

PENNY LAMARRE

Branchée sur le positif

ISABELLE GABORIAULT

isabelle.gaboriault@hebdoleplus.qc.ca

Est-ce qu'on rend la pareille à une personne que l'on sait malade quand celle-ci nous demande si on va bien? En compagnie de Penny Lamarre, oui. La femme de 43 ans parle ouvertement de son état. La leucémie aiguë qui l'a récemment assaillie, elle veut en parler pour aider et inspirer les gens présentement dans la même situation qu'elle. Rencontre avec une battante qui croit en la force d'un réseau, en affaires comme dans la vie.

Il y a à peine quatre mois, Penny Lamarre veillait sur ses enfants comme le font toutes les mamans. Elle était capitaine de son équipe de hockey balle. Elle faisait du vélo et planchait, à petits pas, sur le lancement de sa nouvelle compagnie prônant le réseautage autrement. Jamais elle n'a vu venir ce qui allait lui arriver. «Je suis une machine, lance-t-elle. J'ai toujours dit que je vivrais jusqu'à 100 ans!»

Toutefois, le 24 mai dernier, à la suite d'une troisième semaine à vivre une extrême fatigue — elle pouvait dormir entre 16 et 20 heures par jour la dernière semaine avant de consulter —, le diagnostic est tombé: leucémie myéloïde aiguë.

Ce jour-là, en une demi-journée seulement, elle a vu son médecin et passé des tests sanguins. Rapidement, elle recevait ses résultats et, par le fait même un diagnostic. Attendue au CHU de Sherbrooke par un oncologue, elle a immédiatement commencé un traitement de chimiothérapie par voie orale. «Il fallait mettre mon système immunitaire à off, raconte-t-elle. Sur le coup, j'ai pensé à mes enfants (Gabrielle, 11 ans et Jacob, 9 ans). Ils ont un papa extraordinaire et présent. Je savais qu'ils ne manqueraient de rien. Et c'est là que j'ai décidé de ne pas me "battre contre" le cancer, mais de travailler avec mon corps. De faire une



Une campagne a été lancée récemment sur GoFundMe pour donner un coup de main à Penny Lamarre. — FOURNIE PAR PENNY LAMARRE ET PHOTO ALAIN DION

espèce de *mindset* de guérison. Je suis une fille ultra positive.»

Formée en anthropologie, en vente, en marketing et en gestion, Penny aime d'ailleurs utiliser une image liée à son domaine pour illustrer le mal qui la ronge. «Il y a quelque chose dans la gestion de production qui ne fonctionne pas!, lance-t-elle. Alors je parle à mes cellules.»

Penny subit aussi des traitements de chimiothérapie aux trois semaines. Elle saura bientôt si elle devra recevoir une greffe de moelle osseuse. Malheureusement, sa sœur n'est pas compatible avec elle. Dans l'éventualité d'une greffe, Héma-Québec devra lui trouver un donneur. D'ailleurs, elle tient à rappeler l'importance de contribuer au Registre des donneurs de cellules souches. «Ça fait une énorme différence», dit-elle. Et le dépistage pour être donneur est plus facile qu'avant.»

COUP DE POUCE

Tout a déboulé pour Penny une fois qu'elle est entrée à l'hôpital. D'ailleurs, elle n'a que de bons

mots pour les gens qui ont croisé sa route depuis. «J'ai beaucoup de gratitude pour le personnel des hôpitaux, insiste-t-elle. Quand ça compte, ils livrent, et avec le sourire.»

Entourée dans sa vie personnelle de gens tout aussi dévoués, la mère de famille, alors sur le chômage, a eu la surprise de voir deux de ses amies, Sonia et Rachel —qui ne se connaissaient pas — mettre en marche une campagne de socio-financement pour lui venir en aide sur la plateforme GoFundMe (Guérison de Penny). «Comme je suis plus du genre à donner, au début, j'avais du mal à accepter l'idée de recevoir...», raconte-t-elle. L'objectif est fixé à 10 000\$.

LA CONNECTEURE

Avec sa petite entreprise, Kana-ka, qui signifie «humain» en hawaïen, Penny souhaitait amener les entrepreneurs, petits et grands, à faire du réseautage autrement. Dans cette optique, elle est devenue La connecteure. Sur sa chaîne YouTube, elle souhaite «que les gens connectent

mieux avec eux-mêmes pour ensuite mieux connecter avec les autres», et ce, autant au niveau personnel que professionnel. «La force d'un réseau, c'est un filet de sécurité, estime-t-elle. J'en suis la preuve vivante! Les gens sont là, présents autour de moi. Le *mindset* de guérison, on va le faire tous ensemble.»

Un tournoi de dek pour Penny

Joueuse depuis plus de huit ans et capitaine des Sweet Girls, Penny Lamarre verra, en août, un tournoi de dek hockey organisé pour lui venir en aide. Mélissa Grondin et Marie-Michèle Benoit ont décidé d'organiser un événement le samedi 25 août, au Dix10, pour soutenir leur amie dans l'épreuve qu'elle traverse actuellement. Les gens qui veulent participer peuvent contacter Mélissa au 450-522-0369 ou Marie-Michèle au 450-775-8775.

Le Plus



Souvlaki de boeuf mariné 55 g ch
99¢ ch.

TOURNEDOS DE POULET MARINÉ 150 g ch. **2 99\$** ch.

BROCHETTE DE BOEUF MARINÉ 150 g ch. **2 99\$** ch.

CÔTE LEVÉE DE PORC MARINÉ /lb 15,41\$/kg **6 99\$**

POITRINE DE DINDE LES 2 DION (blanche, fumée ou tomates basilic) 100 g **2 19 \$**

BOUCHERIE LES 2 DION
9, BOUL. MOUNTAIN, GRANBY
450 777-0267

Bar à salade maison à 1/2 prix les mardis, mercredis et jeudis!

Horaire:
Lundi au samedi : 8 h à 18 h
Dimanche : 10 h à 18 h

DU 14 JUIN AU 2 AOÛT 2018

À l'achat de 12 bouteilles ou canettes des produits Labatt et plus

COUREZ LA CHANCE DE

GAGNER
3000 \$

À DÉPENSER AU

MARCHÉ
du Village



TIRAGE LE 2 AOÛT 2018

Sortie 55 / Autoroute 10 • 98, route 235, Ange-Gardien • marcheduvillage.com 

APPRÉCIEZ DE MANIÈRE RESPONSABLE. †AUCUN ACHAT REQUIS pour participer aux concours Labatt. Doit avoir l'âge légal de consommer de l'alcool. Résidents du Québec seulement. Le concours se termine le 2 août 2018. Il y a une carte de crédit prépayée à gagner dans cet établissement d'une valeur approximative de 3000 \$. Les gagnants potentiels doivent répondre correctement à une question réglementaire et être en conformité avec le règlement du concours pour réclamer leur prix. Pour plus de détails ou obtenir une copie du règlement complet, adressez-vous au responsable de l'établissement. ®/MD Les marques de commerce sont la propriété de leur titulaire respectif.

Des vacances en forêt



ENTRE LES LIGNES

Isabelle Gaboriault

isabelle.gaboriault@lavoixdelest.ca

Bravo!
Un matin la semaine dernière, deux personnes en autant d'heures ont tenu à me féliciter. Je n'avais pourtant pas fait grand-chose: juste fermé ma sonnerie de cellulaire... et oublié de la réactiver.

Éteindre ma sonnerie, je pose ce geste tous les soirs de la semaine en me couchant et de façon plus définitive le vendredi. Le hic: j'oublie une fois sur deux de remonter le son. Et, comble de malheur pour ceux qui tentent de me joindre, je n'ai jamais activé ma boîte de messagerie. C'est à se demander pourquoi j'ai un cellulaire!

M'en sert comme réveil-matin et comme *flashlight*, bon.

Même que pour une question d'ondes malsaines, la prochaine étape serait de laisser l'appareil dans le vide-poche sur le bord de la porte d'entrée et de m'acheter un réveil-matin digne de ce nom. Un vrai. Un qui ne libère rien d'autre que l'heure. Ça s'en vient.

Ceci dit, mon téléphone est loin d'être le prolongement de moi-même. Dans le monde où l'on vit, c'est presque un exploit. La preuve, on m'idolâtre.

La première personne a avoir applaudi ce détachement, est

ma collègue Marie. Elle qui gère une page Facebook pro et une perso, qui twitte plus vite que son ombre, qui répond à ses courriels dans la demi-seconde et qui prend plus de photos de chats et de gâteaux faits avec du fondant de toutes les couleurs que tous les gens que je connais réunis, a réalisé un jour qu'elle avait souvent les yeux rivés à son téléphone intelligent. En fait toujours. Elle souhaitait renverser la vapeur.

Qu'est-ce qui l'a aidée? Une application, voyons!

Forest lui permet aujourd'hui de déconnecter, le temps de planter un arbre virtuel. Le principe est simple.

Supposons que Marie veut prendre une pause de son cell, elle détermine le temps que prendra son arbre à pousser. La durée minimale pour avoir un beau feuillu est de 25 minutes. Toutefois, si elle décide d'aller lire ses courriels ou de texter son fiancé, son arbre meurt. Un appel entrant aussi agit comme un bon coup de hache. Au fil du temps, elle a réussi à faire grandir toute une forêt. Au sens propre et figuré, car la compagnie à l'origine de cette application verte est associée avec l'équipe de *Trees for the Future*. L'organisation fait don à des programmes de reforestation



— 123 RF

dans le monde réel, entre autres en Afrique, œuvrant par la même occasion à la détoxification de la planète. L'appli est basée sur le renforcement positif. Elle fait appel à la conscience de chacun et permet de développer un sentiment d'accomplissement. C'est quand même beau. Être accro, ce serait mon genre de gadget.

La deuxième personne à m'avoir louangée ce jour-là, c'est Penny, une femme de mon âge qui se bat présentement contre une leucémie foudroyante.

Spécialiste du réseautage, elle a trouvé sain de voir que j'arrivais à

décrocher. Car oui, j'ai vite accès à mes courriels du bureau sur mon cell. Mais je ne les lis que très rarement de la maison.

«L'équilibre». Voilà ce qu'elle prônait avant d'être malade. À cela, elle a ajouté «Vivre le moment présent».

«Profitez de la vie et n'attendez pas à la retraite pour le faire, qu'elle a dit comme en s'adressant à la Terre entière. Prenez le temps de sentir votre café le matin et, surtout, dites aux gens que vous aimez que vous les aimez!»

Du coup, elle venait de dresser le programme de mes vacances.

Au cours des trois prochaines semaines, je profiterai des petites choses de la vie. Mais juste avant, je vais démarrer *Forest*.

En 22 jours, je vais pouvoir en planter des arbres!

«Pis Gabo, qu'est-ce que t'as fait pendant tes vacances?», vont me demander les gens à mon retour.

Ce à quoi je vais répondre: «J'ai reboisé l'Ouganda avec comme seul outil, mon pouce droit!»

Cette chronique fait donc relâche pour trois semaines. On se retrouve à la mi-août.



Ne manquez pas notre cahier spécial sur le



CHALLENGER
BANQUE
NATIONALE
GRANBY

dans laVoixde l'Est
CE VENDREDI 20 JUILLET

CHALLENGER

La veille de l'ouverture de ce tournoi international de tennis, le second en importance au Canada après la Coupe Rogers. Vous y trouverez tout pour vous préparer à vivre cet événement.



— 123 RF

Trésors d'Afrique du Sud

MARIE-MICHELE GRENIER

SOMMELIÈRE

CHRONIQUE

marie-michele.grenier@hebdoleplus.qc.ca



LE TOAST DE MARIE-MICHÈLE

Il y a quelques années, quand j'étudiais la sommellerie, l'Afrique du Sud ne faisait l'objet que d'un bref survol dans le plan de cours. On constate toutefois aujourd'hui un nouvel engouement pour les vins de ce pays, qui occupe le septième rang mondial, avec près de 95 000 hectares de vignes. Une nouvelle génération de producteurs maintient le vignoble en constante évolution et met plus que jamais l'accent sur l'expression du terroir, le tout dans une perspective de développement durable.

Bien que légèrement en baisse, les cépages blancs occupent toujours une superficie supérieure à celle consacrée aux rouges. Parmi les plus populaires, on retiendra le chenin (aussi appelé « steen » en Afrique du Sud) qui donne des vins blancs aux styles très polyvalents, mais toujours au caractère frais et fruité. En rouge, le cabernet sauvignon domine, suivi de près par la syrah et le pinotage — cépage emblématique du pays, issu d'un croisement entre le cinsault et le pinot noir —. Tous contribuent à l'originalité des vins du Cap.

Développé dès 1660 par les premiers colons européens, le vignoble sud-africain s'étend en

grande partie à l'est et à l'ouest de la ville du Cap, à l'intérieur des terres. L'Afrique du Sud possède un système de certification nommé Wine of Origin (W.O.), garantissant l'authenticité et l'origine géographique du vin, au même titre que les appellations d'origine contrôlée d'Europe.

Stellenbosh et Paarl jouissent d'une longue et solide réputation, mais l'engouement nouveau observé sur la scène internationale repose surtout sur des régions viticoles plus marginales, comme Elgin, Hemel-en-Aarde et Swartland. Cette dernière est la source de vins impeccables, souvent vendus à prix d'aubaine.

Voici mes incontournables.

Syrah 2016, Vinologist, Swartland, Boekenhoutskloof (code SAQ: 13 586 784; 12,95 \$)

Boekenhoutskloof travaille avec un souci évident de qualité. Une dégustation récente de plusieurs vins de cette maison a confirmé cette volonté de faire des vins authentiques et équilibrés. Toute la gamme m'a plu, à commencer par ce vin dont je n'avais même pas vu le prix au départ! Les arômes agréables de fruits noirs donnent d'emblée envie d'y plonger les lèvres — et heureusement! —,

puisque la bouche a beaucoup à offrir: profonde, mûre et gourmande, avec une légère amertume qui tire les saveurs en finale. **The Wolfrap Red 2017, Western Cape, Boekenhoutskloof** (code SAQ: 10 678 464; 12,85 \$)

Une fois de plus, Boekenhoutskloof offre un vin de qualité irréprochable. Issu d'un assemblage de syrah, de mourvèdre et d'un petit pourcent de viognier, il propose un étonnant rapport qualité-prix qui vaut plusieurs fois certains vins vendus le double du prix. Le nez évoque la fraise et la texture en bouche est souple et soyeuse. Les saveurs fruitées sont excellentes. C'est juteux, tonique et équilibré.

The Curator White Blend 2017, Swartland, A.A. Badenhorst (code SAQ: 12 889 126; 13 \$)

Adi Badenhorst est l'un des vignerons vedette de la région de Swartland. Pour notre plus grand bonheur, ce blanc semble disponible en plus grande quantité que l'année dernière à la SAQ. Chenin blanc, chardonnay et viognier composent cette cuvée tout en fraîcheur, dont le nez est empreint de fruits à chair blanche, de fruits de la passion et de notes florales. La bouche est ronde, désaltérante et offre beaucoup de longueur pour un vin de cette gamme de prix. On peut se réjouir de l'éventail grandissant des vins sud-africains proposés par la SAQ. Il y en a pour tous les goûts et tous les budgets. Les résultats dans le verre sont excellents et plusieurs autres suggestions sont à venir au cours de l'été.

Santé!

Vins au Féminin twitter: @mm_grenier

DES GRENIERS ROBICHAUD
Giant
 Améliorer la vie au quotidien
Modèle Expert Plus 8
 40 gal (3800 W)
 60 gal (6000 W)
 Garantie 8 ans perforation et partie électrique
 Pour de bons conseils en plomberie, faites affaire avec **DE VRAIS CONNAISSEURS!**
LIQUIDATION DE DÉMOS
 Douches - Bains - Robinets

Venez voir notre salle de montre au
21, rue Guy, Granby | 450 372-8393
 desgreniersrobichaud.com



UNE ÉQUIPE
 UN PARTENAIRE

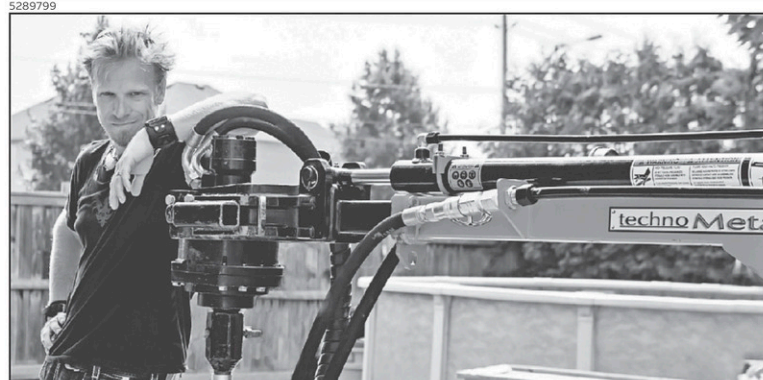


LB Avocats et ses associés, M^e Joannie Tardif et M^e Patrick Boucher, sont très fiers de souligner, en juin, leurs 25 ans d'existence.

LB Avocats remercie chaleureusement tous ses clients, employés et fournisseurs.

DROIT CORPORATIF ■ DROIT CIVIL ■ DROIT FAMILIAL

COWANSVILLE | FARNHAM | MAGOG ■ www.lbaavocats.com



FAITES COMME LES PROS

« Techno Pieux est la seule façon de commencer un projet de terrasse. »

Paul Lafrance

techno PIEUX MD

ESTRIE | BROME MISSISSUOUI | GRANBY

819.843.9435

5311372

COMPOSTELLE QUÉBÉCOIS CRÉE UNE NOUVELLE MARCHÉ PÈLERINE

Marcher de monts en vignobles

CYNTHIA LAFLAMME
cynthia.laflamme@lavoixdelest.ca

La réputation de la beauté des paysages de Brome-Missisquoi n'est plus à faire. Mais que diriez-vous

de prendre vraiment le temps de les admirer... en marchant? C'est ce que proposera dès 2019 le Compostelle québécois, l'entreprise du Sheffordois Doris Lajoie.

La marche pèlerine Monts et vignobles de l'Estrie est une boucle de 140 km réalisée en huit jours. Elle part de Granby, où le groupe fera d'abord le tour du lac Boivin, et emprunte les chemins menant à Bromont, Dunham, Frelighsburg, Sutton et Lac-Brome, secteur Knowlton.

Cette nouvelle marche imaginée par M. Lajoie l'hiver dernier, permet de célébrer le dixième anniversaire de la petite entreprise qu'il a créée avec Jean-Marc Donohue, maintenant à la retraite.

« Je suis très fier de dire que quelques-uns des plus beaux villages du Québec sont en Estrie. Dunham, Sutton, Frelighsburg, Knowlton, c'est fantastique. J'ai une grande fierté de la région. Ça va faire près de 25 ans que j'habite ici », explique le pèlerin né au Nouveau-Brunswick.

Les marcheurs pourront donc sillonner des chemins de campagne et un peu de pistes cyclables pour rejoindre les points d'intérêt mis en relief dans le programme remis aux participants. Ils partageront les déjeuners et les soupers et dormiront ensemble à la Maison des Trinitaires à Granby, au sous-sol de l'église Saint-Vincent-Ferrier à Adamsville, dans le gymnase du vieux couvent Jeunesse en mission

à Dunham, dans le dortoir du camp Garagona à Frelighsburg, à l'ancien couvent Villa Châteauneuf à Sutton, au sous-sol de l'église anglicane Saint-Paul à Knowlton et dans la sacristie de l'église Saint-François-Xavier à Bromont.

« Quelques-uns des plus beaux villages du Québec sont en Estrie »

— Doris Lajoie

Ils y verront des vignobles, dégusteront des vins et grimperont des côtes au pied des montagnes Vertes, sans toutefois que la marche se transforme en randonnée en montagne.

FRANC SUCCÈS

Monts et vignobles de l'Estrie a d'ailleurs été testé par des aguerris, des marcheurs des dix dernières années, en mai. Le bouche-à-oreille faisant son œuvre, Doris Lajoie a même dû en organiser une autre pour l'automne. Attention, c'est déjà complet! Et il ne reste que quelques places pour les deux marches de 2019.

« L'idée, c'est que j'allais l'offrir deux fois par année, mais là, j'ai des problèmes, j'ai trop de demandes, confie-t-il, heureux du succès rencontré. Je suis déjà presque plein pour 2019. J'ai d'autres marches dont une qui est très populaire, qui

est le Tour de l'île d'Orléans. Celle-là aussi, je dois refuser des gens. »

Puisqu'il est seul à bord, il ne pense organiser que ces deux marches l'an prochain. Le parcours dans Brome-Missisquoi pourrait même être organisé trois fois, selon la demande. « Mais ce n'est pas une business, je ne veux pas commencer à faire ça chaque mois. Je trouve que c'est fantastique qu'il y ait beaucoup de succès comme ça, mais quelques fois par année c'est assez. »

D'autres marches sont proposées par Compostelle québécois, mais elles ne sont pas marchées chaque année. Mais chaque fois, M. Lajoie accompagne les groupes en leur offrant le transport de bagages.

« C'est une marche en groupe dans le sens où on mange et on dort ensemble, mais le jour, les gens sont laissés libres. »

Un aspect communautaire rend toutefois chaque marche pèlerine unique. « J'ai fait trois différents chemins à Compostelle en Europe et j'ai goûté l'expérience d'entraide, de camaraderie, de solidarité entre marcheurs. Ça m'avait vraiment touché. Et moi dans le fond c'est pour ça que je fais ça. »

Le parcours Monts et vignobles de l'Estrie est classé de niveau intermédiaire par Compostelle québécois en raison des dénivelés. Les réservations et les demandes de renseignements peuvent être faites par courriel en écrivant à l'adresse dorislajoie@hotmail.com.



Dr^e Snezana Stanojlovic
OMNIPRATICIENNE

- ❖ Traitement des rides du visage
Botox, Radiesse, Teosyal, Sculptra, Juvéderm, Esthélics
- ❖ Traitement des varices
- ❖ Echosclérose
- ❖ Lipolyse et traitement des bourrelets disgracieux
- ❖ Traitement à la lumière pulsée (taches - couperose)
- ❖ Épilation au laser pour tous types de peau
- ❖ Lissage cutané avec la technique Endy-Med

273, ch. Knowlton, Knowlton | 450 243.0005
1206, boul. St-Luc, St-Jean-sur-Richelieu | 450 741.1155
www.docteurstan.com



LA MAISON BLANCHE


RESTAURANT OUVERT
.....
MERCREDI, JEUDI ET VENDREDI
Dîner et souper à partir de 11h00
SAMEDI ET DIMANCHE
..... dès 17h00.....

SALADES | BURGERS
GRILLADES
PIZZAS | POISSONS
DÎNER
METS VÉGÉTARIENS

177, rue Empire,
Granby, Qc J2G 2B3
450 956.5678
lamaisonblanchegranby.com

f maisonblanchegranby

RESTAURANT | BAR | CABARET



MONSIEUR MUFFLER
PNEUS ET MÉCANIQUE

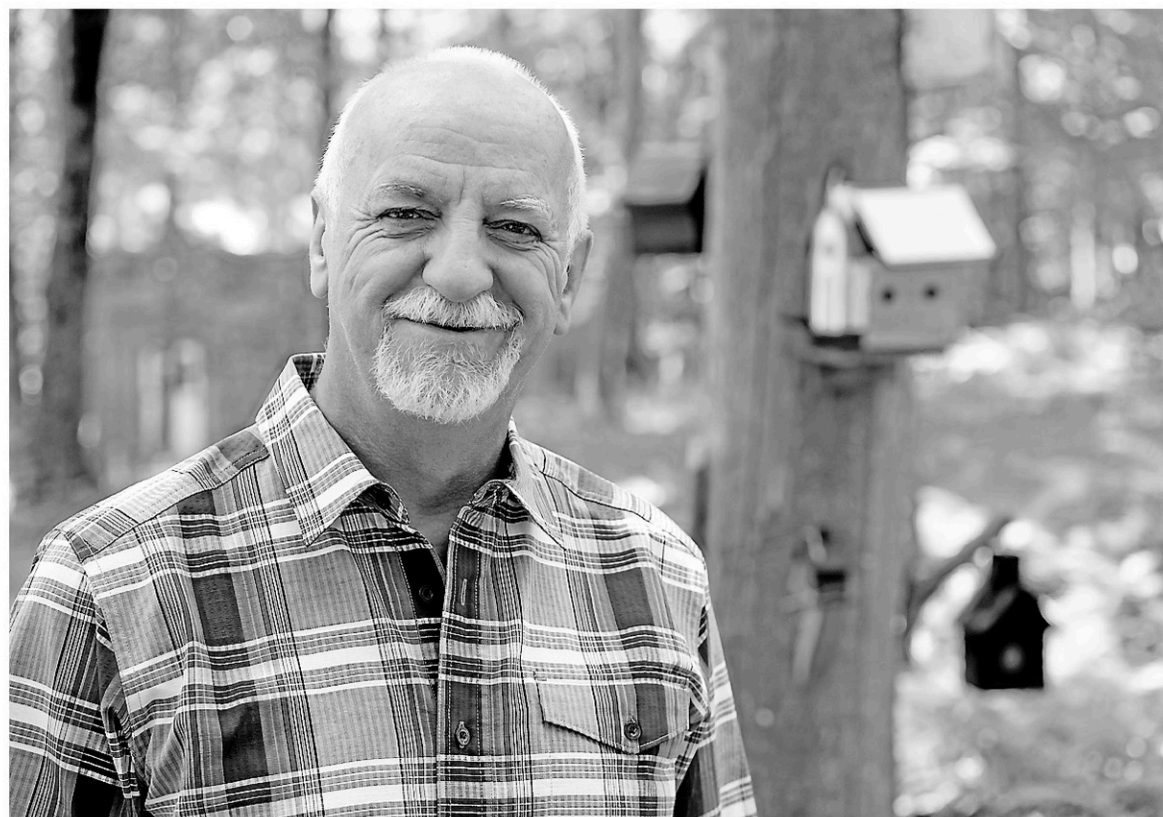
A/C

JE M'EN OCCUPE DE VOTRE CLIMATISEUR

ATELIER MÉCANIQUE P. HAMAN

PASCAL HAMAN
Mécanicien 360°

2000, rue Principale Est, Farnham 450 293-3127



Doris Lajoie est organisateur du Compostelle Québécois et il a créé une nouvelle longue marche à travers Brome-Missisquoi, en partance de Granby.



— 123 RF

Le transport et les vacances

MARIE-JOSEE LALONDE

PHYSIOTHÉRAPEUTE
CHRONIQUE

marie-josee.lalonde@hebdoleplus.qc.ca



PARTIR DU BON PIED

Les vacances arrivent à grands pas pour certains alors que d'autres sont dedans à pieds joints. Voilà un beau moment pour faire des activités qui sortent de l'ordinaire... et plus de transport en voiture ou à vélo. Pour plusieurs, ces situations sont angoissantes, parce qu'elles causent des maux de dos ou de genoux. Voici donc quelques petits trucs pour faire un beau voyage et une bonne gestion de vos inconforts.

Si vous partez en voiture pour une longue période, pensez à faire des arrêts pour vous étirer. Vous pouvez, par exemple, prendre quelques minutes pour marcher pendant que les enfants se lancent un ballon. Cela crée une période intéressante aux enfants pour

dépenser leur énergie. Ce sera juste plus calme dans le véhicule par la suite! Une autre belle idée avec des enfants est de jouer à cache-cache dans une aire de repos le long de l'autoroute. Vous pouvez faire des étirements comme lever les bras le plus haut possible en faisant de grandes inspirations et expirations entre 30 secondes et une minute. Aussi, penchez-vous doucement d'un côté et de l'autre. En prenant votre petite marche, vous pouvez aussi lever vos genoux le plus haut possible pour quelques pas. Cela aide beaucoup pour les inconforts au bas du dos.

En position assise, changez vos jambes de position en les allongeant et en les pliant de temps en autre. Cela aide aux inconforts aux genoux.

Je suggère souvent à mes clients de placer une serviette roulée dans le bas de leur dos pour les longs trajets en voiture. Cela permet de conserver un bon support lombaire et aide à être plus à l'aise en position assise.

Vous faites un long voyage et vous savez que vous allez dormir? Apportez un petit oreiller ou simplement une taie d'oreiller pour les enfants dans laquelle ils déposeront de petits toutous, une couverture et un chandail. Ce petit bagage servira autant d'oreiller pour dormir que pour s'amuser.

Si vous essayez de nouvelles activités, il est possible que vous ayez des courbatures le soir même, le lendemain et jusqu'à 48 heures après l'effort. Vous avez mal aux jambes après le vélo de montagne, une activité que vous n'aviez pas pratiquée depuis quelques années? Il est recommandé de continuer à bouger afin de diminuer ces nouvelles sensations musculaires. Il faut être attentif aux douleurs pour ne pas aggraver une quelconque blessure. Pour terminer, je vous souhaite de belles vacances. Osez de nouvelles activités en 2018!

Centre de soins

Atmosphère Zen

- Soins des pieds**
 - Bains de pieds
 - Coupe d'ongles et amincissement
 - Callosités
- France Dostie**
Infirmière auxiliaire
450 574-3039
- Massothérapie**
 - Massage suédois
 - Massage de la femme enceinte
- Kinésithérapie**
- Orthothérapie**
- Boby Lee Picard**
Orthopédeute
450 558-2302

SUR RENDEZ-VOUS SEULEMENT
Reçu d'assurance • Aucuns frais d'ouverture de dossier
106-B, rue Saint-Jacques, Granby

Offrez-vous mieux que le prix, offrez-vous la qualité!

Votre amie opticienne

CENTRE VISUEL
LISE DUCHESNE, O.D.D.
53 Drummond, Granby 450 777-3372
www.centrevisuelliseduchesne.ca

CENTRE DE SANTÉ DENTAIRE
Dre VALÉRIE KHALIL

ON S'OCCUPE DE VOTRE SOURIRE!

Votre denturologue à Granby depuis déjà 10 ans

CONSULTATION GRATUITE

Isabelle Lefebvre
Denturologue

475, rue Dufferin, Granby 450 360-0660
www.dentistegranby.com

SENSIBILISATION À LA SCLÉROSE EN PLAQUES

Une marche « apportez votre chien »

DOMINIQUE WOLFSHAGEN
dominique.wolfshagen@lavoixdelest.ca

Une marche de sensibilisation à la sclérose en plaques... avec des chiens? Si à première vue, le lien n'est pas évident à établir, pour l'organisme SEPHYR, il est tout naturel. Les animaux de compassion (et non de compagnie) font du bien aux malades et leurs proches. La marche du 9 septembre le soulignera à grand trait.

« Mishka apporte de la douceur », certifie Lucille Dignard, directrice générale de Sclérose en plaques Haute-Yamaska Richelieu (SEPHYR). Tenant dans ses bras le petit chien blanc, « animal de compassion depuis six ans », elle a annoncé que la prochaine marche de sensibilisation tenue par l'organisme se fera en compagnie du meilleur ami de l'Homme pour sensibiliser les gens à l'importance des animaux pour les malades. M^{me} Dignard indique avoir été souvent témoin de la tristesse de plusieurs malades chroniques.

Souvent obligés de quitter leur maison, qui devient mésadaptée avec la progression de la maladie, ils sont contraints d'abandonner leurs animaux.

« Avoir une maladie chronique, c'est déjà deuil par dessus deuil. C'est pire quand il faut, en plus, perdre ses animaux! », déplore-t-elle.

NI D'ACCOMPAGNEMENT NI DE COMPAGNIE

« L'importance des chiens MIRA est déjà reconnue, mais pas celle des chiens de compassion », regrette M^{me} Dignard. Selon elle, les chiens sans formation particulière peuvent, eux aussi, avoir un impact positif sur la qualité de vie des malades et de leurs proches.

« Mishka n'est pas allée à l'école, elle ne comprend presque rien. Pourtant, elle fait du bien! C'est dans le cœur que ça se passe », plaide-t-elle.

Quant à l'utilisation du mot « compassion » plutôt que « compagnie », elle se garde de le définir explicitement pour le moment, indiquant que la SEPHYR fera

sous peu une sortie sur le sujet. Par contre, par ses dénonciations du statut de l'animal qui est, selon elle, encore trop souvent perçu comme un meuble ou un objet, on comprend qu'elle considère la formule « de compagnie » comme dégradante.

À VOS SOULIERS!

La SEPHYR invite donc les citoyens à la marche de sensibilisation à la sclérose en plaques, le 9 septembre prochain, à 10 h, en compagnie de leur chien. « On est audacieux. On voudrait 300 personnes », annonce M^{me} Dignard. L'an dernier, 70 marcheurs étaient présents. L'organisme espère que l'ajout des chiens attirera de nouveaux participants.

Le parcours de 5 km partira du parc Daniel-Johnson pour se rendre jusqu'à la piscine Miner, puis reviendra au parc où auront lieu plusieurs autres activités. Une permission a été accordée par la Ville pour y permettre les chiens pour la journée.

Pour plus de détails et pour s'inscrire, rendez-vous au



Mélanie Demers, Lucille Dignard avec Mishka, et Jade McPhee, de la SEPHYR. — CHRISTOPHE BOISSEAU-DION

www.sephyr.org ou dans les locaux de l'organisme situé au 24, rue Saint-Joseph, à Granby. Il sera également possible de s'inscrire sur place le jour de l'événement dès 9 h, mais seulement pour les marcheurs sans animaux. Pour ceux qui comptent marcher avec leur boule de poil, il faut

absolument s'inscrire d'avance, car des règles et diverses mesures ont été mises en place pour assurer le déroulement « harmonieux » de l'événement. L'inscription coûte 30 \$ par adulte. C'est gratuit pour les moins de 18 ans, afin d'inciter les citoyens à participer à cette collecte de fonds en famille.

Mini trait d'union www.traitletdunion.ca **RETROUVEZ TOUTES LES ANNONCES DANS L'ÉDITION DU SAMEDI!**

RÉPONDEZ AUX ANNONCES

1-900-789-8032*

#7979* BELL, ROGERS/FIDO TELUS, VIDEOTRON

ANNONCEZ-VOUS GRATUITEMENT

450-776-1555

ENREGISTREZ VOTRE ANNONCE DÉTAILLÉE OU ÉCOUTEZ LES AUTRES MEMBRES TOUT À FAIT GRATUITEMENT

HOMME CHERCHE HOMME

JEUNE HOMME EN MANQUE MAIS REMPLI D'ESPOIR... 39 ans, 5'6", 150 lb, en bonne forme, seul depuis 2 ans, ouvert à tout, à tout essayé, cherche H, pour faire un peu de tout. **401735**

PLUS C'EST GROS, PLUS IL AIME ÇA! Dany, 55 ans, veut H, bien membré, blanc ou de couleur, pour relations complètes. **407613**

PARCE QU'ON A ENCORE LE DROIT DE CONNAÎTRE L'AMOUR... Homme de 74 ans, aime intimité sous toutes ses formes, cherche H, pour concrétiser desirs mutuels. **407411**

AIMERAIS-TU QUE JE TE FROTTE LES PIEDS? André, 58 ans, 5'8", 180 lb, costaud, propre, engagé et très discret, aime frotter pieds, souhaite contacter H, fétichiste des pieds. **403151**

SAUTONS SUR L'OCCASION! Granbyen dans 40aine, peut recevoir, cherche H 40 ans et moins, intéressé, avec qui se faire du fun lors de belles rencontres occasionnelles. **406758**

ROBERT AIME L'AMOUR ENTRE HOMMES... 60aine, 5'9", 180 lb, très propre, rasé, doux, cherche gars, intéressé. **403934**

C'EST QUAND TU VEUX! Jeune homme de 34 ans, ouvert à tout, peut recevoir en tout temps, cherche un ou plusieurs H 55 ans et moins, avec qui s'amuser et plus à long terme. **407532**

GRANBYEN ENGAGÉ AU CORPS MAGNIFIQUE, 59 ans, 5'8", 150 lb, soumis et sans tabous, cherche H, dominant, avec qui vive belles rencontres chaudes, sur base régulière. **366292**

DES NUITS À FAIRE L'AMOUR... Éric, 45 ans, 5'10", 160 lb, beau, respectueux, à l'humour, reçoit, aime se travestir, se coller, aimer vivre belles rencontres chaudes, sur base régulière. **404775**

FEMME CHERCHE HOMME

VIENS PROFITER DE LA VIE AUPRES DE LOUISETTE! Ange-Gardien, 67 ans, 5'10", 156 lb, aime marche, resto, spectacles, moto ou balades en voiture, désire connaître H, propre, sérieux et aimant sortir. **713369**

GRANBYENNE SOUCIEUSE DE GARDER LA FORME, 73 ans, cultivée, pas sportive, aime arts et marche pour être en santé, souhaite monsieur, pour amitié et plus si affinités. **400005**

AFFECTUEUSE MAMIE AU CARACTÈRE FACILE, Granby, 72 ans, 5'2", châtaine, yx bruns, belle, en santé, sympa, franche, sincère, simple et sérieuse dans sa démarche, aime balades, marche, cherche Granbyen, fidèle. **407519**

CETTE GRANBYENNE À UN FAIBLE POUR LES BLONDS, 44 ans, cherche H 40-50 ans, demeurant pas trop loin de Granby, chev blond courts, yx pers et bien bâti de préférence. **407361**

LINDA EST TOUTE NOUVELLE ICI Granby, 51 ans, 5'1", 137 lb, sobre, à l'humour, adore animaux, resto, balades en auto, campagne, veut connaître H, de Granby et alentours, pour être amis et poursuivre but sérieux. **407253**

GABRIELLE CULTIVE SON CŒUR D'ENFANT, 66 ans, curieuse, passionnée, rêveuse, demeure seule, a 2 deux filles et 4 petits enfants, aime rire, humour, fleurs, arts, fléuve, randonnée pédestre, vélo, cherche H. **407307**

VOUS SEREZ CHARMÉ PAR LE SOURIRE DE LUCIE! Granby, 60 ans, 5'3", n-lum, semi-retraitee, a bon caractère, aime vélo, natation, voyages, désire H 45 ans et plus, n-lum, fidèle, ayant bon caractère et aimant la vie. **407131**

GRANBYENNE AU LOOK JEUNE ET ACTUEL, veuve de 72 ans, 5'2", 120 lb, aime bricole, marche, resto, voyages, désire gentleman attentionné, pour avoir bonnes conversations, se connaître, briser solitude et être amis. **381274**

CHALEUREUSE ESTRIENNE CHERCHE CHARMANT MONSIEUR, 64 ans, 5'4", poids moyen, blonde, aime voyages, balades en voiture, marche, cherche grand costaud, grassouillet, drôle, généreux, fidèle et aimant mêmes choses. **407200**

UN AMI DANS LA VIE... Femme de 69 ans, 5'2", poids santé, naturelle, sociable, aime arts, campagne, désire H, avec qui grandir, cheminer, combler vide, avoir plaisir, partager affection, projets et voyages. **407073**

JOLIE GRANBYENNE ESPÉRANT VOUS PARLER BIENÔT! 70 ans, 5', poids moyen, aime marche, vélo, resto, balades en auto, cherche H 70-75 ans, sobre, doux, affectueux, attentionné, ayant humour et passé bien réglé. **402504**

LAISSE-MOI UN PETIT MESSAGE! Femme de Granby, 43 ans, cherche à rencontrer H mi-40aine-mi 50aine, demeurant aussi à Granby ou alentours si possible. **406983**

LAISSE-TOI CHARMER PAR MANON ET SES BELLES RONDEURS! 43 ans, aime marche, moto, plein air, animaux, désire grand costaud 39-52 ans, honnête, au passé réglé, aimant marche, moto, plein air, pour relation sérieuse. **398048**

OÙ TE CACHES-TU BEL INCONNU? Dame de Granby, 62 ans, 140 lb, yx bruns, aime marche, balades en auto, spectacles et resto en tête-à-tête, désire rencontrer H 60-65 ans, n-lum, ayant affinités, pour amitié ou plus. **406929**

GRANBYENNE ESTIVALE, Jolie dame de 74 ans, en pleine forme, aime marche, petites balades, resto, musique, désire H 70-75 ans, sobre, doux, affectueux, attentionné, ayant passé réglé, aimant danse et humour. **406956**

MARIE A ENVIE DE QUELQUE CHOSE DE SÉRIEUX, Granby, 30 ans, 5'5", 200 lb, chev bruns, bouclés aux épaules avec mèches blondes, recherche H, affectueux et ayant passé bien réglé, avec qui vive relation sérieuse. **406726**

APPRENONS L'UN DE L'AUTRE! Granbyenne enthousiaste de 70 ans, croit que la vie à deux est un plus, cherche professionnel retraité, avec qui faire diverses sorties et plus. **406691**

AURIEZ-VOUS DES ATOMES CROCHUS AVEC GINETTE? Souriante retraitée de 67 ans, joviale, aime s'amuser, jouer aux cartes, au quilles, au golf, voyages, resto et bon vin, cherche compagnon, pour activités et plus. **406608**

TRÈS BELLE FEMME ACTIVE, St-Hyacinthe, 70 ans, 5'7", 170 lb, chev bruns, yx bleus, app jeune, retraitée, a passé réglé, aime pétanque, quilles, cartes, marche, cherche H, n-lum, franc, aimant mêmes choses. **360442**

COMME DE VRAIS AMOUREUX, Granbyenne de 63 ans, sociable, fidèle et sentimentale, aime resto, cartes, soirées intimes, désire H 63-66 ans, pour briser solitude et plus. **406608**

GRANBYENNE EN QUÊTE D'UNE HISTOIRE SÉRIEUSE, 60 ans, 5', 130 lb, yx verts, fum, sobre, cherche à connaître H 59-60 ans, de Granby, environ 5'6", fum et sobre lui aussi, avec qui développer relation sérieuse. **406298**

IL Y A DE L'ACTION AVEC NICOLE! Granby, 64 ans, active, aime nature et animaux, cherche H 64-67 ans, possédant certaines affinités, pour amitié d'abord et on verra ensuite. **406606**

TRÈS BELLE RETRAITÉE AIMANT LE GOLF, 67 ans, joviale, souriante, positive, aime la vie, sorties, voyages, resto, quilles, désire H, autonome, retraité ou semi-retraité si possible et ayant intérêts similaires. **406083**

JOLIE DAME AU CŒUR JEUNE, Granby, 70 ans, 5', poids santé, cherche H 67-75 ans, même région, 5'9" et plus, poids santé, sobre, doux, positif, affectueux, au passé réglé, aimant marche, balades, spectacles. **405817**

AU FIL DE TEMPS... Jolie dame de Cowansville, 59 ans, n-lum, cherche H, affectueux et attentionné, sachant jouer au crible, avec qui développer belle complicité et peut-être amour. **358386**

CETTE GRANBYENNE ACTIVE AIME BOUGER! 61 ans, libre de son passé, à l'humour, aime sports, musique, spectacles et bonne compagnie, cherche H d'environ même âge, ayant affinités, avec qui découvrir nouvelles choses. **305354**

UNE RELATION STABLE, ÇA TE TENTE? Femme de Granby, 54", 150 lb, chev blond-châtain longs et yx bleus, recherche H 45-55 ans, avec qui développer relation stable. **405832**

AVANT TOUTE CHOSE, PRENDRE LE TEMPS DE SE CONNAÎTRE, retraitée de Granby, 60 ans, 5'4", poids moyen, désire H 55-65 ans, retraité si possible, de bonne compagnie, aimant vélo, marche et regardant vers l'avenir. **393396**

POUR POUVOIR PROFITER DE LA VIE! Dame de Granby, 62 ans, poids prop, aime marche, vélo, spectacles, balades en auto, désire H 60-65 ans, sobre et bien dans sa peau, ayant affinités, pour amitié et plus. **405700**

IL EST PARFOIS ENNUYANT DE VIVRE SEULE... Madeleine de Farnham, 80 ans, n-lum, en très bonne santé, à la maison et voiture, désire bel H, poli, amical et ayant bon cœur. **405735**

JE SUIS LIBRE LES WEEK-ENDS! Granbyenne en forme de 55 ans, 5'2", 110 lb, n-lum, aime marche, vélo, travaille de jour la semaine, recherche H, pour relation sérieuse. **394216**

AFFECTUEUSE GRANBYENNE AU CŒUR REMPLI D'AMOUR, 63 ans, sincère, sentimentale, de signe balance, aime sorties au resto, cartes, dialogue et soirées intimes à la maison, recherche gentil monsieur 63-70 ans. **405375**

AVEC TENDRESSE, ANNIE... Chaleureuse blonde de 60 ans, 5'5", 125 lb, fum, franche, douce, cultivée, sensible, sans enfant, à l'humour, aime animaux, recherche bel homme 60-65 ans, simple et généreux. **405019**

JULIE VOUS DIT À BIENÔT MESSIEURS! 62 ans, 5'4", 125 lb, sans enfants, désire gentil monsieur, libre, autonome, n-vulgaire, au passé réglé, aimant animaux, nature et resto. **404558**

ENSEMBLE, FAIRE BRILLER NOTRE ÉTOILE! Granbyenne de 37 ans, 4'6", 115 lb, yx verts, tatouée, autonome, se déplace en fauteuil roulant manuel, désire H 35-45 ans, fidèle, intelligent, avec qui partager affection et amour. **4520598**

HOMME CHERCHE FEMME

QUAND MICHEL AIME, IL AIME LONGTEMPS... 70 ans, presque 6', 223 lb, n-lum, bon cuisinier, affectueux, aime bon vin en mangeant, cherche F 70 ans et moins, n-lum, n-obèse, gentille, affectueuse, pour but durable. **407051**

CE QUI COMPTE POUR MIKE, C'EST LA PERSONNALITÉ, concepteur graphique de Granby, 43 ans, 5'7", chev et yx bruns, sportif, a 2 fils (13-16 ans), aime vélo, désire jolie F 35-45 ans, active, pour relation simple. **407669**

ANCIEN CUISINIER-PÂTISSIER, St-Hyacinthe, 68 ans, 5'7", 145 lb, bilingue, de signe capricorne, désire F, n-lum, mince, belle de l'intérieur, romantique, ouverte, ayant bon cœur, aimant voyages, danse, dialogue. **407660**

BEAU GRAND GARS APPRÉCIANT LA BONNE ENTENTE, mi 60aine, 6'3", 245 lb, n-lum, vit dans petit village près de Magog, désire belle F 47-65 ans, de Granby-Magog, facile à vivre, franche, fidèle, aimant la vie. **401380**

C'EST PEUT-ÊTRE DUR À CROIRE MAIS C'EST VRAI! Beau Granbyen de 58 ans, 5'11", 175 lb, châtaine, yx pers, franc, travaillant, à belles valeurs et humour, aime musique, recherche F 35-45 ans, pour amour durable. **2721930**

SI TOI AUSSI TU AIMES BOUGER! Granbyen de 56 ans, 5'8", 190 lb, enjoué, doux, généreux, aime la vie, nature, marche en sentiers, resto, ciné, désire F, respectueuse et sérieuse, aimant plein air, pour bon temps. **393365**

SI COMME CLAUDE, TU VEUX REFAIRE TA VIE... Cantons de l'Est, début 70aine, 5'8", 185 lb, chev poivre et sel, fum, paraît bien, jovial, porte lunettes, aime plaisir, désire belle F, avec qui poursuivre but sérieux. **404499**

SERGE EST EN VILLE! Dans 30aine, est présentement à Mill, cherche à contacter F, d'assez belle app tout comme lui, avec qui il pourrait faire belle rencontre. **407394**

GRAND MONSIEUR ÉDUQUÉ À LA PAROLE FACILE, Granby, 74 ans, mince, en santé, actif, généreux, cherche amie 70-75 ans, 5'4" et plus, un peu grassette, sincère, souriante, joviale, prête à s'investir si affinités. **404245**

UNE COMPAGNE DE VIE POUR CE BEAU GRANBYEN, début 60aine, 5'8", 180 lb, chev poivre et sel, yx bleus, autonome, doux, romantique, fidèle, sincère, à l'humour, désire belle Granbyenne 60-65 ans, de poids moyen. **407098**

TU AIMES TE FAIRE MASSER LES PIEDS? André, 58 ans, 5'8", 180 lb, costaud et très propre, aime frotter les pieds, souhaite rencontrer F, fétichiste des pieds elle aussi. **403335**

HOMME CHERCHE HOMME

JEUNE HOMME EN MANQUE MAIS REMPLI D'ESPOIR... 39 ans, 5'6", 150 lb, en bonne forme, seul depuis 2 ans, ouvert à tout, à tout essayé, cherche H, pour faire un peu de tout. **401735**

PLUS C'EST GROS, PLUS IL AIME ÇA! Dany, 55 ans, veut H, bien membré, blanc ou de couleur, pour relations complètes. **407613**

PARCE QU'ON A ENCORE LE DROIT DE CONNAÎTRE L'AMOUR... Homme de 74 ans, aime intimité sous toutes ses formes, cherche H, pour concrétiser desirs mutuels. **407411**

AIMERAIS-TU QUE JE TE FROTTE LES PIEDS? André, 58 ans, 5'8", 180 lb, costaud, propre, engagé et très discret, aime frotter pieds, souhaite contacter H, fétichiste des pieds. **403151**

SAUTONS SUR L'OCCASION! Granbyen dans 40aine, peut recevoir, cherche H 40 ans et moins, intéressé, avec qui se faire du fun lors de belles rencontres occasionnelles. **406758**

ROBERT AIME L'AMOUR ENTRE HOMMES... 60aine, 5'9", 180 lb, très propre, rasé, doux, cherche gars, intéressé. **403934**

C'EST QUAND TU VEUX! Jeune homme de 34 ans, ouvert à tout, peut recevoir en tout temps, cherche un ou plusieurs H 55 ans et moins, avec qui s'amuser et plus à long terme. **407532**

GRANBYEN ENGAGÉ AU CORPS MAGNIFIQUE, 59 ans, 5'8", 150 lb, soumis et sans tabous, cherche H, dominant, avec qui vive belles rencontres chaudes, sur base régulière. **366292**

DES NUITS À FAIRE L'AMOUR... Éric, 45 ans, 5'10", 160 lb, beau, respectueux, à l'humour, reçoit, aime se travestir, se coller, aimer vivre belles rencontres chaudes, sur base régulière. **404775**

FEMME CHERCHE FEMME

EMMY EST ICI POUR S'AMUSER! 23 ans, 5'3", chev rouges et yx pers, désire F, avec qui elle pourrait s'amuser. **402355**

LE TEMPS DU VÉRITABLE AMOUR EST ARRIVÉ! Jolie blonde de Granby, 66 ans, 5'5", 139 lb, yx pers, authentique, drôle, aime spiritualité, désire compagne 55 ans et plus, n-lum, pour touchante et intense tendresse. **2838827**

COUPLES

MOI, MA FEMME ET UN AUTRE HOMME... Beau couple de Granby, début 60aine, elle 5'6", 130 lb, lui 5'9", 160 lb, veut bel H, bi de préférence, bienvenue aux hommes de couleur. **407648**

BEL HOMME DISCRET, 50 ans, 5'10", 175 lb, propre de sa personne, veut couple HF peu importe l'âge, de belle app, propre, pour chaudes rencontres, dans respect et discrétion. **293036**

> **VIVANT!**



Courir le Canada au complet, ça use les souliers... et ça forge le caractère. «T'apprends beaucoup sur toi», dit le Waterlois Jean-Christophe Renaud, qui a réalisé cet exploit en 2017 en compagnie d'un complice, d'un véhicule récréatif et de beaucoup de persévérance. L'enseignant en éducation physique raconte son aventure, ses anecdotes et ses apprentissages dans une conférence intitulée *Vivant* qui se tiendra le jeudi 19 juillet, à 19h30, à la Maison de la culture de Waterloo. Les thèmes du dépassement, de l'humanité et, surtout, des saines habitudes de vie, clé de voûte de son périple qui l'a mené de Terre-Neuve à la Colombie-Britannique en sept mois, seront abordés. Coût: 20 \$. **PASCAL FAUCHER**

Sortie de l'AQDR

GRANBY — Le vendredi 20 juillet, Québecissime rend hommage à Starmania. Avant, tour guidée des murales de Sherbrooke. Réservation: Martha au 450-372-4325 ou Denise au 450-539-0111.

PROCHAINE SORTIE

L'Ancien Presbytère
présenté par
Installations Électriques
CLAUDE GOUGEON inc.

Supplémentaires
mercredis du mois d'août

« Je lève vraiment mon chapeau! »
« J'ai ri tout le long! » M-105
« Rebondissements et franche rigolade inclus » La Voix de l'Est

Du 1^{er} juillet au 27 août, le jeudi, vendredi et samedi à 20h
Forfait souper-théâtre avec L'Atelier Archibald
AncienPresbytere.com
450 375 7767

> **VISITE DE JARDINS DE GRANBY**

Devant le succès de la formule de l'été dernier, le conseil de quartier 2 revient avec une visite des beaux jardins et potagers de Granby, en autobus. Le dimanche 22 juillet, tout le monde pourra ainsi se déplacer sans avoir à chercher les adresses, et pique-niquer le midi, à l'ombre des arbres du collège Mont-Sacré-Cœur. La visite sera de nouveau dirigée par Lise Deslauriers, présidente de la Société d'horticulture de Granby. Le public est attendu pour un départ vers 9h30, au Mont-Sacré-Cœur, tandis que la tournée de l'après-midi débutera à 13h, après le pique-nique. En cas de pluie, l'activité est annulée. Consultez le site granbyquartier2.org pour en apprendre davantage sur le conseil de quartier 2. Vous pouvez aussi communiquer directement avec Lise Deslauriers, le soir, au 450-372-1400. Le collège Mont-Sacré-Cœur est situé au 110, rue Denison Est, à Granby.



DEVIENS... CUISINIER / CHEF

ON A UNE PLACE POUR TOI!

BROME-MISSISQUOI
Éducation des adultes et
Formation professionnelle

180, Adélar-Godbout
Cowansville QC J2K 3X9
450 263-7901 | CBMFP.CA/FR

Le masculin est utilisé sans aucune discrimination et uniquement dans le but d'alléger le texte.



Votre équipe d'expérience à Granby pour la pose d'implants et la fabrication de prothèses dentaires

Prenez rendez-vous dès maintenant!

CENTRE DE SANTÉ DENTAIRE
Dre VALÉRIE KHALIL
ON S'OCCUPE DE VOTRE SOURIRE!

475, rue Dufferin, Granby
450 360-0660
www.dentistegranby.com





GROUPE

ST-LOUIS

**ICI CHAQUE CLIENT EST
UNIQUE**



NISSAN
COWANSVILLE

TOYOTA
COWANSVILLE

MAZDA
COWANSVILLE

OBTENEZ PLUS SANS PAYER PLUS

SERVICE • NEUF • OCCASION

BENOIT 52 ANS

SON CHOIX

COROLLA CE 2018

LOCATION À PARTIR DE

44\$
/SEM

0\$ COMPTANT • LOCATION 60 MOIS



TOYOTA
— L'ÉVÉNEMENT DU —
FABRICANT
2018

aeroplan

**5 000 MILLES
AÉROPLAN***
À L'ACHAT
D'UNE TOYOTA

L'immatriculation, l'assurance, les taxes et les frais d'inscription au RDPRM sont en sus. Frais de transport et de préparation et frais de climatisation (si applicable) inclus. Limite de 20000 km par an. Frais de 0,10\$ par kilomètre excédentaire. Ces offres sont valables pour un temps limité et peuvent être modifiées sans préavis. Modèles illustrés à titre indicatif, certaines conditions s'appliquent.



TOYOTA
COWANSVILLE

165, RUE DE SALABERRY • 450 263-8888

SOPHIE 32 ANS

SON CHOIX

MAZDA3 2018

LOCATION À PARTIR DE

45\$
/SEM

995\$ COMPTANT • LOCATION 60 MOIS



L'ÉVÉNEMENT
50^e ANNIVERSAIRE
CÉLÉBRONS 50 ANS DE PASSION DE CONDUIRE SUR LES ROUTES D'ICI



GAGNEZ VOTRE MAZDA
50 VÉHICULES À GAGNER AU CANADA

OBTENEZ
0% AU FINANCEMENT
À L'ACHAT*

OBTENEZ JUSQU'À
750\$ EN BONI
50^e ANNIVERSAIRE*

L'immatriculation, l'assurance, les taxes et les frais d'inscription au RDPRM sont en sus. Limite de 20000 Km par an. Frais de 0,8\$ par kilomètre excédentaire. Ces offres sont valables pour un temps limité et peuvent être modifiées sans préavis. Modèles illustrés à titre indicatif, certaines conditions s'appliquent. Total de 130 versements.



MAZDA
COWANSVILLE

155, RUE DE SALABERRY • 450 266-8888

MATHIEU 39 ANS

SON CHOIX

KICKS 2018

ACHAT À PARTIR DE

17 998\$



**NOUVEAU
MODÈLE!**

L'immatriculation, l'assurance, les taxes et les frais d'inscription au RDPRM sont en sus. Modèles illustrés à titre indicatif, certaines conditions s'appliquent. Détails en concession.



NISSAN
COWANSVILLE

185, RUE DE SALABERRY • 450 263-8889

CHEZ KIA GRANBY ET COWANVILLE

L'ÉVÉNEMENT.
SPÉCIAUX D'ÉTÉ




FORTE LX+ AT 2018

49 \$
 /SEM.

INCLUS :

- APPLE CAR PLAY/ANDROID AUTO
- CAMÉRA DE REcul
- NOUVEAU MOTEUR ATKINSON
- SIÈGES CHAUFFANTS
- CLIMATISEUR
- JANTES EN ALLIAGE
- AUTOMATIQUE

INCLUANT
RABAIS
 DE
2000\$

LOCATION
48 MOIS
 À **0%**
 COMPTANT 1495\$



SPORTAGE LX 2018

59 \$
 /SEM.

INCLUANT
BONI
 DE
500\$

LOCATION
48 MOIS
 COMPTANT 3250\$

INCLUS :

- SIÈGES CHAUFFANTS
- CAMÉRA DE REcul
- PHARES ANTIBROUILLARD À PROJECTION, ET PLUS!

5 ANS / GARANTIE 100 000 KM
 / ASSISTANCE ROUTIÈRE KM ILLIMITÉS*

• GARANTIE COMPLÈTE
 • GARANTIE SUR LE GROUPE
 MOTOPROPULSEUR

• 100 % TRANSFÉRABLE
 • ASSISTANCE ROUTIÈRE
 PARTOUT EN AMÉRIQUE DU NORD



Le pouvoir de surprendre

KIAGRANBY.com
 1348, rue Principale • 450 777-0332

KIACOWANVILLE.com
 403, rue de la Rivière • 450 263-6000