant devoir vivre avec le fait que nous n'avons que huit joueuses et que tout peut arriver en terme de fatigue, de blessure.»

Nouvelles-Frontières se rend donc au Saguenay, les 1^{er}, 2 et 3 avril, pour affronter la troisième équipe de tête de la région de Québec, Sainte-Foy. Joël Belleau a vu cette formation à une occasion, au début de l'année.

«Ce sont des filles rapides, grandes. Nous avons deux semaines pour nous préparer afin de faire une transition dans notre style de jeu.»

L'équipe compte sur cinq recrues et trois vétérans, mais tous ont donné un effort dans le système du Pré-U. «Notre force aura été de bien jouer défensive-

ment, souligne Belleau. Nous avons une bonne transition de la défensive à la contre-attaque. Il faut continuer dans le même sens.»



Le Pré-U a obtenu une surprenante médaille de bronze au terme du championnat de la Ligue de l'Asrcim. Photo: Pascal Laplante

DRAGONS: UN TRÈS LONG MATCH POUR LES BENJAMINES

Pascal Laplante

laplantep@transcontinental.ca

L'équipe benjamine AAA des Dragons de Hull a vécu toute une demi-finale lors du championnat de la ligue métropolitaine de basketball, en fin de semaine. Elles ont été battues après trois périodes de prolongation par les représentants de Saint-Bruno.

La formation de Marie-Claude Villeneuve, jeune et peu expérimentée, a donné tout ce qu'elle avait pendant ce match qui s'est terminé 64-59 après sept quarts de jeu: «C'est le genre de match qu'on ne voit pas souvent. C'était assez exceptionnel.»

Les filles ont eu directement accès à la demi-finale puisque leurs adversaires pour le match suicide, YMCA Pagé, ont été disqualifiées en raison de leur esprit d'équipe. La récolte de la médaille de bronze n'aura donc pas été une simple formalité puisqu'elles auront travaillé très fort pour l'obtenir.

«Les filles ont vécu une très belle expérience, nous avons eu quatre situations de fin de match dans une seule partie, souligne Villeneuve au Régional. C'est une très bonne préparation pour la Coupe du Québec (la semaine prochaine).»

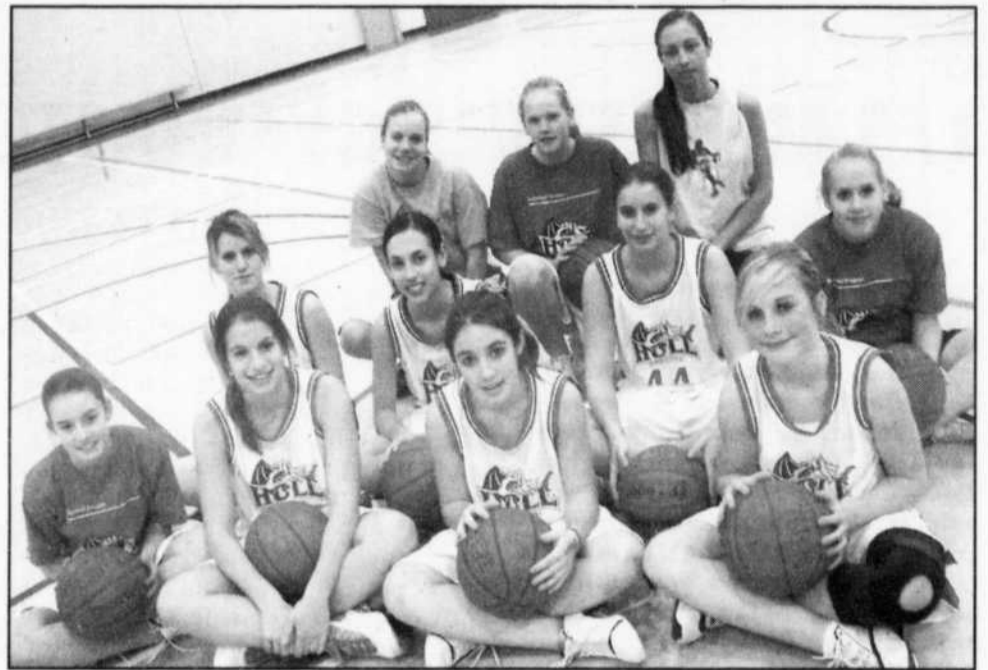
L'équipe benjamine AAA quitte la région, jeudi, pour participer au tournoi de la Coupe Québec, au cégep Montmorency, à Laval. L'entraîneure des Dragons de Hull attend la sortie officielle du classement, mercredi, pour savoir qui sera l'adversaire de son équipe lors de la première journée, vendredi.

Les juvéniles quatrièmes

Les Dragons de Hull juvénile AAA de Jonathan Brulotte ont subi une défaite en demi-finale 67-53 et n'avaient pas le coeur à jouer la finale de bronze. Les filles se sont d'ailleurs inclinées 54-55 contre Victoriaville pour se classer quatrièmes dans la Ligue métropolitaine.

«Notre objectif était de remporter l'or ou rien, souligne l'entraîneur lorsque joint par Le Régional. La motivation n'était pas là en finale du bronze et nous voulions reposer certaines joueuses pour être à la Coupe Québec plus en forme.»

Brulotte déplore l'attitude de certains spectateurs granbyens et entend se plaindre à la Ligue pour l'intimidation causée pendant cette partie: «Au troisième quart, c'était 39-39 et les gens se sont mis à crier toutes sortes d'insultes aux joueuses et aux arbitres. Ce n'est pas acceptable.»



La formation benjamine récolte le bronze au championnat de la Ligue métropolitaine en perdant en troisième prolongation contre St-Bruno.

Photo: Pascal Laplante

La troupe a dû composer avec l'absence de Valérie Benoit, Jelena Mastillo, Geneviève Munro. La basketteuse Danay Baker-Andresen a été mise à l'écart pour le match de la médaille de bronze afin de ne pas être mise à des risques de blessures.

Quant aux cadettes de Jean Forgues, elles se sont inclinées au match suicide contre Brockwood et n'ont pu se rendre plus loin. Il reste à déterminer si cette équipe pourra participer à la Coupe Québec, cette semaine.

Lapointe et Levac, champions du district de la capitale nationale

Simon Lapointe, chez les mini-midget (10-11 ans) garçons, et Karine Levac, chez les midget (12-13 ans) filles, ont terminé en tête du classement du Championnat du district de la capitale

nationale qui regroupait 12 clubs de l'Outaouais et de la région d'Ottawa.

Le calendrier comptait neuf courses mais seuls les six meilleurs résultats étaient retenus pour établir le

classement, à l'exception de la catégorie mini-midget où on a compilé les cinq meilleurs résultats. Une première place donnait 15 points au vainqueur.

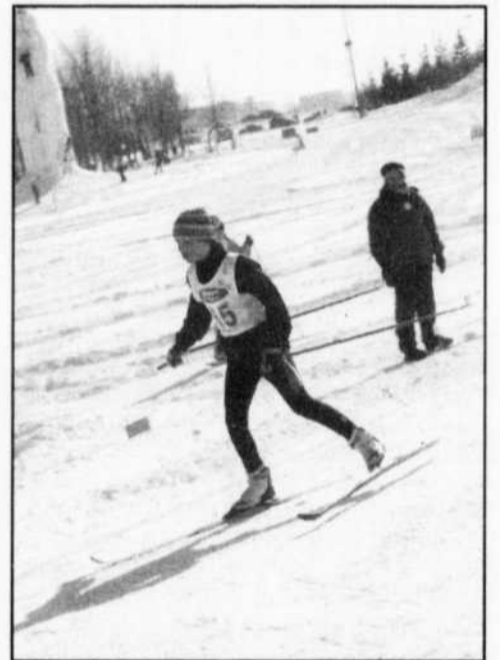
Simon Lapointe a terminé premier à l'issue des cinq épreuves qu'il a disputées. Karine Levac a également obtenu une fiche parfaite avec 90 points. Elle a terminé la saison avec huit victoires sur le circuit.

D'autres skieurs du Club Skinouk ont obtenu des podiums au classement cumulatif. Frédérique Vanier et Zacharie Turgeon ont terminé deuxième chez les pee-wee (8-9 ans). Alexis Turgeon a fait de même chez les mini-midget.

Chez les juvéniles (14-15 ans), on retrouve Béatrice Dionne, qui a terminé deuxième, alors que Jonathan Levac a pris le troisième rang. Finalement, Pierre-Olivier Dorego a terminé troisième chez les junior A. Le Club Skinouk a accumulé 1 775 points, bon pour la deuxième position au classement des clubs.

Le Club a été l'hôte de quatre épreuves du Championnat du district

de la capitale nationale à l'occasion de la Coupe Canada Haywood, les 29 et 30 janvier, et le Coupe Skinouk, les 12 et 13 février.



Simon Lapointe

Économisez-vous TROP pour votre retraite?

Si vous suivez à la lettre les recommandations des conseillers financiers, vous vous serrez peut-être la ceinture pour rien! La preuve dans cet ouvrage à contre-courant qui vous incite à penser à demain, oui, mais en profitant de la vie aujourd'hui.



Dany Provost • 296 p. • 27,95 \$

Comptoir St-Vincent de Paul de Hull Inc.
102, rue Edly, Hull 776-1068

Pourquoi acheter du neuf? ÉCONOMISEZ 70%

Nous avons un grand choix de meubles (ensembles de cuisine, chambre à coucher, de salon et de bureaux) de réfrigérateurs, cuisinières, matelas, antiquités, bicyclettes, livres et articles de loisirs et de sports pour tous les goûts.

Nos heures d'ouverture :
Dimanche 11 h à 17 h • Lundi et mardi 9 h à 17 h 30
Mercredi au vendredi 9 h à 21 h • Samedi 9 h à 16 h 30

SAMUEL LEBLANC-ROBERT AIMERAIT BIEN ÊTRE UN GRIFFON

L'athlète de la semaine dans l'Arséo



Pascal Laplante

laplantep@transcontinental.ca

Samuel Leblanc-Robert connaît la route 148 comme le fond de sa poche. Il l'emprunte tous les matins pour aller au Séminaire Sacré-Cœur et presque tous les soirs, soit pour le volley à Gatineau ou pour le hockey et le flag-football à Montréal.

Les lecteurs de La Revue de la Petite-Nation connaissent bien sa sœur Marie-Pascale, qui a remporté nombre de médailles en athlétisme. Mais son 'petit' frère est tout aussi athlétique, dans des disciplines bien différentes. Et il est un élève modèle sur les bancs d'école.

Il joue au soccer, au hockey, au flag-football et au volley pour le Séminaire Sacré-Cœur, un collège privé situé entre l'Outaouais et les Laurentides sur la route 148. De plus, il porte les couleurs de la région avec l'équipe juvénile sur le circuit civil, ce qui

l'oblige à s'entraîner à Gatineau régulièrement.

«Ça a peut-être l'air bizarre, mais je ne suis pas si débordé. Je ne fais pas tous ces sports en même temps. L'été, c'est le soccer. L'hiver, le volley et le hockey, puis au printemps, le flag. Mais c'est vrai que les fins de semaine, je suis toujours en tournoi, mais généralement, j'étudie pendant la semaine.»

L'athlète de Saint-André-Avellin excelle particulièrement au volley. Il faut souligner qu'il possède un atout que bien des entraîneurs aimeraient avoir en terme de stratégie : il est passeur gaucher.

«Les joueurs adverses sont toujours mystifiés devant moi, affirme le jeune homme lorsque rencontré par La Revue. D'abord parce qu'ils ne savent pas si je vais attaquer ou passer, puis parce qu'ils pensent en droitier. Ils attendent l'attaque à l'opposé.»

Cet atout et quelques autres qualités athlétiques lui ont valu une place sur la formation civile qui est dirigée par Vincent Pichette et qui s'entraîne au Cégep de l'Outaouais. Samuel Leblanc-Robert, qui est finissant, espère se tailler une place avec les Griffons, l'an prochain.

«Je suis inscrit au Cégep en sciences de la nature, indique celui qui main-

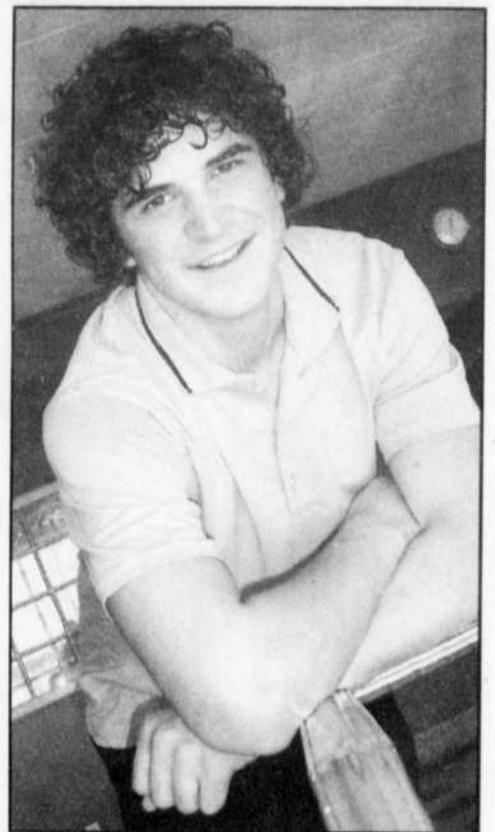
tient de très bonnes notes en physique, en mathématique, en biologie et en chimie. Je vais me forcer pour obtenir une place sur l'équipe au camp d'entraînement.»

Il ne devait pas être de cette équipe au début de l'année: «Notre équipe est allée jouer un tournoi à Gatineau et l'entraîneur Vincent Pichette a demandé à des joueurs de venir participer au camp de sélection. J'y suis allé et j'ai fait l'équipe.»

La formation civile de l'Outaouais s'est constamment améliorée, aux dires de l'athlète de la semaine de l'Association régionale du sport étudiant (Arséo): «À Montréal, au début de l'année, nous n'avons pas bien fait. À Québec, nous avons moyennement performé alors qu'au tournoi de Hull, ça a bien été.»

En attendant, l'athlète du Séminaire Sacré-Cœur continue d'aider son équipe de volley et très bientôt, il devra faire des allers-retours à Montréal pour jouer au flag-football puisque c'est avec cette Association régionale que l'école privée est associée pour cette discipline.

«Quand je pars, c'est soit à Montréal ou à Gatineau. Mais l'an prochain, ça sera seulement à Gatineau.» La route 148 ne risque pas d'en être moins usée pour autant...



Samuel Leblanc-Robert pratique bon nombre de sports, mais c'est au volleyball qu'il risque de poursuivre sa carrière au collégial.

Photo : Pascal Laplante

SPORTS EN BREF

Inscriptions de baseball - Aylmer

L'Association de baseball amateur d'Aylmer tient ses inscriptions pour ses joueurs. Les enfants doivent avoir cinq ans. Les inscriptions ont lieu aux Galeries Aylmer le jeudi 7 et les vendredis 1^{er} et 8 avril, de 17h à 20h, et les samedis 2 et 9 avril, de 10h à 17h. www.aylmerbaseball.com. Info 682-9966.

Inscriptions - soccer adulte

La Ligue de soccer récréative CSGO recherche des joueurs âgés de 18 ans et plus pour sa saison de mi-mai à mi-septembre. La CSGO compte des ligues senior, masculine, féminine et mixte. L'inscription aura lieu au restaurant la Cage aux Sports de Gatineau (325, boul. Gréber, secteur Gatineau) le 4 avril de 17h à 20h. Info : 568-6174 ou 934-4286.

Baseball - Val-des-Monts

Inscriptions pour les garçons et les filles, le samedi 2 avril, à l'aréna de Val-des-Monts. Le coût est de 40\$ par joueur pour l'inscription. Info: Luc Campeau au 671-1892 ou Marc-André

Martin au 671-1815

Entraîneurs - football

L'école secondaire D'Arcy McGee recherche des entraîneurs pour son équipe de football. Avis aux anciens ou aux entraîneurs ayant une expérience de la discipline. Info: Denis Benoit au 777-8680.

Repas à la chandelle

L'Association athlétique et sociale Hull Volant (161 rue, Notre Dame de l'Île) organise un souper à la chandelle le samedi 16 avril. Le repas sera composé d'une soupe, rôti de bœuf au jus, dessert et thé/café. Coût du billet: 15\$ Info ou réservation: Pierre ou Denise au 776-2006.

Inscriptions - Maître d'armes

L'école de combat médiéval Les Maîtres d'Armes entame bientôt une deuxième session. L'école offre des cours basés principalement sur les manuscrits de Fiore dei Liberi, un maître italien ayant vécu au début du 15^e siècle, et de Johannes Liechtenauer, un maître allemand du 14^e siècle. L'organisme invite

toutes les personnes souhaitant assister à une séance de se présenter à l'école Aux Quatre Vents, rue de Neuville, secteur Masson-Angers,

tous les mardis dès 19h. Info: Jason Smith au 210-3324, Bernard Emmerich au 778-6441 ou par courriel à MaitresArmes@Gmail.com.

Merveilles de l'Orient

Du 20 novembre au 11 décembre 2005.

Croisière de 16 nuits à bord du Diamond Princess au départ de Beijing. Découvrez les charmes de l'Asie en explorant la Chine, la Corée du Sud, le Japon, le Vietnam, la Thaïlande et la Malaisie.

À partir de seulement

6 209\$*

* Tarif par personne

Le prix n'inclut pas les frais de contribution au Fonds d'indemnisation des clients des agents de voyages de 3,50 \$ par 1000 \$.

En occupation double en cabine extérieure incluant le forfait vol au départ de Montréal, 3 nuits à Beijing, 1 nuit à Singapour, un tour de ville de Hong Kong, les transferts et toutes les taxes.



Voyages

Succursale de Gatineau
290, boul. St-Joseph
(819) 778-2225

FINANCEMENT FACILE

Ne perdez plus votre temps!

Aucun cas refusé.

On dit

OUI!



CARAVAN 2000

Toute équipée



NEON 2001

En toute confiance,
je travaille pour vous...

Appelez Dan au
(613) 858-3111

TAUX
A PARTIR DE

8,95%

Fini les maux de tête!

1^{ère}, 2^e, 3^e chance, bienvenue!

Capital Dodge Chrysler

Marché Frais

www.marchefrais.com

Nous
souhaitons à tous
nos clients de
**Joyeuses
Pâques**

NOUVELLE RÉCOLTE
de la Californie ou de la Floride

FRAISES

1 97\$

contenant
de 1 livre

Arrivage frais du jour

**CANTALOUPS
SUCRÉS**

97¢
chaque

MELON MIEL
juteux

97¢
chaque

Arrivage frais
BROCOLI

97¢
la botte

TOMATES ITALIENNES
Roma

97¢
lb
2,14 \$ kg

CONCOMBRES
sans pépins

Grandeur
moyenne **97¢**
ch

CORIANDRE
fraîche

Grosse
botte **97¢**
la botte

CAROTTES MINI
Prêtes
à manger

97¢
sac 12
onces

DÉLI DU MARCHÉ

JAMBON PARISIEN

Tour Eiffel

99¢
100 gr
4,54 \$ lb

POISSONNERIE LAPOINTE

**FILETS de
MERLU**

LAPINTE
Fondé 1967 • Founded 1967

6 99\$
lb
1,54 \$ 100 g

ÉPICERIE

CRÈME FOUETTÉE AÉROSOL
Sealtest

225 g **2 49\$**

**PAIN de VIANDE
ASSORTIS**

Schneiders

1 09\$
100 gr
4,94 \$ lb

BAR À SALADE

BOL de FRUITS  **Marché Frais**
avec TREMPETTE

24 onces
rég. : 4,79 \$

3 79\$
CHAQUE

**PETITS PAINS
SEMI-CUITS**

Betty

pqt 12 **1 89\$**

FROMAGE GOUDA

Damafro

1 79\$
100 gr
8,16 \$ lb

BOULANGERIE

TARTES 4 POUÇES

Toutes les sortes

99¢
CHAQUE

MARGARINE  **Marché Frais**
non hydrogénée

454 g **1 49\$**

HULL

320, boul. St-Joseph
(Galeries de Hull) 771-3132

SERVICE DE TRAITEUR ÉLECTRONIQUE
Visitez www.marchefrais.com

Lundi et mardi de 8 h à 18 h Merc., jeudi et vendredi de 8 h à 21 h
Samedi de 8 h à 17 h et dimanche de 9 h à 17 h
PRIX EN VIGUEUR DU 20 AU 26 MARS 2005
*Nous nous réservons le droit de limiter les quantités