

# NORDINFO



Le meilleur choix  
Depuis 1983

P046731-1\_03126



STE-THERÈSE TOYOTA

120, boul. Desjardins Est, Sainte-Thérèse



(Ste. Cécile-Labelle)

450 435-3685  
www.stetheresetoyota.com

P046707-1\_11122

**ZONE**  
**CIRCULAIRES**



rabaischocs

PAGES 53 À 55

**DROITS DES FEMMES** PAGES 17 À 40

CÉRÉMONIE D'OUVERTURE  
**LES JEUX DU QUÉBEC S'EMBRASENT**  
À BLAINVILLE PAGES 3 À 5

**H&R BLOCK**

Tout simplement Génial

NOUS OBTENONS  
LE PLUS POUR VOUS,  
LE PLUS VITE  
POSSIBLE

P047867-1\_02355

PRÉPARATION DE DÉCLARATION DE REVENUS  
TRANSMISSION ÉLECTRONIQUE DES DONNÉES  
SERVICE DISPONIBLE À L'ANNÉE

1028, boulevard Curé-Labelle, Blainville, local C  
450 430-3009

**LES RÉSULTATS... ILS SONT RÉELS!**

OFFRE LIMITÉE - PRIORITÉ AUX 25 PREMIERS APPELS

OBTENEZ **50\$** DE RABAIS  
sur votre premier mois\*

Lorsque les 25 places sont réservées, l'offre prend fin.

Appelez MAINTENANT : 450 969-8940

Orangetheory Fitness Blainville  
1471, Michèle-Bohec suite 104

\*Valide pour nouveaux membres. Certaines conditions s'appliquent.



**Orangetheory**  
FITNESS

P048632-1\_05600

P035736-2\_06069

DEPUIS 1841  
**CONSTANTIN**  
famille & tradition

SAISON DES SUCRES 2026  
DU 13 FÉVRIER AU 26 AVRIL  
Salle à manger ouverte du mardi au dimanche

CONSTANTIN.CA • 450.473.2374 • SAINT-EUSTACHE



Photo Iona Mousli

# TOUJOURS PLUS LE MIDI+<sup>MC</sup>

LUNDI AU VENDREDI  
11 H À 15 H  
À L'EXCEPTION DES JOURS FÉRIÉS



**SCORES SAINTE-THÉRÈSE**  
238 RUE ST-CHARLES • 450 971-6030



**SCORES®**

Présentations suggérées. Le menu Midi+ est offert en salle à manger uniquement. Certaines conditions s'appliquent, détails en restaurant ou sur [scores.ca](https://scores.ca). Scores et le logo Scores sont des marques de commerce enregistrées de Franchise MTY Inc. © Tous droits réservés, 2026.

# PLEINS FEUX SUR UNE CÉRÉMONIE D'OUVERTURE ÉLECTRISANTE



Photo Iona Mousli  
Scène illuminée, gradins bondés et délégations rassemblées : le Centre d'excellence Rousseau a offert un lancement grandiose à la 60e Finale des Jeux du Québec.

## REINE CÔTÉ / rcote@groupejcl.ca

Une cérémonie d'ouverture brillante de tous ses feux avec un éblouissant cortège d'athlètes, des invités de marque, des prestations artistiques énergiques et pleines de sens dans une ambiance électrisante reflétant la fierté non dissimulée des Laurentiens, ont donné le coup d'envoi à la 60e Finale des Jeux du Québec, vendredi soir dernier au Centre d'excellence Rousseau, à Boisbriand.

Annoncée depuis des mois par la mairesse de Blainville, Liza Poulin, qui se réjouissait d'accueillir cette finale sportive sur son territoire, la cérémonie avait « presque » gagné le cœur des résidents de la région à l'avance, tant le stationnement du bâtiment sportif s'est rempli tôt, tout comme les sièges de l'aréna. On y a même aperçu presque tous les dignitaires de la région, y compris le ministre des Finances, Éric Girard, d'abord député de Groulx.

Animée par un Maxime Charbonneau visiblement en forme, la soirée s'est déroulée de façon bien orchestrée. Durant une heure et demie, le déroulement de la cérémonie a gardé captif grands et petits sur leur siège derrière le plexiglass avec plus d'une surprise.

La première et non la moindre : le retour de notre Lulu national – célèbre personnage du petit écran qui s'est jadis fait connaître dans la télésérie réalisée dans l'univers du hockey, Lance et compte.

Même si son interprète Denis Bouchard a pris un petit coup de vieux, il faut convenir qu'il n'a rien perdu de sa verve. Dans un échange avec une fillette de la région, il s'est permis quelques anecdotes de son enfance lors d'hivers fort généreux. « Quand j'étais jeune, on faisait beaucoup de sport. Il y avait tellement de neige, qu'il fallait sortir par la fenêtre de la cuisine », a lancé le comédien, qui nous a laissé sur une promesse : « Ça va être les plus beaux Jeux du Québec de l'histoire... parce qu'on a décidé de faire ça à Blainville. »

SUITE PAGES 4 ET 5

**RÉPARATION**  
de **MACHINES à COUDRE**

+40 ANS  
D'EXPÉRIENCE

AIGUISAGE  
CISEAUX-COUTEAUX

**MACHINES À COUDRE NATIONAL**  
96, 64<sup>e</sup> Avenue, St-Eustache J7P 3P3

Près de la Grande-Côte et l'autoroute 13 **450 491-0686**

**IMPÔT**

**PARTICULIER FÉDÉRAL ET PROVINCIAL 65 \$** taxes incluses **TED**

Sans rendez-vous du lundi au vendredi  
de 9 h à 18 h, samedi de 10 h à 17 h  
au 53, rue Saint-Charles, Sainte-Thérèse  
stationnement à l'arrière / bureau à l'avant

Service de : **Cueillette & Livraison**  
\$20 extra

tenue de livre, remises TPS/TVQ, paye DAS, impôt corporatif **450-430-7444**  
Impôt sans déplacement: [www.impot.email](http://www.impot.email)

# PLEINS FEUX SUR UNE CÉRÉMONIE D'OUVERTURE ÉLECTRISANTE

## 19 DÉLÉGATIONS PARTICIPANTES

Cet aparté a été immédiatement suivi du défilé des bénévoles de la 60e Finale, puis enfin du long cortège des délégations sportives.

En tout : 19 délégations ont défilé l'une après l'autre : Mauricie, Abitibi-Témiscamingue, Bourassa, Capitale-Nationale, Centre-du-Québec, Chaudière-Appalaches, Côte-Nord, Est du Québec, Estrie, Lac Saint-Louis, Lanaudière, Laval, Montréal, Outaouais, Richelieu-Yamaska, Rive-Sud, Saguenay-Lac-Saint-Jean, Sud-Ouest, Laurentides. Chacune des délégations portait fièrement sa couleur, parfois même avec originalité, comme les athlètes du Centre-du-Québec qui s'illustraient avec l'abeille jaune et noire.



Photo Iona Mousli  
Des athlètes de la délégation des Laurentides affichent fièrement leurs couleurs lors du défilé des 19 régions participantes.



Photo Iona Mousli  
Porté par l'enthousiasme de la foule, le drapeau des Laurentides a flotté au cœur d'une cérémonie d'ouverture..

## EN DIRECT DE LA CITÉ MIRABEL

### Transmettre & Inspirer – Une soirée qui marque les esprits à Cité Mirabel

Le 19 mars prochain, la Salle Ray Junior vibrera au rythme de la famille & de l'ambition, à l'occasion de la 4e édition de **Transmettre & Inspirer**. Un événement devenu incontournable à Cité Mirabel, où le succès se partage et prend tout son sens.

Sous le thème **Famille & Ambition**, quatre entrepreneurs aux parcours impressionnants monteront sur scène pour livrer des conversations vraies, humaines et puissantes. Ray Junior Courtemanche, Étienne Boulay, Vincent Pontbriand et Andrew Hattem partageront leurs défis, leurs leçons et leur désir profond de bâtir grand tout en restant ancrés dans leurs valeurs.

De 17h à 22h, les participants auront l'occasion de plonger dans des échanges authentiques, d'élargir leur vision et de repartir avec une dose d'inspiration concrète. Car inspirer, c'est bâtir l'avenir. Et transmettre, c'est créer un impact durable dans sa famille, sa communauté et son entreprise.

Un événement grandiose, porté par l'énergie et l'audace qui définissent si bien Cité Mirabel.

Réservez votre place dès maintenant sur Eventbrite.



P046426-9\_11887

## NORDINFO

nordinfo.com

Membre du GROUPEJCL  
50B, rue Turgeon, Sainte-Thérèse  
Québec J7E 3H4  
Bureau d'affaires: 450 435-6537  
Petites annonces: 450 974-2244  
Télé.: publicité: 450 435 7968  
Télé.: rédaction: 450 435-0588  
Site Internet: www.groupejcl.com

Les Éditions Blainville-Deux-Montagnes inc.  
Pour couvrir son territoire complètement,  
LE NORD INFO est distribué toutes les semaines  
dans ces municipalités:

Lorraine / Bois-des-Filion / Rosemère  
Blainville / Sainte-Thérèse  
Boisbriand

POSTES CANADA 32 370 exemplaires  
DÉPÔT 6 325 exemplaires

Nombre d'exemplaires au 4 mars 2026  
38 695 EXEMPLAIRES CERTIFIÉS

Fondateur: Jean-Claude Langlois • Président-Éditeur: Serge Langlois • Directeur général: Pierre-Marc G. Langlois • Conseil d'administration: Claude Langlois, Michel Langlois, Serge Langlois • Directeur de la production: Yves Bourbonnais • Assistante: Michèle Giroux  
• Directeur du contenu: Christian Asselin • Directeur adjoint du contenu: Dany Baribeau  
• Journalistes: Christian Asselin, Benoît Bilodeau, Dany Baribeau, Reine Côté, Christophe Godon,  
Anne-Merline Eugène, Emilio Constanza, Marie Pier Lafleur, Serge Langlois • Rédactrice Web: Isabelle Perreault  
• Rédactrice publicitaire: Geneviève Blais • Vidéastes: Bruno Cloutier, Thibault Rajaofetra, Iona Mousli et Photographe  
• Webmestre: Jade Lesieur • Directeur développement numérique et relations publiques: Jean-François Legault  
• Représentants en solutions multimédias: Clémence Leblanc, Caroline Godon, Charles Lalande, Jean-François Ferland,  
Pauline Allard et Lynda Archambault  
• Coordonnatrices aux ventes internes: Caroline Black et Patricia Leclerc

NORD INFO est lithographié par l'imprimerie Transcontinental inc. et publié par Les Éditions Blainville-Deux-Montagnes. Toute annonce, grande ou petite, est acceptée par NORD INFO. Cependant, le journal dégage sa responsabilité au-delà du coût de l'annonce, en cas d'erreur ou d'omission. La reproduction des annonces et des nouvelles de ce journal est interdite. Distribution Blainville Deux-Montagnes, distributrice de circulaires, ne peut être tenue responsable, pour un montant supérieur au coût du contrat, des dommages résultant d'un incendie, d'une inondation ou d'autres avaries. «Société canadienne des postes - Envois de poste, publication, contrat de vente n° 0109576»



INFOPRO  
• Directeur de la production: Yves Bourbonnais  
• Assistante: Michèle Giroux  
• Responsable du développement commercial: Louis Vallée



TIRAGE CERTIFIÉ





Photo Iona Mousli  
Sarahmée a livré une performance énergique lors de la cérémonie d'ouverture de la 60e Finale des Jeux du Québec, au Centre d'excellence Rousseau à Boisbriand.

Fermant le cortège à titre de délégation d'accueil, celle des Laurentides a été accueillie par un tonnerre d'applaudissements bruyants, sans oublier leur mascotte, qui n'avait visiblement pas envie de passer inaperçue : Loran Tigg, le tigre des Laurentides qui a pris la scène d'assaut un long moment, avant de céder la place aux dignitaires.

### DES DIGNITAIRES ÉMUS

Sur un ton plus sérieux mais enthousiaste, Liza Poulin a livré une courte allocution. « Vous êtes magnifiques et on est fiers de vous accueillir à Blainville, dans la belle région des Laurentides. Toute la communauté s'est mobilisée pour vous », a-t-elle commenté, énumérant les valeurs qu'elle juge propres à cet événement sportif : courage, persévérance, respect et esprit d'équipe.

Présente lors du cocktail précédant la soirée puis lors de la cérémonie, la ministre responsable du Sport, du Loisir et du Plein Air, Isabelle Charest a aussi voulu saluer les athlètes. « Bravo pour cette énergie que vous nous démontrez. Votre expérience est tout aussi importante que mon expérience aux Jeux Olympiques », a glissé la ministre Charest, qui a remporté avec les membres de son équipe une médaille de bronze en patinage de vitesse aux JO de 2002, à Salt Lake City.

Après les messages de Sébastien Thériège (Sports Québec), de Martin Breault et Cynthia Kabis (co-présidents du conseil d'administration du comité organisateur de la 60e Finale des Jeux du Québec), et des serments de circonstances, la flamme a terminé sa tournée régionale en pénétrant à l'intérieur du Centre d'excellence de Boisbriand.

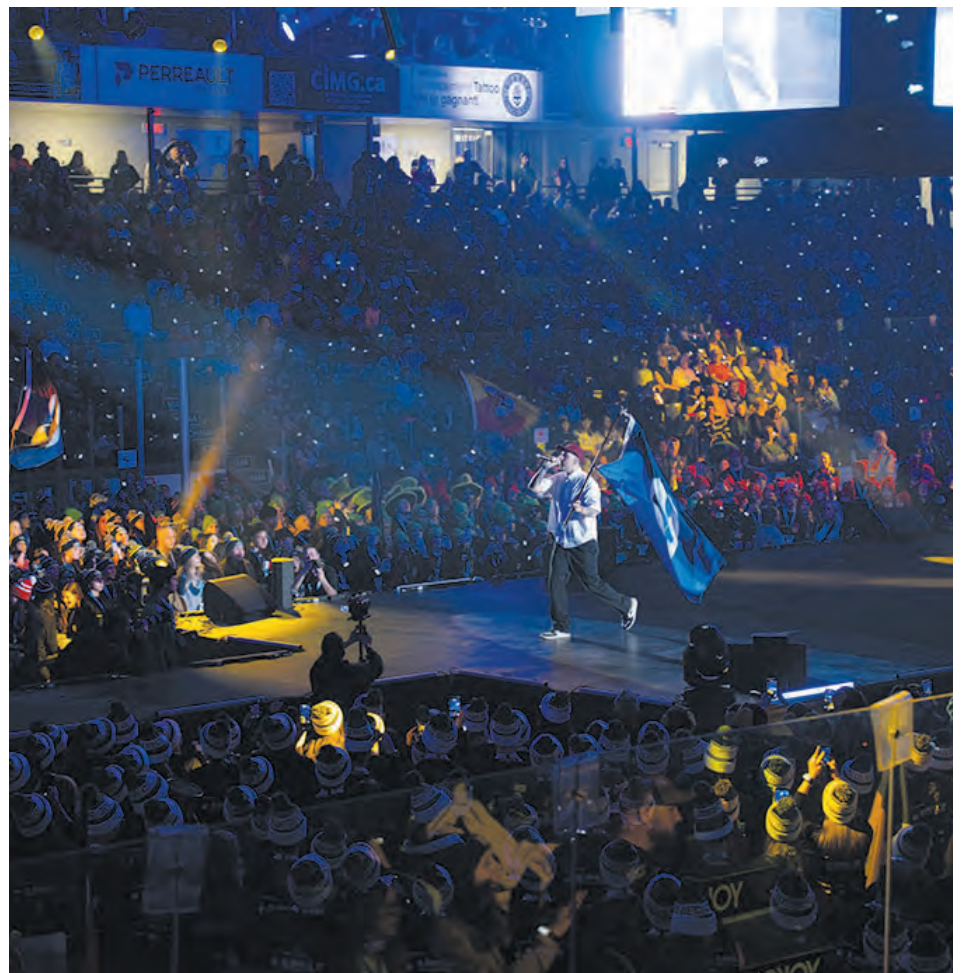


Photo Iona Mousli  
Énergie et intensité étaient au rendez-vous alors que Jay Scott a pris possession de la scène.

### BEAU SPECTACLE

Pour magnifier cette soirée, quelques prestations artistiques ont été présentées. Accueillie avec ferveur et au grand plaisir d'un public visiblement conquis d'avance, la chanteuse bien connue Sarahmée a livré deux belles chansons avec l'énergie contagieuse qu'on lui connaît : Fuego ainsi que Le cœur a ses raisons.

Entre ses prestations, les spectateurs ont eu droit à un éclatant et étincelant numéro de danse exécuté par la troupe Alpha Megacrew : Groupe de danse hip-hop canadien d'élite originaire de Lévis et champions du monde (2024) : Il a remporté la médaille d'or dans la division JV MegaCrew au World Hip Hop Dance Championship (HHI) tenu à Phoenix, Arizona.

Ces danseurs se démenaient en mode synchronisé sur une musique endiablée, vêtus de couleur argent métallique, rappelant un peu la blancheur de l'hiver. Juste : wow!

Leur numéro a été suivi d'un rap exécuté par Sam & Sean, qui ont remporté la Saison des Étoiles à l'émission Révolution, auquel s'est joint LazyLegz (Luca Patuelli) avec son style de danse unique, à l'aide de ses béquilles et ses bras.

Un court moment musical, mais inoubliable, à coup sûr. Bref, une cérémonie pleine de promesses quant aux compétitions inscrites durant cette belle semaine, qui prendra fin avec la cérémonie de clôture, le 7 mars prochain.



SERGE LANGLOIS

## ICI CHEZ VOUS!

Droit de femmes et secondaire en spectacle

Le 8 mars et la semaine de relâche nous offrent un moment privilégié pour réfléchir à l'avenir que nous construisons, ici, pour nos jeunes.

La Journée internationale des droits des femmes nous rappelle que l'égalité se bâtit au quotidien, souvent loin des projecteurs, dans les écoles, les familles et les milieux culturels. Dans les Laurentides, de nombreuses enseignantes, gestionnaires, politiciennes, artistes, bénévoles créent des environnements où les jeunes peuvent rêver grand et prendre leur place. L'émancipation passe par la confiance qu'on cultive, par l'encouragement à s'exprimer et par la certitude que chaque talent mérite d'être vu et entendu. Célébrer le 8 mars, c'est reconnaître cette influence positive qui façonne une génération plus assurée, plus créative et plus inclusive.

Cette créativité sera bien visible le 12 mars à 19 h, à la salle Jean-Michel-Bergot de l'Académie Ste-Thérèse, alors que se tiendra la finale locale de Secondaire en spectacle. Trente-trois élèves y présenteront 19 numéros, en concours et hors concours, devant leurs pairs, leurs familles et la communauté. Les trois numéros lauréats représenteront ensuite l'école à la finale régionale du 29 mars, également à Sainte-Thérèse. Depuis plus de 30 ans, ce programme rassemble chaque année des milliers de jeunes à travers le Québec et leur permet d'expérimenter la scène, d'appivoiser le trac et de développer des compétences artistiques et humaines durables. Derrière chaque prestation, il y a des heures de répétition, un accompagnement attentif du personnel scolaire et cette étincelle unique qui naît lorsqu'un jeune ose monter sur scène.

En cette semaine de relâche, prenons le temps d'applaudir cette relève qui grandit avec confiance et audace.

Et sur ce, bonne semaine, ici chez vous!

ADEPTE DU SKI DE FOND

# FÉLIX GUÉNETTE : QUAND LE PLAISIR DEMEURE TOUJOURS PRÉSENT



Photo : Steve Jacobsen (courtoisie)  
Félix Guénette, un résident de Rosemère âgé de 14 ans, en sera à une première participation aux Jeux du Québec

BENOÎT BILODEAU / benoitb@groupejcl.ca

Pour avoir une petite idée du niveau de ski de fond que pratique Félix Guénette, sachez que ses parents, même s'ils en font beaucoup, ne peuvent plus le suivre depuis longtemps tellement il est rapide ! Pas mal pour un jeune garçon âgé de 14 ans qui participera à la 60e Finale des Jeux du Québec à Blainville.

Résident de Rosemère depuis l'âge de 3 ans, élève de 2e secondaire à l'École Hubert-Maisonneuve, Félix a chaussé des skis de fond pour la première fois à l'âge de 3 ans, pour ensuite, à l'âge de 4 ans, s'inscrire avec ses sœurs aînées, Chloé et Camille, à des cours de ski de fond dans le cadre du programme Jack Rabbit offert par Ski de fond de Montréal dont il est toujours membre.

« À l'âge de 8 ans, il a fait sa première course pour le plaisir et a vraiment adoré son expérience; d'autant plus qu'il est monté sur le podium ! Après avoir complété



120, boul. Desjardins Est,  
Sainte-Thérèse  
sttheresetoyota.com  
450 435-3685



BZ XLE  
2RM 2026  
À PARTIR DE  
**112\$\***  
/SEMAINE + taxes



\* Inclut rabais gouvernemental de 4000\$, location 60 mois, 20 000 km par année.

RABAIS  
GOUVERNEMENTAL  
MAINTENANT  
DISPONIBLE

PRIUS  
PRIME SE  
2026  
À PARTIR DE  
**10883\$\***  
/SEMAINE + taxes



\* Inclut rabais gouvernemental de 500\$ et de 1000\$ de Toyota.  
Location 48 mois, 16 000 km par année.

À l'achat de tout BZ en inventaire  
4 pneus d'hiver GRATUITS

VENEZ  
NOUS  
RENCONTRER!

DU LUNDI AU JEUDI DE 9 H À 20 H ET VENDREDI DE 9 H À 17 H



- Système précollision avec fonction de détection des piétons
  - Alerte de sortie de voie avec assistance à la direction
  - Phares de route automatiques
  - Régulateur de vitesse dynamique à radar
- Obtenez Toyota Safety Sense<sup>MC</sup> sans frais supplémentaires sur nos modèles les plus populaires.



(boul. Curé-Labelle)

tous ses niveaux, il a demandé à rejoindre l'équipe compétitive. Ça venait vraiment de lui [...] Il en est donc à son quatrième hiver de courses et il a toujours autant de plaisir, autant dans les compétitions que lors des entraînements avec son groupe », raconte Chantal Brisson, mère du jeune fondeur.

### UN FONDEUR PERSÉVÉRANT

La progression de Félix est constante, lui qui a obtenu plusieurs bons résultats cet hiver, tant lors de courses régionales que sur le circuit de la Coupe Québec, à laquelle il participe pour la première fois, signant des résultats allant de la 5e à la 1re position.

Félix est également un fondeur qui ne baisse pas les bras. « Lors de la course de qualification en classique pour les Jeux du Québec, alors qu'il était premier, une fixation s'est défaite et il a perdu un ski ce qui l'a fait chuter et perdre un bâton. Pendant que les skieurs passaient devant lui, il a récupéré son bâton, remis son ski et a réussi à garder son sang-froid pour effectuer une belle remontée et terminer troisième », relate Mme Brisson.

### UN GARÇON ACTIF ET TRÈS SPORTIF

Celle-ci dit d'ailleurs de son fils qu'il est calme, très actif et qu'il aime pratiquer plusieurs sports et activités. C'est aussi un garçon « travaillant, persévérant et très autonome » qui s'occupe même du fartage et de l'entretien de ses skis. « Le plaisir demeure très présent à travers tout ça, tant dans les entraînements que dans les courses, ce qui est un aspect très important. Jamais il n'est arrivé que ça ne lui tente pas d'aller à un entraînement ou qu'on ait besoin de lui pousser dans le dos », d'ajouter la maman.

Chef de mission pour la région des Laurentides, Alexandre Savoie voit beaucoup de potentiel en Félix. « Il est un des bons athlètes de notre équipe de ski de fond. Nul doute qu'il sera un bon leader aussi pour les fondeurs présents à Blainville », d'indiquer celui-ci.

Pour Félix, il s'agira d'une première participation aux Jeux du Québec et il se montre tout excité par le fait qu'ils se déroulent dans sa région. « Il est bien content, car sa famille et ses amis seront proches et pourront venir le voir », confirme Mme Brisson.

Pour ces Jeux du Québec, Félix s'est donné comme objectif de « faire un top 5 ». Il sera en action pour le 5 km classique (le samedi 28 février, à 11 h), pour le relais en style libre mixte (le dimanche 1er mars, à partir de 10 h 40) et pour le relais 5 km style libre (le lundi 2 mars, à partir de 11 h); épreuves qui auront lieu entre le samedi 28 février et le mardi 3 mars, sur le site du Centre communautaire Notre-Dame, à Saint-Jérôme.



Photo : Anne-Marie Daoust (courtoisie)

Adepte du ski de fond depuis l'âge de 3 ans, Félix Guénette est un garçon que l'on dit « travaillant, persévérant et très autonome ».

P048418-1\_03300



Association de la  
**fibromyalgie**  
des Laurentides

**Vous vivez avec la fibromyalgie ?  
Vous n'êtes plus seul-e !**

**Nous sommes là pour vous soutenir et vous informer.**

**Nous mettons à votre disposition des  
ressources pour mieux vivre avec la maladie.**

**Devenez membre !**

*Rejoignez une communauté d'entraide, de soutien et de mieux-être.*

Nous vous offrons, entre autres :

- une ligne d'écoute téléphonique
- des activités physiques adaptées
- des conférences et des ateliers
- des groupes de soutien

**Fibromyalgie :**

*mieux comprendre, mieux vivre!*

701, rue Saint-Georges Saint-Jérôme J7Z 5C7  
Tél. : 450 569-7766 | 1 877 705-7766  
info@fibrolaurentides.org | www.fibrolaurentides.org

« Ce matin Mathieu ne s'est pas réveillé.  
Ce n'est pas son réveil qui faisait défaut...  
**c'est son avertisseur de fumée!** »



## POURQUOI RISQUER DE NE PAS VOUS RÉVEILLER?

Quelques secondes suffisent à vérifier le bon fonctionnement de vos avertisseurs de fumée ou de monoxyde de carbone.

Appuyez sur le bouton d'essai pendant quelques secondes afin d'entendre un son. Vous pouvez aussi éteindre une bougie à proximité de votre avertisseur de fumée pour tester l'appareil.

P048473-1\_01573

### OÙ PLACER VOS AVERTISSEURS?

On recommande d'avoir au moins un avertisseur de fumée par étage, y compris au sous-sol. Installez-les près des chambres à coucher pour entendre l'alarme pendant que vous dormez.

### LE SAVIEZ-VOUS?

- Les incendies mortels surviennent surtout la nuit; c'est pourquoi les avertisseurs de fumée ou de monoxyde sauvent des vies.
- En cas d'incendie, vous avez moins de 3 minutes pour évacuer votre domicile.
- Plus de 30 % des bâtiments résidentiels incendiés chaque année n'ont pas de d'avertisseur de fumée ou de système de détection d'incendie fonctionnel.



Pour en savoir plus

### LE MONOXYDE DE CARBONE : UN RISQUE INVISIBLE

Ce gaz toxique, inodore et incolore est responsable de nombreuses intoxications chaque année, notamment chez les personnes utilisant des systèmes de chauffage à combustion.

### COMMENT LE DÉTECTER?

Installez un avertisseur de monoxyde de carbone dans votre résidence pour protéger votre famille contre ce tueur silencieux.

### REMPLACER VOS AVERTISSEURS APRÈS 10 ANS!

Les avertisseurs de fumée et de monoxyde sont composés de cellules de détection qui cessent de bien fonctionner après une décennie. Un appareil de plus de 10 ans pourrait devenir hypersensible et se déclencher sans raison ou ne pas se déclencher à temps en cas de réel incendie.

**DANS LA NUIT  
DU 7 AU 8 MARS,  
ON AVANCE  
L'HEURE.**

Profitez-en pour vous assurer du bon fonctionnement de vos avertisseurs de fumée et de monoxyde de carbone.

*Le collectif pour la prévention de l'AGSICQ*

GYMNASTE ARTISTIQUE MASCULIN

# LOGAN ST-JACQUES : UNE **PASSION** QUI NE SE DÉMENT PAS

**BENOÎT BILODEAU**  
benoitb@groupejcl.ca

Adeptes de la gymnastique depuis une dizaine d'années, après avoir participé à un parcours d'habilités organisé par le Club de gymnastique Mégagym dans le cadre d'une fête de quartier, Logan St-Jacques vient de vivre, dans le cadre de la 60e Finale provinciale qui se tient à Blainville, ses premiers Jeux du Québec.

Celui-ci a, en effet, pris part ces derniers jours à trois compétitions (concours en équipe, concours individuel et omnium ou concours complet) au Centre multisports de Rosemère, un endroit qu'il a déjà l'habitude de fréquenter dans le cadre de ses cours d'éducation physique.

Résident de Blainville depuis sa naissance, Logan, âgé de 13 ans, était destiné à pratiquer la gymnastique, lui qui, dès son très jeune âge, était sollicité par sa grande sœur Amélia, déjà gymnaste, à faire des culbutes et des pirouettes. L'expérience qu'il a vécue lors de cette fête de quartier est telle que Logan lance à ses parents, Catherine Borduas-Pagé et Éric St-Jacques : « Moi je veux faire de la gym ! ».

« L'histoire d'amour venait de commencer », confirme la maman, Catherine Borduas-Pagé. « C'est donc à l'âge de quatre ans que Logan a débuté la gymnastique récréative, à raison d'une fois par semaine, dans un groupe mixte composé d'un garçon et de plusieurs filles où d'ailleurs, à son grand dam, il doit faire de la poutre », relate-t-elle, ajoutant que c'est lorsqu'un groupe de gymnastique artistique masculin est créé au club Mégagym que Logan « sent qu'enfin il sera pris au sérieux et que bientôt il pourra faire des compétitions ».

## UN GYMNASTE DISCIPLINÉ ET POLYVALENT

Tellement passionné par la gymnastique, Logan, un élève en 1re secondaire de l'Externat Sacré-Cœur, à Rosemère, ne rouspète même pas lorsqu'il doit se coucher tôt un samedi soir afin d'être en forme pour l'entraînement du lendemain, à 8 h. Cette discipline, combinée à sa détermination, sa maturité, son sens de l'organisation et sa polyvalence à concilier son calendrier scolaire et sportif, lui a permis d'accumuler, ici et là, les petites réussites.

Depuis l'automne dernier, Logan agit même comme modèle pour la relève en



Photo : Catherine Borduas-Pagé (courtoisie)  
L'histoire d'amour de Logan St-Jacques pour la gymnastique artistique a commencé alors qu'il avait 4 ans.

étant l'assistant-entraîneur d'un groupe de petits garçons, un rôle, confirme sa mère, qu'il adore et qu'il prend très au sérieux.

Les qualités que possède le gymnaste sont d'ailleurs relevées par le chef de mission de la délégation des Laurentides, Alexandre Savoie, qui n'a que de bons mots pour le jeune Blainvillois.

« Logan est encore jeune, mais il est très sérieux dans ses entraînements. Depuis maintenant deux ans, c'est le retour de la gymnastique masculine dans notre région. Logan fait partie de cette nouvelle génération de gymnastes. Nul doute qu'il sera avec nous pour d'autres Jeux du Québec », mentionne M. Savoie.

## DONNER SON MAXIMUM, RIRE ET S'AMUSER

Pour ses premiers Jeux du Québec, Logan, qui aspire un jour à monter sur le podium des Jeux olympiques, avait pour objectif de donner son maximum.

Mais aussi, comme l'indiquait sa mère quelques jours avant le début de ces Jeux du Québec, de rire, de s'amuser avec les autres gymnastes qu'il côtoie déjà sur les plateaux de compétition et de développer de nouvelles amitiés avec « sa gang des Laurentides ».

**SEMAINE DES SUCRES 2026**  
CHEZ **IGA** Famille Girard  
Chez nous, c'est différent!

# Tire sur *neige*

SAMEDI ET DIMANCHE  
14 ET 15 MARS 2026 - DE 11H À 16H

**GRATUIT!**

*Repas de*  
**Cabane à  
sucre**

LE VENDREDI 13 MARS 2026 - DE 11H À 13H30  
**AU RAYON DES METS CUISINÉS! (\$)**

# Musique *et ambiance*

SAMEDI 14 MARS: TERREBONNE  
DIMANCHE 15 MARS: BOIS-DES-FILION,  
ST-AUGUSTIN, BLAINVILLE & ST-JANVIÉR  
DE 11H À 15H

# Chemise à carreaux *et jeans*

VENDREDI, SAMEDI ET DIMANCHE  
13, 14 ET 15 MARS 2026

**TOUS LES EMPLOYÉS**

**IGA**



Famille Girard  
Chez nous, c'est différent!

Exclusivité  
signée

**IGA** extra  
Famille  
Girard



@igagirardterrebonne  
@igagirardblainville  
@igagirardstaugustin  
@igagirardbdf  
@igagirardstjanvier

**SKY BLÜ 3**  
CONDOS URBAINS  
CITÉ MIRABEL

# PRÉVENTE



**VISITES LIBRES**  
SAMEDI LE 07 MARS  
12h00 à 16h00  
12065 de Blois, Mirabel

# INCLUSIONS



En choisissant la prévente de la phase 3, les acheteurs obtiennent non seulement un condo moderne et lumineux au cœur de Cité Mirabel, mais également plusieurs inclusions qui facilitent l'accès à la propriété : les cinq électroménagers sont inclus, les comptoirs de quartz, les 12 premiers mois de frais de condo sont pris en charge et les propriétaires ont la possibilité de personnaliser les finis parmi une sélection soignée.

## CONDOS MODERNES À VENDRE | CITÉ MIRABEL

## 3 1/2 • 4 1/2 • 5 1/2



[www.skyblucondos.com](http://www.skyblucondos.com)



[vente@skyblucondos.com](mailto:vente@skyblucondos.com)

## 514-929-7766

PRENEZ RENDEZ-VOUS  
POUR VISITER!



Un projet réalisé par

**RAY JUNIOR**  
INVESTISSEMENT



Desjardins présente


**BLAINVILLE 60<sup>e</sup>**  
 FINALE DES JEUX DU QUÉBEC 2026

# BRILLONS JUSQU'À LA FINALE

## LAJEUNESSE SUR LA DEUXIÈME MARCHE DU PODIUM

Louis Lajeunesse a remporté la médaille d'argent chez les garçons de 12 ans aux Jeux du Québec 2026, disputés à Blainville. Il a franchi la ligne d'arrivée à 17,1 secondes du vainqueur, Grégoire Thivierge.

Malgré la forte présence des régions Chaudière-Appalaches et Capitale-Nationale en tête de classement, le jeune fondeur des Laurentides a su tirer son épingle du jeu et monter sur la deuxième marche du podium.

Hubert Palardy, également représentant des Laurentides, a pris le sixième rang, à seulement deux secondes de Victor Cliche, de la Rive-Sud.



Photo : Phoebly Laplante  
 Louis Lajeunesse, 12 ans, a remporté la médaille d'argent en ski de fond chez les garçons 12 ans.

### VOICI LES AUTRES RÉSULTATS DES ATHLÈTES LAURENTIENS :

#### Garçons 14 ans (non officiel)

7e – Zach Pilon (14:16.3)

12e – Alexis Lafrance (15:00.3)

#### Filles 14 ans (non officiel)

6e – Chloé Lafrance (17:09.5)

14e – Flavie Chouinard (18:20.4)

#### Garçons 13 ans

9e – Félix Guénette (15:14.5)

12e – Félix Deslauriers (15:41.8)

#### Filles 13 ans

9e – Delphe Menier (18:00.2)

14e – Juliette Perreault (19:00.0)

#### Filles 12 ans

10e – Anaïs Lafrance (15:47.1)

13e – Sophie Kalvin (17:44.1)

## ASPIRATEUR 2000 PLUS

EXPERT CONSEIL

RBC: 8225-8815-01

### VENTE | RÉPARATION | INSTALLATION SERVICE À DOMICILE

Aspirateurs, accessoires & outils spécialisés

POUR VOTRE GRAND MÉNAGE DU PRINTEMPS,  
 ASPIREZ À **PLUS**... PERFORMANCE,  
 DURABILITÉ ET FIABILITÉ!



SPÉCIAL  
**799<sup>95</sup>\$**  
 (Régulier 995<sup>95</sup>\$)

**GRATUIT!**  
 Balai à tapis,  
 valeur de 69\$

952, boul. Labelle, Blainville  
 (coin 70<sup>e</sup> Avenue Est) 450 818-8568

217, boul. Labelle, Rosemère  
 450 979-6553

aspirateur2000plus.com

Laval | Repentigny | St-Eustache | St-Jérôme | Terrebonne

## L'événement Avantage Hyundai

TUCSON 2026



TUCSON 2026

Louez\* à partir de 3,49 %  
le Preferred à trac. int. :

**0 \$** d'acompte

**99 \$ | 48**

par semaine | mois (208 semaines)

Réduction de taux fidélité de 2 % incluse  
 pour les clients admissibles sur tous  
 les modèles TUCSON 2026. ^

**38 316 \$**

Exemple de prix de vente

\* Détails en succursale

**HYUNDAI**

**HYUNDAI BLAINVILLE**

MEMBRE DU GROUPE LECLAIR



620, boul Curé-Labelle Blainville 450 435-5000


**BLAINVILLE 60<sup>e</sup>**  
 FINALE DES JEUX DU QUÉBEC 2026

**virtuo**  
 CENTRE DENTAIRE



DENTISTERIE GÉNÉRALE  
 SERVICE D'IMPLANTOLOGIE  
 SERVICE D'ORTHODONTIE

200 BOUL CURÉ-LABELLE, STE-THÉRÈSE  
 CDVIRTUO.CA | 450 433-3048

SUIVEZ-NOUS





Desjardins présente



**BLAINVILLE 60<sup>e</sup>**  
FINALE DES JEUX DU QUÉBEC 2026

# BRILLONS JUSQU'À LA FINALE

JEUX DU QUÉBEC

## UNE MÉDAILLE D'OR POUR LA GYMNASTE MAHELY CONSTANT

**REINE CÔTÉ** / rcote@groupejcl.ca

Au terme de deux journées de compétitions bien remplies, Mahely Constant de l'équipe des Laurentides s'est classée au premier rang au total des engins, remportant ainsi la médaille d'or dans la catégorie Provincial individuel.

La jeune gymnaste de Saint-Jérôme a pris le dessus avec la moyenne de ses points pour toutes les disciplines devant ses rivales Annabelle Desjardins, de la Rive-Sud, et Magalie Noreau, du Centre-du-Québec.

Mahely s'était aussi classée au premier rang au saut, puis au deuxième rang au barres asymétriques, toujours en Provincial individuel.

Dès le premier jour des compétitions de gymnastique qui se déroulaient au Centre multisport de Rosemère, l'équipe des

Laurentides a laissé sa marque en remportant la médaille de Bronze dans la catégorie Provincial par équipe. L'équipe des Laurentides est composée de : Heidi Sleighter, Mahely Constant, Camille Tremblay, Anne Rosalie Forget, Haily Maheux et Layla Da Sylva Genc.

La jeune fille qui s'entraîne maintenant depuis cinq ans avec le club de gym de Saint-Jérôme affichait un large sourire lors de la remise des médailles.

De son propre aveu, elle s'attendait à se démarquer au sol. Or, ce n'est pas la discipline qui lui a permis de remporter l'Or. « Les barres asymétriques, c'est là où je me suis démarquée », a expliqué la jeune athlète, affichant fièrement sa médaille au cou.

Ses projets d'avenir à court terme ? « Honnêtement, c'est

vraiment de m'améliorer, de monter le plus haut dont je suis capable », affirme l'étudiante de l'école Saint-Gabriel, qui ne cache pas son envie de participer à d'éventuelles compétitions d'envergure et aimerait bien se rendre un jour aux Olympiques. « Les JO, je pense que pour tout le monde, c'est un rêve. »

Les deux entraîneuses de l'équipe des Laurentides, Miriam Villeneuve et Sophie Privé étaient évidemment très fières de voir leur équipe remporter, samedi, une médaille de bronze dans la catégorie Provincial par équipe.

« Ça été un avant-midi avec beaucoup d'épreuves et les filles ont su rester calmes. C'est quand même une équipe avec beaucoup d'expérience. Elles ont eu des notes de 9,85 sur plusieurs appareils, donc c'est quand même très bien », ont indiqué les deux entraîneuses, précisant que les gymnastes se sont particulièrement distinguées à l'épreuve du saut.

AU PROFIT DES JEUX  
DU QUÉBEC  
BLAINVILLE 2026

# PACINI

L'amour de la table et des gens autour!



- Spécial Midi Presto
- Menu à la carte et table d'hôte
- Réservation de groupe pour événements
- Salon privé
- Salle semi-privée

5, rue De Martigny Est, Saint-Jérôme 450 432-6628  
399 Boul. Labelle, Rosemère, 450 420-3936

**Bouffe-Tout**  
Traiteur

*Bouffe-Tout  
Traiteur est  
là pour vous!*

Boutique ouverte du  
lundi au vendredi 10 h à 17 h

16641, boul. Curé-Labelle, Mirabel, Qc  
**514 813-9433**

**MICRÔTEL**  
WYNDHAM

**LE CHOIX  
LOGIQUE  
POUR  
VOTRE HÔTEL.**

RÉSERVEZ  
UN SÉJOUR

- Piscine et centre de conditionnement physique
- Petit déjeuner et Wi-Fi gratuit
- Chambres confortables et moderne

P048328-1\_12524  
**MICROTELINN.COM/BOISBRIAND 450-508-2215**



Desjardins présente


**BLAINVILLE 60<sup>e</sup>**  
 FINALE DES JEUX DU QUÉBEC 2026

# BRILLONS JUSQU'À LA FINALE

## LES LAURENTIDES MAINTIENNENT LE RYTHME

**ÉMILIO CONSTANZA** / econstanza@groupejcl.ca

Après trois journées d'activités à la 60<sup>e</sup> Finale des Jeux du Québec, la délégation des Laurentides totalise maintenant 22 médailles. Lundi, neuf breloques se sont ajoutées au cumulatif.

### LA BOXE POURSUIT SUR SA LANCÉE

La délégation laurentienne a encore frappé en boxe olympique. Kalix Green a remporté l'or chez les 56 kg, complétant un parcours solide. Son père et entraîneur, Joe Green, a souligné sa capacité à exécuter son plan malgré la pression.

Malicia Lessard Cummings a livré un combat remarqué et décroche l'argent. Tommy Paquette complète le trio médaillé avec le bronze chez les 50 kg, après avoir conclu son affrontement dès la première ronde, comme le souhaitait son entourage.

### PREMIERS PODIUMS EN PATINAGE ARTISTIQUE

Yiannis Philippos, de Saint-Jérôme, offre aux Laurentides un premier podium en patinage artistique grâce à une note de 30,17 en juvénile. Jasmin Adam Charland, de Lanaudière, prend le premier rang avec 31,78.

Plus tard en journée, Lexi Bastien, également de Saint-Jérôme, remporte l'or chez les dames. Les deux patineurs ont évoqué la fierté ressentie à la suite de leurs performances.

### LA CONSTANCE SUR LA GLACE ET EN PISTE

En patinage de vitesse, Coralie Boulais, Olivier Tardif et Émile Dansereau montent sur le podium au 500 m. Dansereau s'illustre chez les 14 ans, tandis que Boulais



Photo : Anh Dien  
Kalix Green en action lors de la finale des 56 kg. Le boxeur des Laurentides a poursuivi la moisson de médailles de sa délégation.

et Tardif remportent l'argent chez les 15 ans.

En ski de fond, Louis Lajeunesse ajoute une troisième médaille en autant de jours, récoltant le bronze au 5 km chez les 12 ans.

Au hockey féminin, malgré l'élimination du tableau des médailles, les Laurentiennes signent une victoire convaincante de 5-0 face au Centre-du-Québec. Laurali Desrochers inscrit deux buts en première période.

Avec neuf nouvelles médailles lundi, la délégation hôte poursuit sa progression et porte son total à 22 après trois jours de compétition.

P048745-1\_05460

LA RELÂCHE DES  
*petits cocos*

REPAS ENFANT À **3\$**  
Jusqu'au 8 mars!

*Allô mon Coco*  
BLAINVILLE

9, boul. de la Seigneurie E., Blainville  
allomoncoco.com

Dans les restaurants participants seulement. 1 repas pour enfant à 3\$ (boverage non inclus) à l'achat de 1 repas adulte d'une valeur minimale de 15\$. Enfant de 10 ans et moins. Ne peut être jumelé à aucune autre offre.

P048173-1\_04690

 Cultiver  
notre  
**Avenir**

élever | innover | accélérer | McOpCo

797, boulevard Curé-Labelle, Blainville

Que la fête commence!

LES BALLOUNES

LOCATION DE JEUX GONFLABLES

MODULES GONFLABLES / STRUCTURES AQUATIQUES / DÉLICES FORAINS

Nos services clés en main vous permettent de planifier toutes vos célébrations en un rien de temps.

Un moment magique à réserver maintenant

514 546-3118

Blainville / Laval / St-Joseph-du-Lac / Ste-Thérèse / St-Adolphe d'Howard

Desjardins présente



**BLAINVILLE 60<sup>e</sup>**  
FINALE DES JEUX DU QUÉBEC 2026

# BRILLONS JUSQU'À LA FINALE

BLAINVILLE 60<sup>e</sup> FINALE DES JEUX DU QUÉBEC 2026

## BADMINTON BENOÎT MILLETTE : MISER SUR LE DÉPASSEMENT AVANT LES MÉDAILLES

Benoît Millette, entraîneur des Laurentides, donnant des conseils à ses athlètes, Xavier Groulx et Étienne Rochon-Cliche.  
Benoît Millette est entraîneur au badminton depuis maintenant 22 ans et en est à ses dixièmes Jeux du Québec. Avec une équipe très jeune, il axe ses efforts sur le dépassement personnel et non les résultats. Il prône l'entraide, l'amélioration et la volonté constante de devenir une meilleure version de soi-même. Il souhaite que les Jeux du Québec soient un point pivot pour amener les jeunes vers les niveaux supérieurs tels que l'universitaire et le sénior.



Photo Sylvain Leblanc

## JADE CRÊTE POURSUIT SA MONTÉE

Jade Crête discute stratégie avec son entraîneur Benoît Millette » Jade Crête a obtenu la sixième place dans le tournoi féminin en simple au badminton. L'athlète de Sainte-Anne-des-Plaines poursuit son développement, s'entraînant quatre fois par semaine en vue d'une éventuelle qualification aux championnats provinciaux. Elle salue le travail de ses entraîneurs « Max », « Chuck » et « Ben ».



Photo Sylvain Leblanc



**FAITES-VOUS PLAISIR AVEC LES MEILLEURES DES MEILLEURES PIZZAS ET POUTINES DE SAINTE-THÉRÈSE.**

**DÉCOUVREZ NOS NOUVEAUTÉS! LIVRAISON DISPONIBLE ET RAPIDE.**



60 Bd Curé-Labelle, Sainte-Thérèse (450) 818-2222

P047842-1\_12616



**PLACEROSEMÈRE**



P048331-1\_04356



**BARBIES**  
RESTO • BAR • GRILL  
BLAINVILLE

**ICI C'EST GRATUIT POUR LES ENFANTS TOUS LES JOURS !**

**PROFITEZ DE LA RELÂCHE EN FAMILLE !!!**

1343, boulevard Michèle-Bohec, Blainville 450 433-8838



P048251-1\_04711



**VIANDES BOVITENDRES**

CHOISISSEZ LA RÉPUTATION ET LA QUALITÉ

**FIERS DE SOUTENIR LES ATHLÈTES !**

bovitendres.com | 450 937.6477  
95, rue de la Pointe-Langlois, Laval H7L 3J4



P047687-1\_05145



Desjardins présente


**BLAINVILLE 60<sup>e</sup>**  
 FINALE DES JEUX DU QUÉBEC 2026

# BRILLONS JUSQU'À LA FINALE

## LE JUDO LAURENTIEN BRILLE GRÂCE À LA PERSÉVÉRANCE



Jamal Salim Kaloka, de Blainville, a découvert le judo à l'âge de 10 ans. Il a beaucoup travaillé sur ses faiblesses et cela a rapporté. Jamal est fier des efforts et de la persévérance qui l'ont mené à la médaille d'or et salué le travail des bénévoles, de l'organisation, des entraîneurs et de Patrick Kearney, président de Judo Québec. L'athlète invite la population à suivre son exemple, et à toujours persévérer.

De gauche à droite : Maika Perron, entraîneuse, Mia Dyke, médaille d'argent, Livia Charest, médaille de bronze, Jamal Salim Kaloka, médaille d'or, Emerick Grenier, médaille d'argent et Kaleb L'Espérance, entraîneur.

## KALEB L'ESPÉRANCE ET MAIKA PERRON, ENTRAÎNEURS DE L'ÉQUIPE DES LAURENTIDES

Caleb et Maika sont des entraîneurs, mais aussi des athlètes en judo. Comme ils ont tous deux participé aux Jeux du Québec, ils veulent redonner au suivant, à l'image de l'accompagnement dont ils ont bénéficié dans leur propre parcours. Ils apprécient les valeurs véhiculées par le judo, comme la solidarité, l'honneur et l'humilité, de plus que la création de liens solides et durables qui se tissent entre athlètes au fil des entraînements et des compétitions.



Photo Sylvain Leblanc

**TAXI**  
450 430-7000

**UNE SEULE COMPAGNIE  
UN SEUL NUMÉRO**

**450-430-7000**

Sainte-Thérèse

[www.taxi7000.ca](http://www.taxi7000.ca)

28, ch. de la Côte St-Louis Ouest  
Blainville

Info@taxi7000.ca

P047893-1\_12581

**Centre Chiro-Santé**  
Partenaire de votre bien-être depuis 18 ans!

CHIROPRATIQUE  
FAMILIALE ET SPORTIVE

THÉRAPIES  
COMPLÉMENTAIRES  
(DISPONIBLE EN CLINIQUE)

200, BOUL. DU CURÉ-LABELLE,  
BUR. 202, SAINTE-THÉRÈSE  
450-420-7444 [centrechirosante.ca](http://centrechirosante.ca)

P047296-1\_02851

**REMAX DU CARTIER**  
AGENCE IMMOBILIÈRE

**COURTIER  
IMMOBILIER  
RÉSIDENTIEL ET  
COMMERCIAL**

« J'ŒUVRE DANS  
CE DOMAINE  
DEPUIS 16 ANS »

**DENYSE Bertrand**

450 275-3636  
[denyse.bertrand@remax-quebec.com](mailto:denyse.bertrand@remax-quebec.com)

P048395-1\_12337

**STE-THÉRÈSE  
TOYOTA**

**VENTE  
ÉTIQUETTES  
ROUGES**

**VENEZ  
NOUS  
RENCONTRER!**

**RABAIS  
GOUVERNEMENTAL  
DE RETOUR**

120, boul. Desjardins Est, Sainte-Thérèse  
[sttheresetoyota.com](http://sttheresetoyota.com) 450 435-3685

P048333-1\_11122

**GROUPE FORGET** **Polyclinique de l'Oreille**

AUDIOPROTHÉSISTES

Au service de votre audition

**Blainville**  
75, boul. des Châteaux,  
bureau 208  
450 951-9868

**Sainte-Thérèse**  
233, rue Turgeon,  
bureau 102  
450 433-7966

- Dépistages auditifs
- Consultations audioprothétiques et sélection d'appareils auditifs
- Vente, vérification et nettoyage des appareils auditifs
- Réparation, ajustement et programmation des prothèses auditives
- Vente de protecteurs auditifs et bouchons de baignade sur mesure
- Accessoires et piles pour aides auditives
- Soutien administratif pour la documentation liée à la CNESST

P048407-1\_11421

**EXPRESSIONdécor**

**Benjamin Moore™**

**Printemps rime avec  
nouveau décor!**

Rencontrez Richère et Joanie  
625, boul. Curé-Labelle, Blainville  
450 435-6800 | [expressiondecor.ca](http://expressiondecor.ca)

P048407-1\_11421



## HOROSCOPE

Alexandre Aubry

alexandre@norja.net

www.lignevision.com

1 900 456-4114 ou par cell. #4114

### DU 4 MARS AU 10 MARS 2026



#### BÉLIER

(21 MARS - 20 AVRIL)

Vous traversez une période de fatigue accumulée. Accordez-vous un moment de soin ou une consultation pour retrouver votre vitalité. Côté cœur, ne perdez pas de temps avec des personnes manquant de délicatesse et de respect.



#### TAUREAU

(21 AVRIL - 20 MAI)

Le stress peut vous atteindre, mais quelques ajustements dans vos habitudes suffisent à rétablir votre mieux-être. Faites place à l'audace aussi! En clarifiant vos objectifs, vous transformerez vos ambitions en étapes simples et réalisables.



#### GÉMEAUX

(21 MAI - 21 JUIN)

Un cercle d'amis pourrait vous convier à une aventure palpitante. En couple, la tendresse nourrira votre lien. Célibataire, un admirateur ou une admiratrice pourrait se révéler en lien avec un souvenir ou une activité de la Saint-Valentin.



#### CANCER

(22 JUIN - 23 JUILLET)

Attendez-vous à une semaine pleine d'émotions de toute sorte. Si vos finances vous préoccupent, agissez méthodiquement : des solutions accessibles existent. En retrouvant contrôle et sérénité, vous laisserez revenir bonheur et légèreté dans votre quotidien.



#### LION

(24 JUILLET - 23 AOÛT)

Un ami ou une amie pourrait se manifester par une déclaration amoureuse. Professionnellement, l'évènement que vous préparerez dépassera vos attentes en affluence, et vos idées de changement seront accueillies avec enthousiasme et ouverture.



#### VIERGE

(24 AOÛT - 23 SEPTEMBRE)

Vous accomplirez enfin ce que vous reportez depuis longtemps, gagnant ainsi en sérénité. Un traitement ou une solution favorable améliorera votre mieux-être. En amour, des gestes simples et attentionnés renforceront les liens et apporteront de la douceur.



#### BALANCE

(24 SEPTEMBRE - 23 OCTOBRE)

La pression professionnelle exigera de vous persévérance et rigueur pour conclure contrats ou projets. Parallèlement, un engagement régulier dans l'activité physique vous aidera à renforcer votre énergie ou à atteindre vos objectifs de remise en forme.



#### SCORPION

(24 OCTOBRE - 22 NOVEMBRE)

Votre investissement au travail portera fruit, une promotion venant récompenser vos efforts. En parallèle, vos loisirs ou activités sportives raviveront votre vitalité et enrichiront votre vie sociale, offrant un bel équilibre entre réussite et plaisir.



#### SAGITTAIRE

(23 NOVEMBRE - 21 DÉCEMBRE)

Votre franchise pourra susciter des critiques, d'où l'importance d'un peu plus de diplomatie dans vos échanges. En amour, une initiative spontanée favorisera un moment complice et une activité agréable renforçant votre relation.



#### CAPRICORNE

(22 DÉCEMBRE - 20 JANVIER)

Si l'acquisition d'une propriété vous attire, une occasion idéale correspondant à vos besoins et à votre budget pourrait bientôt se présenter. En gérant vos finances avec plus de rigueur, vous dissiperez vos inquiétudes et retrouverez votre confiance.



#### VERSEAU

(21 JANVIER - 18 FÉVRIER)

La semaine sera rythmée par de nombreux déplacements, parfois même pour rendre service à vos proches. Le renouvellement de contrats liés à vos communications demandera de la patience, mais vous en sortirez avec un tarif plus équilibré.



#### POISSONS

(19 FÉVRIER - 20 MARS)

La baisse de moral liée à la saison pourrait vous affecter, mais l'activité physique sera votre meilleure alliée. Vous gagnerez rapidement en vitalité et vous trouverez peut-être un sport d'hiver qui vous passionnera.

JEUX DU QUÉBEC À BLAINVILLE, ROSEMÈRE ET SAINTE-THÉRÈSE EN 2009

# L'ANCIEN DIRECTEUR GÉNÉRAL ALAIN ROY SE SOUVIENT...



Photo : courtoisie

Alain Roy, au centre, en compagnie de ses adjoints Claire Loiselle et Patrick Kearney, lors d'une conférence de presse, tenue le premier jour de compétition de ces Jeux du Québec de 2009.

## BENOÎT BILODEAU / benoitb@groupejcl.ca

À la retraite depuis une douzaine d'années, Alain Roy a vécu de nombreuses expériences comme gestionnaire, mais la plus mémorable de toutes demeure celle où il a été directeur général de la 44e Finale des Jeux du Québec qu'avaient présentée conjointement, en 2009, les villes de Blainville, Rosemère et Sainte-Thérèse.

Dix-sept ans plus tard, Alain Roy a la grande chance de revivre l'expérience des Jeux du Québec puisqu'il fait partie, avec 12 autres membres, du conseil d'administration de la 60e Finale des Jeux du Québec, à Blainville. Il a aussi été membre du comité de candidature et du comité de transition qui ont préalablement été mis en place dans le cadre de cette aventure.

« Ça ramène plein de souvenirs. En fait, l'histoire a commencé à l'été 2023 quand la mairesse Liza Poulin m'a appelé pour que j'aide au processus de candidature de la Ville de Blainville. J'ai accepté avec joie parce que, pour 2009, on avait eu beaucoup d'aide. C'était à mon tour d'aider », relate, en entrevue, celui qui a été directeur du Service des loisirs de la Ville de Rosemère pendant 33 ans avant de prendre sa retraite en 2013.

## PRIORITÉ À L'ATHLÈTE D'ABORD

À l'époque, Loisirs Laurentides cherchait à ce que la région obtienne les Jeux du Québec, après avoir vu la candidature des villes de Boisbriand et de Sainte-Thérèse pour des jeux d'été ne pas être retenue.

« Avec Patrick Kearney, qui travaillait alors pour Loisirs Laurentides, les villes de Blainville, Rosemère et Sainte-Thérèse se sont assises ensemble et ont décidé de mettre leurs ressources en commun, car on croyait qu'on avait la capacité de le faire. Après avoir obtenu les Jeux, la Ville de Rosemère m'a libéré en 2007 pendant deux ans pour que je prenne la direction des Jeux avec l'aide, comme directeur général adjoint, de Patrick », se remémore le retraité âgé aujourd'hui de 70 ans, reconnu à ce moment pour son sens de l'organisation.

C'est donc sous le leitmotiv « Priorité à l'athlète d'abord » que l'organisation de ce grand rassemblement sportif pour jeunes s'est déroulée pendant deux ans. Entre autres, M. Roy note avoir mis en place, avec l'aide de son équipe, de premiers Jeux du Québec verts grâce à la récupération, à la réutilisation de la nourriture et au compostage. Ces Jeux du Québec ont aussi été



Photo : Michel Chartrand (archives Nord Info)

Une photo prise au mois de novembre 2009, à 100 jours de la 44e Finale des Jeux du Québec présentée conjointement par les villes de Blainville, Rosemère et Sainte-Thérèse.

les premiers à être webdiffusés, signale le résident de Sainte-Anne-des-Plaines, né à Saint-Jérôme.

## QUELQUES SOUVENIRS...

Quelques souvenirs ? « Comme c'était des jeux d'hiver, on avait décidé que nous aurions des cérémonies d'ouverture et de clôture à l'extérieur, et que ça se fasse au Parc équestre de Blainville. À deux jours des cérémonies d'ouverture, on annonçait 100 % de probabilité de pluie, et le lendemain, encore 100 %. On a décidé de tout déplacer à l'intérieur, ce qui nous a occasionné des coûts importants; 30 000 \$ à l'époque. Ça modifiait le déroulement des cérémonies; on ne pouvait pas allumer la flamme à l'intérieur. Gaétan Boucher l'a alors fait à l'extérieur sous la pluie, avec projection à l'intérieur. Notre crainte, c'était aussi que les jeunes attrapent tous la grippe », se rappelle encore M. Roy.

Celui-ci se remémore aussi qu'il a fallu désinfecter les locaux d'une délégation aux prises avec des cas de gastro-entérite, ce qui a été fait le jour où les athlètes du premier bloc quittaient pour laisser leur place à ceux du deuxième bloc.

Alain Roy se souvient surtout que tout s'est bien déroulé au bout du compte. Même que la délégation des Laurentides avait épaté avec une récolte record de 65 médailles, alors que l'objectif était d'atteindre le cap des 60 médailles, soit une de plus que lors des Jeux d'hiver précédents, et une enviable deuxième place au classement des régions.

Ces Jeux du Québec auront aussi permis à des milliers de bénévoles, dont Liza Poulin, responsable du transport de la flamme devenue mairesse de Blainville, et Geneviève Fournier, une jeune qui sortait de l'université qui occupe un poste de directrice générale adjointe au sein du comité organisateur, de vivre une expérience de vie des plus enrichissantes.

Surtout, pour l'ancien directeur général, la « force du groupe » aura été ce qui a permis à ces Jeux du Québec de connaître du succès. « On avait beaucoup d'ententes intermunicipales à cette époque; les Jeux auront permis de démontrer encore plus la force des regroupements. C'est un legs important », dit-il.

Enfin, M. Roy raconte avoir conseillé aux membres de l'actuel comité organisateur de se centrer sur des objectifs liés aux athlètes pour qu'ils vivent la meilleure expérience possible. Et, s'il faut se fier à ses propos, ce conseil a été bien suivi.

Journée internationale des

# DROITS DES FEMMES

En route vers l'égalité



8  
MARS

**Uniprix**  
Véronique Dupuis inc. TOUJOURS TOUT POUR VOUS FAIRE PLAISIR!

PROCHES DE VOTRE SANTÉ



## NOS SERVICES SANTÉ EN PHARMACIE

Maintenant offerts chez Uniprix Véronique Dupuis



Uniprix Véronique Dupuis  
**!!! PRÉLÈVEMENTS SUR PLACE !!!**  
(SANG, URINE, SELLES)



Tous les MARDIS  
9H05 À 10H30

55\$ (débit, crédit, comptant)

Pour prendre rendez-vous sur notre site Internet dès aujourd'hui!

Certificats **rabais** chocs  
28% de rabais!



Vaccination générale chez l'adulte



Infection urinaire chez la femme



Nettoyage des oreilles



Test de dépistage du streptocoque



2801, boul. Des Promenades  
Sainte-Marthe-sur-le-Lac



Tél.: 450 974-7777  
Télec.: 450 974-9236

Pour prendre rendez-vous visitez notre site Web.

Des frais et des conditions s'appliquent à ces services.



**BARBIES.**

RESTO BAR GRILL



**Fière de soutenir la cause**



1343, boulevard Michèle-Bohec Blainville 450 433-8838

TOP 10

# L'INFLUENCE AU FÉMININ DANS LES LAURENTIDES

RÉDACTION / info@groupejcl.ca

Historiquement, le cahier de la femme a toujours représenté l'occasion de faire briller des femmes de cœur, de carrière et d'influence. Cette année ne fait pas exception. Mais nous osons en vous proposant un top 10 des femmes les plus influentes de la région des Laurentides.

Ce classement a été monté à l'interne par notre équipe éditoriale. Il ne s'agit pas d'un vote populaire ni d'un simple exercice de visibilité. Nous avons analysé les postes occupés, les leviers décisionnels, les responsabilités officielles et l'impact réel exercé dans la région.

Nous avons également questionné plusieurs femmes des Laurentides, issues de différents milieux — commerce, politique, communautaire, institutionnel — afin de valider notre perception des centres de pouvoir actuels. L'objectif n'était pas de mesurer la sympathie ou la notoriété, mais bien l'influence concrète.

Pour structurer notre réflexion, nous avons appliqué une grille d'analyse interne reposant sur six critères :

- l'influence politique et institutionnelle,
- le leadership communautaire,

- l'impact économique,
- la visibilité publique,
- la longévité et les distinctions,
- et la capacité d'innovation ou de rayonnement régional.

Chaque critère a été pondéré, l'influence politique et institutionnelle occupant naturellement une place importante, puisqu'elle détermine directement les décisions qui structurent le territoire.

## 10 — SYLVIE D'AMOURS

Députée provinciale de Mirabel et deuxième vice-présidente de l'Assemblée nationale du Québec, Sylvie D'Amours occupe une fonction parlementaire élevée au sein de l'institution québécoise.

Son rôle à la vice-présidence l'inscrit dans le fonctionnement même de l'Assemblée nationale, où elle participe à l'encadrement des travaux parlementaires et au respect des règles démocratiques. C'est un poste qui commande expérience et crédibilité.

Ancrée dans la région depuis de nombreuses années, elle a contribué à plusieurs dossiers touchant notamment le développement économique et



Sylvie D'Amours

touristique des Laurentides.

C'est elle qui ouvre ce classement en tant que figure parlementaire établie, symbole d'une présence régionale constante à Québec.

## 9 — MARIE-NOËLLE CLOSSON-DUQUETTE

Directrice générale par intérim de la Chambre de commerce et d'industrie Thérèse-De Blainville (CCITB), Marie-Noëlle Closson-Duquette possède un parcours qui dépasse largement la gestion d'un organisme économique.

Avocate depuis 2001, elle trouve toujours de nouvelles façons d'asseoir son influence sur la région : conseillère municipale à Sainte-Thérèse de 2005 à 2009 et candidate pour le Bloc Québécois en 2025, elle demeure très impliquée dans le milieu communautaire et dans le développement économique régional, elle incarne un pouvoir d'influence qui s'installe dans la durée. Ce n'est pas un levier spectaculaire, mais un levier stratégique, construit sur l'expertise, le réseau et la capacité de créer des ponts.

## 8 — CHANTAL MAILLÉ

Présidente du Conseil central des syndicats nationaux des Laurentides (CSN), Chantal Maillé représente 88 syndicats et plus de 22 000 membres sur le territoire.

Son influence repose sur une capacité de mobilisation structurée. Elle appuie les

**GROUPE FORGET**  
AUDIOPROTHÉSISTES



**Polyclinique de l'Oreille**



## Au service de votre audition

- Dépistages auditifs
- Consultations audioprothétiques et sélection d'appareils auditifs
- Vente, vérification et nettoyage des appareils auditifs
- Réparation, ajustement et programmation des prothèses auditives
- Vente de protecteurs auditifs et bouchons de baignade sur mesure
- Accessoires et piles pour aides auditives
- Soutien administratif pour la documentation liée à la CNESST

### Blainville

75, boul. des Châteaux,  
bureau 208

**450 951-9868**

### Sainte-Thérèse

233, rue Turgeon, bureau 102  
(anciens locaux de Marie-Josée Paul  
Audioprothésistes)

**450 433-7966**



Alexandra Grenier et sa mère, Johanne Duguay,  
audioprothésistes propriétaires.



CLINIQUE  
**HORMO  
NOVA**

**Spécialisée en hormonothérapie  
et en santé sexuelle,**  
Hormo-Nova accompagne les femmes  
et les hommes dans leur quête d'un  
meilleur équilibre hormonal.

PO48763-1\_11965

## Vous ne vous sentez pas tout à fait «vous-même» ?

Un simple déséquilibre hormonal pourrait être à l'origine de ce que vous vivez. Parce que les symptômes sont variés et s'installent souvent de façon insidieuse, voici quelques signes qui devraient vous alerter:

### ♀ Pérимénopause / Ménopause

Arrêt des menstruations/changement du cycle menstruel, difficulté de concentration, trouble de l'humeur, bouffées de chaleur, insomnie, perte de libido, symptômes urinaires et vaginaux, etc.



Shella Moyses IPS

### ♂ Andropause

Perte de libido, dysfonction érectile, trouble de l'humeur, difficulté de concentration, perte de masse musculaire, etc.



Catherine Bouchard IPS



### Vous vous reconnaissez?

N'hésitez pas à prendre rendez-vous!

Catherine Bouchard et Shella Moyses, infirmières praticiennes spécialisées, sont les fondatrices de la clinique Hormo-Nova.

190, chemin du bas Sainte-Thérèse, local 210, Blainville  
**hormonova.ca | 450 233-2258**



Roxanne Therrien

syndicats en négociation de conventions collectives, soutient les campagnes nationales et agit comme voix régionale dans les débats touchant le travail, les services publics et les conditions salariales.

Elle siège également au Conseil des partenaires du marché du travail et participe au pôle d'économie sociale, ce qui l'inscrit directement dans les enjeux

de développement local et régional.

Son pouvoir n'est pas électif, mais il est collectif. Lorsqu'un rapport de force s'installe dans la région, elle est au centre de l'équation.

### 7 — ROXANNE THERRIEN

Mairesse et préfète de Mirabel, Roxanne Therrien dirige en 2026 l'un des territoires les plus vastes et stratégiques des Laurentides. Mirabel abrite un pôle d'innovation majeur en l'Espace aéro, un territoire agricole majeur et un espace géographique immense où se croisent développement industriel, mobilité et aménagement.

Son élection à la présidence du Comité consultatif agricole de la Communauté métropolitaine de Montréal, pour un mandat de quatre ans, confirme son influence au-delà de Mirabel. Éluée par ses pairs de la Table des préfets et élus de la couronne Nord, elle s'inscrit désormais dans une dynamique métropolitaine.

Au cours des dernières semaines, elle a su mobiliser autour du dossier du train à grande vitesse (TGV) l'ensemble du milieu politique régional. Et tout indique que cette mobilisation se poursuivra, au moins jusqu'au dévoilement final du tracé du TGV.

### 6 — LINDA LAPOINTE

Députée fédérale de Rivière-des-Mille-

## Chères Blainvilloises,

Le 8 mars, à l'occasion de la Journée internationale des droits des femmes, célébrons tous les progrès effectués en matière d'équité, d'égalité et de justice sociale.

Parmi ces avancées, soulignons l'élection, le 2 novembre 2025, du premier conseil municipal paritaire de l'histoire de Blainville.

## Bonne Journée internationale des droits des femmes!



Liza Poulin, mairesse de la Ville de Blainville  
Marie-Claude Perron, conseillère du district Fontainebleau  
Jade Laporte, conseillère du district Saint-Rédempteur  
Nicole Ruel, conseillère du district Chante-Bois  
Michèle Murray, conseillère du district de la Renaissance  
Marie-Claude Collin, conseillère du district du Blainvillier  
Nathalie St-Laurent, conseillère du district du Coteau



 **Blainville**

PO48212-1\_01573

Îles, Linda Lapointe occupe en 2026 un rôle stratégique au Parlement canadien. Vice-présidente du Comité permanent de l'accès à l'information, de la protection des renseignements personnels et de l'éthique, elle évolue au cœur des débats sur la transparence, la gouvernance et la reddition de comptes.

Elle siège également au Comité permanent du commerce international, un espace où se discutent des dossiers économiques qui dépassent largement les frontières régionales.

Son influence ne repose pas uniquement sur la représentation d'un territoire. Elle agit dans des comités névralgiques où se façonnent des politiques qui structurent l'État fédéral.

Souvent décrite comme une gardienne des droits et de l'éthique au Parlement, elle exerce un pouvoir discret, mais déterminant. À partir des Laurentides, elle participe à des décisions qui touchent l'ensemble du pays.

**5 — JULIE DELANEY**

Présidente-directrice générale du CISSS

des Laurentides, Julie Delaney dirige en 2026 l'un des plus importants employeurs publics de la région. Le réseau de la santé et des services sociaux touche directement des dizaines de milliers de citoyens, chaque semaine.

Son pouvoir n'est pas électif, mais il est concret. Organisation des soins, gestion des effectifs, planification des ressources, capacité d'accueil : ce sont des décisions qui façonnent le quotidien, souvent loin des projecteurs.

Dans une région qui connaît la plus forte croissance démographique au Québec, la pression sur le réseau est constante. Les choix administratifs deviennent stratégiques. Et ces choix passent par sa direction.

Moins visible que les élus, son influence est pourtant déterminante. Elle agit sur la structure même des services publics dans les Laurentides.

**4 — LIZA POULIN**

Mairesse de Blainville et préfète de la MRC de Thérèse-De Blainville, Liza Poulin cumule en 2026 un double centre



Sonia Bélanger

de pouvoir municipal. Elle dirige l'une des villes les plus structurantes des Basses-Laurentides tout en présidant une MRC qui concentre une part importante du dynamisme démographique et économique de la région.

Elle siège également au conseil d'administration d'exo, où se discutent les enjeux de transport collectif à l'échelle métropolitaine. Ce rôle l'inscrit dans des décisions qui dépassent largement les frontières de sa ville.

Blainville accueille cette année la 60e Finale des Jeux du Québec, l'un des événements les plus importants sur

le plan sportif et organisationnel au Québec.

Sans oublier le dossier Stalex qui a propulsé son leadership au-delà du territoire municipal. En s'opposant publiquement au gouvernement de la CAQ et en obtenant l'appui de la Communauté métropolitaine de Montréal et de l'Union des municipalités du Québec, cet enjeu local est maintenant un débat d'envergure nationale.

Son pouvoir s'exerce sur le terrain, dans la négociation, dans la pression politique et dans la coordination régionale.

**3 — MADELEINE CHENETTE**

Députée fédérale de Thérèse-De Blainville, Madeleine Chenette exerce en 2026 une influence politique qui dépasse largement le cadre régional. À Ottawa, elle agit à titre de secrétaire parlementaire du ministre de l'Identité et de la Culture canadiennes et ministre responsable des Langues officielles, ainsi que du secrétaire d'État (Sports). Elle siège également au Comité permanent des langues officielles.

Son influence s'exerce donc à partir des Laurentides, mais à l'échelle du pays. Déjà reconnue parmi les 100 femmes les plus influentes au Canada, elle incarne un levier politique formel que peu d'acteurs régionaux peuvent revendiquer.

Dans la hiérarchie du pouvoir exercé depuis les Laurentides, son mandat fédéral la place naturellement au troisième rang.

**2 — SONIA BÉLANGER**

Députée de Prévost, ministre de la Santé, ministre responsable des Services sociaux, des Aînés et des Proches aidants, ainsi que ministre responsable de la

**FIER DE SOUTENIR LA CAUSE!**

450 476.0080 | 1 855 476.0080  
13205 boul Henri-Fabre, Mirabel QC

**30 ANS BUDGET PROPANE**

PO48531-1\_07865

**JOURNÉE INTERNATIONALE DES DROITS DES FEMMES**



*Faire progresser les droits des femmes, c'est également refuser tout recul.*

La Ville de Deux-Montagnes réaffirme son engagement envers une société toujours plus juste, inclusive et équitable.

L'égalité se construit chaque jour par nos décisions, nos actions et notre capacité à dire non à l'injustice, sous toutes ses formes.



VILLE DE DEUX-MONTAGNES



PO37309-2\_06033

région des Laurentides, Sonia Bélanger cumule en 2026 les leviers exécutifs les plus puissants liés au territoire.

Son portefeuille touche les budgets les plus importants de l'État québécois. Il façonne l'organisation des soins, les services sociaux et les politiques liées au vieillissement de la population — des décisions concrètes qui structurent le quotidien.

Le fait qu'elle soit également ministre responsable d'une région qui connaît la plus forte croissance démographique au Québec n'est pas anodin. Les pressions sur le réseau de la santé y sont réelles et constantes. Elle se trouve donc à l'intersection directe entre expansion territoriale et capacité d'accueil des services publics.

Dans la hiérarchie du pouvoir exercé à partir des Laurentides, aucun autre mandat ne combine un poids aussi transversal et aussi stratégique.

### 1 — FRANCE-ÉLAINE DURANCEAU

Députée de Bertrand, ministre responsable de l'Administration gouvernementale et de l'Efficacité de l'État et présidente du Conseil du trésor, France-Élaine Duranceau se trouve au cœur de la machine gouvernementale.

Son rôle est moins spectaculaire que certains ministères, mais il est déterminant. C'est là que se décident les règles de gestion, les priorités budgétaires et la façon dont l'État fonctionne au quotidien. Derrière chaque grande annonce, il y a un cadre financier et administratif. Et ce cadre passe par elle.

Elle ne dirige pas un secteur précis : elle veille à l'ensemble. À l'efficacité. À la discipline. À la cohérence des dépenses publiques.

Elle exerce une influence qui dépasse largement les frontières des Laurentides et trône au sommet de notre palmarès

2026 des femmes les plus influentes des Laurentides.

### UN TOP 10 VIVANT ET ÉVOLUTIF

Ce top 10 ne prétend pas être définitif. Il reflète un moment précis. Les mandats évoluent. Les rapports de force changent. L'influence se transforme.

Il s'agit d'un regard éditorial, fondé sur des postes occupés, des responsabilités assumées et des leviers bien réels. D'autres noms auraient pu s'y retrouver. D'autres trajectoires sont en pleine ascension.

Mais en 2026, lorsqu'on observe où se prennent les décisions et où s'exerce le pouvoir dans les Laurentides, ces dix femmes sont, selon Infos Laurentides, incontournables.



France-Élaine Duranceau



699-A, boul. Curé-Labelle,  
Blainville, J7C 2J5  
450-818-2949

**être pilates** force mobilité flexibilité

**8 BIENFAITS DU PILATES :**

- Corrige et améliore la posture
- Tonifie les muscles
- Raffermit les abdominaux
- Améliore la flexibilité et la mobilité
- Soulage les douleurs et les raideurs du dos
- Diminue les effets de l'ostéoporose et les troubles articulaires
- Favorise le relâchement des tensions musculaires
- Élimine le stress

**PORTES OUVERTES**

Dimanche  
15 mars de  
11 h à 14 h  
(Pour information)





P046681-1\_03781

## STUDIO ÊTRE PILATES : UN CORPS PLUS FORT, UN ESPRIT APAISÉ

Depuis 15 ans, le Studio Être Pilates se démarque par une approche unique qui allie santé et mieux-être. Ici, chaque séance est pensée pour améliorer la posture, développer la mobilité, renforcer les muscles et soulager les douleurs chroniques, tout en offrant un moment de détente et de recentrage.

Une cliente fidèle depuis six ans en témoigne avec émotion : *« Aller au studio, c'est vivre une expérience. C'est un moment où l'être que nous sommes passe au premier plan. Merci de prendre soin de nous, merci pour les sourires, la patience et la passion qui me poussent à donner le meilleur de moi-même. »*

Au Studio Être Pilates, l'entraînement devient bien plus qu'une routine

physique : c'est un investissement dans son « REER santé », une façon durable de préserver sa vitalité et son équilibre de vie. Dans une ambiance chaleureuse et sans jugement, l'équipe expérimentée accompagne chaque personne selon ses besoins, en respectant son rythme et ses capacités.

Les inscriptions sont possibles en tout temps. Le 15 mars de 11 h à 14 h aura lieu la journée portes ouvertes! Venez découvrir pourquoi le Studio Être Pilates est devenu, pour tant de personnes, une véritable source de santé et de mieux-être.

**Studio Être Pilates**  
699, boulevard Curé-Labelle,  
Blainville (Québec) J7C 2J5  
450-818-2949

Le Syndicat de l'enseignement des Basses-Laurentides est heureux de promouvoir la **Journée internationale des droits des femmes** qui se tient annuellement le 8 mars. À cette date, à l'échelle internationale, la Marche mondiale des femmes se met en mouvement.

Nous, les **femmes enseignantes**, luttons contre la pauvreté vécue par les femmes, notamment en permettant l'accès à l'éducation.

Nous, les **femmes enseignantes**, luttons pour mettre fin aux violences faites aux femmes, notamment en présentant des valeurs d'inclusion sociale aux élèves.

Nous, les **femmes enseignantes**, luttons pour un monde égalitaire. Aujourd'hui, nous sommes encore en lutte.

8 MARS 2026 JOURNÉE INTERNATIONALE DES DROITS DES FEMMES  
**GÉNÉRATIONS DEBOUTTE!**  
© Collectif 8 mars



Syndicat de l'enseignement des Basses-Laurentides  
**sebl.**

Le Syndicat de l'enseignement des Basses-Laurentides représente les quelque 7000 enseignantes et enseignants du Centre de services scolaire des Mille-Îles. Il est affilié à la Fédération autonome de l'enseignement.



# Clinique dentaire 25

Nouvelle administration Dre Sheida Ahmadi

## Nouveau traitement à notre clinique

### Injection de toxines botuliques

Appelez-nous pour connaître nos prix exceptionnels de lancement

### Nous acceptons :

- Nouveaux patients
- Régime canadien de soins dentaires
- Assurances dentaires
- Enfants de tous âges
- RAMQ

### Blanchiment dentaire à la chaise

### Blanchiment à la maison

Prix de lancement exceptionnels  
Appelez-nous pour plus d'informations

## NOUS SOMMES SITUÉS EN HAUT DU TEXAS STAR

477, 25Ee avenue Suite 200  
Saint-Eustache, Qc J7P 4Y1



**Prenez rendez-vous dès maintenant 450-472-0125**

# JULIE LAROUCHE : ENTREPRENDRE AVEC CONVICTION ET HUMANITÉ

Lorsqu'elle obtient son diplôme en technique d'orthèses et prothèses en 1996, Julie Larouche affirme qu'elle n'aura jamais son propre centre. La vie en décidera autrement. Après près de vingt ans de pratique, forte d'une solide expérience et soutenue par ses proches, elle fonde le Centre orthopédique Julie Larouche, en face de l'hôpital de Saint-Eustache.

Ce virage entrepreneurial, elle l'aborde avec courage. Sans formation en gestion

au départ, elle apprend, s'entoure et développe rapidement son leadership, notamment grâce au soutien de la CCI2M. Elle découvre qu'elle dirige comme elle est : avec cœur, franchise et respect.

Pour Julie Larouche, l'entreprise est avant tout une affaire de relations humaines. Sa mission — aider les gens à améliorer leur qualité de vie grâce à des solutions orthopédiques adaptées — repose sur l'écoute et la considération. Chaque



patient est accueilli comme un membre de la famille.

Majoritairement féminine, son équipe reflète cette vision. Maman avant d'être entrepreneure, elle accorde une grande importance à la conciliation travail-famille et à la liberté d'être pleinement présente, autant au travail qu'à la maison. Selon elle, un environnement sain et accueillant est la base d'un service de qualité.

Aujourd'hui, elle est particulièrement fière de son équipe et reconnaissante envers une clientèle fidèle qui contribue au succès du Centre.

**Centre orthopédique Julie Larouche**  
495, boulevard Arthur-Sauvé, Saint-Eustache  
450 983-7705

## UNIPRIX VÉRONIQUE DUPUIS AU CŒUR DE LA SANTÉ DES FEMMES

Pharmacienne et gestionnaire, Véronique Dupuis, propriétaire d'Uniprix à Sainte-Marthe-sur-le-Lac, assume pleinement son rôle de chef d'entreprise. À la tête de son établissement, elle dirige avec rigueur tout en privilégiant une approche humaine, centrée sur l'écoute et la proximité.

Sa mission : offrir des services pharmaceutiques accessibles et personnalisés. Une attention particulière est accordée à la santé des femmes. De la puberté à la ménopause, elle et son équipe accompagnent leur clientèle féminine à chaque étape de la vie, en répondant aux questions et en proposant

des conseils adaptés à leur réalité.

Sa vision se distingue par une gestion de terrain attentive, tant envers sa clientèle qu'envers ses employés. La diversité des personnalités au sein de son équipe représente un défi qu'elle a su transformer en force collective — un accomplissement dont elle est particulièrement fière.

Si la santé féminine occupe une place importante, l'équipe demeure au service de l'ensemble de la communauté.

**Uniprix Véronique Dupuis**  
2801, boulevard des Promenades  
450 974-7777

*Célébrez la journée de la femme  
en confort et confiance !*



**PRENEZ RENDEZ-VOUS !**



Centre  
orthopédique **10 ans!**  
centreorthopediquejl.com

495, Arthur-Sauvé,  
St-Eustache J7P 4X4

450 983-7705

info@centreorthopediquejl.com

**CENTREORTHOPEDIQUEJL.COM**

La Journée internationale des droits des femmes nous rappelle combien l'égalité se construit au fil des générations, grâce à celles et ceux qui se mobilisent, qui transmettent et qui ouvrent la voie.

C'est en reconnaissant les avancées d'hier, en soutenant celles d'aujourd'hui et en encourageant celles à venir que nous pouvons continuer de bâtir un avenir plus juste pour toutes.

Poursuivons ensemble, avec cœur et détermination.

Le conseil municipal  
Ville de Saint-Eustache



PLATS, SAVEUR ET CHARME À L'ITALIENNE

# PACINI

Soutenons  
la cause !

Ajoutez  
du charme  
à l'italienne  
à vos repas  
en famille ou  
entre amis.

- Salle privée multimédia
- Salle semi-privée
- Espace cocktail pour évènement



**Pacini Rosemère** 399, boul. Curé-Labelle, 450 420-3936  
**Pacini St-Jérôme** 5, rue de Martigny Est, 450 432-6628



## ELLE A CHOISI D'ÉLEVER SES ENFANTS JULIE THIBAudeau : UNE MÈRE AU CŒUR COMBLÉ

**BENOÎT BILODEAU**  
benoitb@groupejcl.ca

Bien qu'elle n'ait finalement pas mené la carrière de maquilleuse artistique dont elle rêvait, Julie Thibaudeau se veut, 35 ans plus tard, une femme tout à fait comblée d'avoir fait le choix d'élever ses trois enfants; dont deux garçons devenus de bons papas et des hommes respectueux de leurs conjointes et des femmes; une des valeurs qu'elle désirait leur inculquer.

« Je ne changerais rien », lance sans hésitation, en entrevue, Mme Thibaudeau, mère d'une fille et de deux garçons qui ont tous franchi le cap des 30 ans : Audrey, Maxime et un certain Mikaël. Oui, oui, le fameux « King des

bosses », cinq fois médaillé olympique en ski acrobatique aux bosses.

### UNE GRANDE CHANCE

Assistante chiropraticienne avec son conjoint Robert Kingsbury, un chiropraticien pratiquant à Saint-Eustache, Mme Thibaudeau estime que de s'occuper de ses enfants a été gratifiant à bien des égards, même si parfois, après avoir parlé avec des amies qui avaient mis leur carrière à l'avant, elle se disait : « Et si moi aussi... ».

« Je trouvais qu'elles étaient chanceuses. Puis, je revenais chez moi et là, je me disais, mais non. Si j'avais une carrière professionnelle, je ne serais pas avec mes enfants. Je n'aurais pas voulu passer

à côté de la vie de mes enfants. La plus grande mission que je m'étais donnée à moi-même, c'était ça. J'ai pu profiter de chaque étape de la vie de mes enfants et d'en faire partie. C'est une grande chance », de confier la native de Hull et résidente de Deux-Montagnes âgée de 61 ans.

### UNE FEMME ENGAGÉE

Cela dit, Julie Thibaudeau n'en est pas moins une femme engagée et la cause des femmes lui tient à cœur depuis longtemps. « J'avais 6-7 ans et je voyais ma grand-mère signer ses chèques avec le prénom et le nom de mon grand-père. Cela m'insurgeait. Je disais : "Mais, voyons grand-maman, ce n'est pas ton identité à toi, ce n'est pas toi, ce n'est pas ton nom". C'est marquant quand tu es une petite fille; je n'arrivais pas à comprendre qu'elle n'utilise pas son nom, ce que ma mère faisait », se rappelle celle qui dit avoir eu un « beau modèle » de mère; une « femme indépendante qui avait son commerce et qui ne demandait pas la permission pour faire ses achats ou ses choix ».

Selon Mme Thibaudeau, la lutte des femmes ne sera jamais terminée. D'ailleurs, elle a été partie prenante de ce combat dans les années 1990 en étant membre du conseil d'administration et présidente durant deux ans de La Mouvance; un centre des femmes basé à Saint-Eustache qui a fondé en 1995 la Maison L'Esther; un organisme offrant de l'aide et de l'hébergement pour les femmes et les enfants victimes de violence conjugale.

« Mes enfants étaient jeunes. C'était loin de moi, ces problèmes-là. C'est quelque chose que je ne connaissais pas. Mais, je voulais m'impliquer dans la société, avoir l'impression que j'aide, que je redonne. J'ai donc appris beaucoup », de confier Mme Thibaudeau qui a aussi participé



Photo : courtoisie  
**Julie Thibaudeau, une mère heureuse d'avoir élevé ses trois enfants.**

à cette fameuse marche « Du pain et des roses » qui avait, en juin 1995, réuni 18 000 personnes devant l'Assemblée nationale, à Québec.

### SE TENIR DEBOUT

Grand-mère de cinq petits-enfants, dont trois jeunes filles âgées de 4, 7 et 9 ans, elle affirme que c'est d'ailleurs pour elles qu'elle se tiendra toujours debout.

« Dans le monde actuel, je trouve que les femmes ne doivent pas baisser les bras. Il faut rester toujours vigilantes », de soutenir celle qui se dit heureuse de retrouver sur les lieux de son travail, chaque matin, deux de ses enfants, Maxime, également chiropraticien, et Audrey, orthophoniste,

« Ça comble un cœur de mère », de conclure avec contentement Mme Thibaudeau.

## CÉLÉBRONS LA FORCE ET LA DÉTERMINATION DES FEMMES!

En ce 8 mars, rendons hommage à toutes celles qui, par leur engagement – qu'elles soient élues, mères, entrepreneures ou militantes – changent le monde, à leur façon. Votre courage et votre leadership sont notre force collective.

**Ensemble, avançons vers un avenir plus égalitaire.**



Lyne Remillard

Diane D. Lavallée

Martine Guilbault



Ville de LORRAINE

**Journée internationale  
des droits des femmes 2026  
Des voix qui inspirent**

P048435-1\_1585



P037295-1\_05996

# DÎNER DE LA FEMME : MARTHE LAVERDIÈRE À L'HONNEUR



Photo tirée de la page Facebook de Marthe Laverdière

Dans la foulée de la Journée internationale des droits des femmes, célébrée le 8 mars, la Chambre de commerce et d'industrie Thérèse-De Blainville (CCI2M) tiendra son Dîner de la femme le 12 mars 2026, de 11 h 30 à 13 h 30, à l'espace Sous le charme des érables, à Saint-Eustache.

L'événement réunira membres de la communauté d'affaires et partenaires autour d'une invitée reconnue pour son authenticité : Marthe Laverdière. Horticultrice passionnée, entrepreneure et conférencière, elle proposera une réflexion sur les éléments qui mènent à la réussite. À travers son parcours, elle partage sa vision

de l'horticulture comme une véritable façon de vivre, accessible et libérée des idées reçues. Avec simplicité et humour, elle aborde les défis, les apprentissages et l'importance de cultiver ses ambitions dans le plaisir.

Le Dîner de la femme vise à offrir un moment d'échange et de réseautage tout en mettant en lumière la contribution des femmes au développement économique régional. L'événement est ouvert à tous, les hommes étant également invités à prendre part à la discussion.

Un forfait VIP est également proposé. Il comprend notamment une rencontre privilégiée avec la conférencière, un cocktail avec bouchées, une place à la table d'honneur ainsi qu'une visibilité pour l'entreprise participante. Le dîner sera préparé par L'Usine Restaurant Bar, de Sainte-Marthe-sur-le-Lac.



## Journée internationale des droits des femmes

Le 8 mars nous rappelle les luttes menées par des femmes courageuses et déterminées à faire progresser leurs droits et à promouvoir l'égalité des genres — mais aussi celles qu'il reste à poursuivre.

Dans toutes les sphères de la société, chaque femme mérite respect et opportunités, ainsi que la possibilité de faire entendre sa voix et de rayonner à son plein potentiel.

Aujourd'hui, célébrons celles qui, par leur engagement et leurs actions, contribuent au changement et ouvrent la voie aux générations futures.

**Ensemble, poursuivons nos efforts pour bâtir une société plus juste, égalitaire et inclusive.**



Line Angrignon  
District 4

Estelle Dubois  
District 7

Priscilla Lamontagne  
District 2

Sarah Murray  
District 3

**columbarium**  
Vierge Marie

Niché au cœur de Sainte-Thérèse

Un lieu de mémoire et de douceur.

**Paiement  
60 mois  
sans intérêt**

450 435-9515, poste 210  
cim@paroissesta.ca  
10, rue de l'Église, Sainte-Thérèse

P047162-1\_01678

P036588-2\_06036

PAYSAGISTE HORTICOLE MARYBELLE INC.  
**BÂTIR AU FÉMININ,  
 CULTIVER AVEC PASSION**

Choisir de bâtir son entreprise dans un secteur exigeant et majoritairement masculin demande audace et conviction. Marybelle, horticultrice diplômée du Centre horticole de Laval, a relevé ce défi en fondant Paysagiste Horticole Marybelle inc., avec le désir de travailler au grand air, de faire ce qu'elle aime... et de créer des emplois porteurs de sens.

Aujourd'hui, elle dirige une équipe de 15 femmes horticultrices qui partagent la même rigueur et le même engagement. Ensemble, elles ont su faire croître l'entreprise et se démarquer par une approche humaine, un souci du détail constant et un service à la clientèle attentif.

Sur la Rive-Nord et dans les Basses-Laurentides, l'équipe réalise des projets de toutes tailles : entretien de plates-bandes, ouverture et fermeture de terrain, conception et création d'aménagements, potagers. Reconnue pour son haut niveau de professionnalisme et son expertise horticole approfondie, l'équipe intervient avec des pratiques respectueuses des végétaux et des standards de qualité élevés.

Derrière cette croissance se trouve une femme entrepreneure qui a su concilier responsabilités, vision et terrain, tout en valorisant le talent féminin. Paysagiste Horticole Marybelle inc., c'est la preuve qu'on peut rayonner autrement dans le monde de l'horticulture.

Pour planifier vos travaux extérieurs, communiquez avec l'équipe.

**Paysagiste Horticole Marybelle inc.**  
 514-968-4917  
 info@phmb.ca  
<https://www.phmb.ca/>

**CHEZ PRAXIS, LA SANTÉ DES FEMMES  
 EST ABORDÉE SELON LEUR RÉALITÉ  
 BIOLOGIQUE**

Pendant des décennies, la médecine s'est appuyée sur des modèles majoritairement masculins. Or, la science démontre aujourd'hui que le corps féminin présente des différences physiologiques majeures influençant le métabolisme, la santé cardiovasculaire, l'inflammation, l'équilibre hormonal et même la réponse aux traitements.

Les maladies cardiovasculaires demeurent la première cause de mortalité chez les femmes, avec des symptômes souvent atypiques — fatigue inhabituelle, essoufflement, nausées — qui retardent le diagnostic. À partir de la périménopause, la sensibilité à l'insuline peut se modifier et la masse adipeuse se redistribuer, indépendamment des habitudes de vie. Les troubles thyroïdiens et les carences en fer sont également surreprésentés. Fréquent ne signifie pas anodin.

Praxis intègre ces réalités dans une approche préventive structurée et personnalisée : stratification du risque cardiovasculaire adaptée aux femmes, bilan métabolique complet, analyse hormonale contextualisée selon l'âge, évaluation des réserves nutritionnelles et recommandations ciblées en activité musculaire pour soutenir la santé osseuse et métabolique.

L'objectif n'est pas de médicaliser la normalité, mais d'intervenir tôt, avec précision.

Parce qu'en santé, l'égalité ne signifie pas uniformité. Informez-vous auprès de l'équipe Praxis pour en savoir davantage sur cette approche préventive dédiée aux femmes.

**Lincey Bernier IPSPL**  
**Cliniques Praxis**  
 1-833-312-5050  
[Cliniquepraxis.ca](http://Cliniquepraxis.ca)

**Kinna**  
 MAILLOTS

**NOUVEAUTÉ**  
 Sous-vêtements en prêt-à-porter ou  
 sur mesure de conception canadienne

100% canadien  
 Maillots de bain sur mesure  
 ou prêt-à-porter  
 Tailles de 4 à 24 ans  
 Bonnets de A à H  
 Collection vêtements  
 de plage

Altérations et réparations  
 de tous genres

P048630-1\_10201

370, chemin de la Grande-Côte Boisbriand 450 818-3400 [kinamaillots.com](http://kinamaillots.com)

Cliniques médicales privées pour toute la famille,  
 regroupant une équipe multidisciplinaire.

**Spécialistes de la santé féminine.**

**PRAXIS**  
 CLINIQUE DE SANTÉ FAMILIALE

HORMONOTHÉRAPIE - SANTÉ OSSEUSE - TROUBLES THYROÏDIENS  
 SANTÉ DU CŒUR - ANXIÉTÉ - SANTÉ MENTALE - GYNÉCOLOGIE

✓ MÉDECINE FAMILIALE    ✓ URGENCE MINEURE    ✓ INFILTRATION DE CORTISONE SOUS ÉCHO

QR code with arrow pointing to: **Découvrez-en plus sur nos 8 succursales**  
**Cliniquepraxis.ca**  
**1-833-312-5050**

**Blainville**  
 794, boulevard Curé-Labelle, suite 201

**Boisbriand**  
 230, chemin de la Grande-Côte, suite 200

**HEURES D'OUVERTURE**  
 Du lundi au vendredi – 8 h à 21 h  
 Samedi – 9 h à 16 h  
 Dimanche – Centre d'appels 24h/7

P044252-1\_05869

# MAISON LE PARAVENT : UNE RECONSTRUCTION POUR « ELLES »

**PHOEBY LAPLANTE**

plaplante@groupejcl.ca

Ouverte en juillet 2022, la Maison Le Paravent offre un hébergement transitoire pour femmes en situation d'itinérance ou de grande précarité. Après un temps d'ajustements, la directrice générale Marie-Pier Foucault explique que l'organisation a trouvé son rythme avec une équipe engagée, qui comprend son rôle.

Financièrement, l'équilibre est au rendez-vous grâce à la diversification des revenus, entre subventions du gouvernement du Québec et donateurs privés. « Ça nous permet de nous assurer une stabilité », explique-t-elle, tout en rappelant la fragilité des subventions publiques.

Dans une maison lumineuse et familiale, où l'on partage le repas à 17 h tapant, une chose regroupe toutes celles qui sont autour de la table : l'itinérance. La Maison Le Paravent, qui tend à réhabiliter les femmes en situation d'itinérance, a comme désir d'instaurer un climat où les résidentes peuvent se sentir en sécurité,

loin d'une ambiance institutionnelle.

« C'était vraiment ça l'ambiance qu'on voulait créer », confie Mme Foucault, en parlant des visiteuses qui disent avoir « l'impression d'être chez elles ».

## LA CRISE DU LOGEMENT, UN MUR À FRANCHIR

L'objectif de l'organisation est que les femmes réintègrent la société à 100 %, en se logeant et en étant autonomes. Toutefois, le principal obstacle demeure l'accès au logement, dont la pénurie complique la situation.

Pour une demande d'accès à un logement social, les délais d'attente peuvent prendre jusqu'à 1 000 jours! Les femmes se retrouvent prêtes à partir... sans porte de sortie. La solution envisagée par Mme Foucault est de développer des appartements supervisés et, à plus long terme, compléter la « chaîne de services ».

« Il faut être capable d'offrir autant de l'hébergement d'urgence que du transitoire, en plus de solutions sur le long terme et des services externes, affirme

la directrice. On ne peut pas s'appuyer seulement sur une ressource d'urgence, ni uniquement sur le communautaire. Il faut que la part de chacun soit mise en commun pour quelque chose de réaliste à long terme ».

## DÉCONSTRUIRE LES CLICHÉS

À la Maison Le Paravent, les profils sont variés : jeunes adultes en rupture, mères quittant un contexte de violence, femmes en itinérance chronique, sorties de la DPJ. La moyenne d'âge est de 43 ans, mais les résidentes ont entre 18 et 70 ans.

« On est en train tranquillement de déconstruire l'image de la personne en situation d'itinérance, affirme Marie-Pier Foucault. On a des épisodes d'itinérance, comme une séparation, un incendie, un burn-out. Trois mois sans logement, ça existe ».

Dans les Basses-Laurentides, la directrice observe une ouverture croissante des élus, qui veulent régler les problématiques autour de l'itinérance. « Je vois un réel intérêt à trouver des

solutions, à travailler avec nous », dit-elle.

La mission demeure claire au Paravent : offrir un répit, mais surtout un tremplin pour la suite.

**DRE SUSAN BINER**  
**clinique dentaire**  
 dentisterie familiale

- Review google 5 étoiles
- Nous acceptons les nouveaux patients
- Service complet sous un même toit (orthodontie, esthétique, dentisterie générale et plus.)

**Nouveau!**  
**Service de Botox offert**



**Au plaisir de vous rencontrer!**  
**450 473-6620**  
 460, rue du Parc, bureau 303,  
 Saint-Eustache  
 dentistesainteustache.com

**TRANSFÉREZ VOS PRESCRIPTIONS CHEZ NOUS !  
 SIMPLE, FACILE ET GRATUIT !**

**OUVERT TOUS LES JOURS**



**Pharmacie  
Sami Soltan**



**PHARMACIE  
CARBONEUTRE**

**PAS DE MÉDECIN DE FAMILLE?  
ON VOUS ACCOMPAGNE POUR :**

- Prise en charge et suivi des **maladies chroniques** (hypertension, diabète, thyroïde, cholestérol, douleur chronique, asthme, emphyseme, etc.)

**VOTRE ACCÈS RAPIDE À DES SOINS DE PREMIÈRE LIGNE :**

- **Conditions santé courante** (streptocoque, otite, feu sauvage, conjonctivite, sinusite, infection urinaire, vaginite, eczéma, zona, acné, infection fongique, troubles digestifs, poux, etc.)

**PETIT BOBO, GRANDE INQUIÉTUDE,  
ON S'EN OCCUPE :**

- Services de soins infirmiers (\$)
- Vaccins (publique et privé)
- Et bien d'autres!



**DÉMARREZ VOTRE  
CONSULTATION GRATUITE**

-15%\*

TOUS LES JOURS  
POUR LES 60 ANS ET+  
\*Certaines restrictions s'appliquent

28

**ÉQUIPE PHARMACIEN - INFIRMIÈRE  
FACILITATEURS DE VOTRE SANTÉ**

(450) 508-3330

11800 de Chaumont #100  
Mirabel, QC, J7J 0T8  
pharmaciemirabel.com



**ASSEMBLÉE  
NATIONALE  
DU QUÉBEC**



Eric Girard

Député de Groulx  
Ministre des Finances

P048559-1\_05689

ANNE-MARIE RATKIEWICZ

## FAIRE RAYONNER LES LAURENTIDES AVEC CONVICTION

**CHRISTOPHE GODON** / christophe.godon@groupejcl.ca  
Initiative de journalisme local

Dans la jeune trentaine, Anne-Marie Ratkiewicz incarne une nouvelle génération de femmes d'influence enracinées et audacieuses. Directrice générale de Tourisme Basses-Laurentides depuis 2023, elle dirige l'organisme avec la conviction tranquille de celles qui ont longtemps su où elles allaient.

Née en Abitibi d'un père d'origine polonaise, elle grandit entre les mines du Nord et une diaspora dispersée entre l'Europe et le Canada. À 17 ans, elle part étudier à l'Université Jagellonne, à Cracovie, pour renouer avec ses racines. « Je me sens très québécoise, mais aussi très polonaise », dit-elle. Ce détour fondateur nourrit son regard : enfant, après avoir vu Paris, elle se demandait pourquoi sa région n'avait pas, elle aussi, sa tour Eiffel. Déjà, son œil de développeuse touristique s'aiguisait.

De retour au Québec, elle explore l'aviation dans le Nord, puis choisit la technique en tourisme au Collège Montmorency. Embauchée avant même la fin de ses études, elle pilote des projets structurants, tels que les marchés publics, marchés de Noël et grandes tablées, et gravit les échelons. À 28 ans, sa mentore lui confie la direction. Deux années de transition plus tard, elle prend les rênes avec un mandat clair : moderniser, connecter, rassembler.

Son influence se joue à plusieurs niveaux. D'abord stratégique : implantation d'outils technologiques, comme une borne touristique pilote à Lachute, rénovation des espaces d'accueil, concertation accrue avec les partenaires régionaux. Ensuite politique : elle mise sur la synergie d'un territoire « vertical », de la couronne nord en passant par Mont-Tremblant, les Laurentides, troisième région touristique après Montréal et Québec. « On passe moins à côté des opportunités de financement quand on se parle », résume-t-elle.

Être une jeune femme à la tête d'une organisation économique n'a pas toujours été simple. Au début, certains tardaient à la prendre au sérieux. « Ça arrive moins maintenant », note-t-elle, forte d'une réputation bâtie sur la compétence et la



Photo courtoisie Tourisme Basses-Laurentides

**Anne-Marie Ratkiewicz est la directrice générale de Tourisme Basses-Laurentides et très impliquée dans la région.**

constance. Elle refuse toutefois de voir le genre comme un handicap. Pour elle, la richesse réside dans la mixité des regards : délicatesse et écoute d'un côté, fougue et capacité d'action de l'autre. La recherche d'équité demeure essentielle, au Québec comme ailleurs, où les femmes d'influence doivent encore conjuguer ambition, crédibilité et charge mentale.

Et derrière la dirigeante, il y a aussi un rêve assumé : des dimanches en famille avec quatre enfants. « Je n'ai pas d'entre-deux, je suis tout ça », sourit-elle. Peut-être est-ce là, finalement, sa plus grande force : croire qu'on peut bâtir une région à son image, sans renoncer à soi.

**TOUJOURS PLUS DE GOÛT**

**FIER DE SOUTENIR LA CAUSE!**

**SCORES SAINT-EUSTACHE**  
413, BOUL. ARTHUR-SAUVÉ • 450 491-6060

Présentations suggérées. Scores et le logo Scores sont des marques de commerce enregistrées de Franchise MTY Inc. © Tous droits réservés, 2026.

**SCORES**

P048476-1\_07281

P036120-2\_05997

*Journée internationale des droits des femmes*

*« Que les luttes du passé continuent d'inspirer les investissements de demain afin de construire un avenir où chaque femme peut s'épanouir à son plein potentiel »*

**Oka** Karine Bouchard, Chantal Lemire, Karelle Trottier (conseillères municipales) et Annick Mayer, directrice générale adjointe et greffière-trésorière adjointe

# SE SENTIR BELLE ET EN CONFIANCE MALGRÉ LA PERTE DE CHEVEUX

Nathalie Berthiaume, propriétaire d'Apparence Centre Capillaire, accompagne depuis 2014 les femmes confrontées à la perte de cheveux, que ce soit en raison de la maladie ou du vieillissement.

Dans un environnement discret, chaleureux et profondément respectueux, chaque cliente est accueillie avec douceur et bienveillance. Ici, on prend le temps. On écoute. On comprend.

Nathalie offre un service entièrement clé en main : elle rase, coupe et ajuste elle-même la prothèse capillaire afin d'assurer un résultat naturel, harmonieux et parfaitement adapté à la personnalité et au style de chacune. Chaque détail compte pour redonner non seulement une chevelure, mais surtout confiance et estime de soi.

Son approche humaine et personnalisée permet aux femmes, peu importe leur âge, de retrouver leur lumière grâce à des solutions sur mesure : prothèses capillaires, volumateurs et conseils adaptés à leur réalité.

## UN ENGAGEMENT AUPRÈS DES ADOLESCENTES AVEC LEUCAN

Touchée par la réalité des jeunes atteintes de cancer, Nathalie Berthiaume a développé un partenariat avec Leucan. Elle accompagne désormais des adolescentes sur la Rive-Nord de Montréal et dans les Laurentides.

## PARCE QUE SE SENTIR BELLE, C'EST AUSSI SE SENTIR FORTE

Vous ou l'un de vos proches vivez cette situation ? Nathalie Berthiaume est là pour vous guider avec professionnalisme, respect et cœur.

Prenez rendez-vous dès aujourd'hui.

**Apparence Centre Capillaire**  
450 434-3125  
<https://www.apparence.ca/>



Nathalie Berthiaume a rasé les cheveux de Nathalie Simard lors de sa participation au Défi tête rasée de Leucan en 2024.

apparences.ca

- Prothèses et volumateurs de haute qualité
- Environnement privé, paisible et serein
- Plusieurs choix de modèles et couleurs
- Ajustement personnalisé
- Accueil chaleureux

**ACCOMPAGNEMENT SUR MESURE**

**SERVICES OFFERTS EN BOUTIQUE, À DOMICILE, EN RÉSIDENCE AINSI QUE DANS LES HÔPITAUX**

**SUBVENTION DISPONIBLE**

Sur rendez-vous seulement **450 434-3125**

*À l'occasion de la Journée internationale des femmes.*

*Nos meilleurs vœux aux femmes de la région et un hommage spécial à toutes les mamans!*

**BOIS-DES-FILION**  
412, boul. Adolphe-Chapleau J62 1H7  
[www.palaisdesprecieux.ca](http://www.palaisdesprecieux.ca)  
450 621-9595

**LORRAINE**  
95, boul. De Gaulle, Place Lorraine J6Z 3R8  
[www.chateaudesprecieux.ca](http://www.chateaudesprecieux.ca)  
450 621-0505

BONNE JOURNÉE INTERNATIONALE DES DROITS DES FEMMES

**SYLVIE D'AMOURS**  
DÉPUTÉE DE MIRABEL  
DEUXIÈME VICE-PRÉSIDENTE DE L'ASSEMBLÉE NATIONALE  
450 623-8376  
[Sylvie.Damours.MIRA@assnat.qc.ca](mailto:Sylvie.Damours.MIRA@assnat.qc.ca)

**BENOIT CHARETTE**  
DÉPUTÉ DE DEUX-MONTAGNES  
MINISTRE DE L'ENVIRONNEMENT, DE LA LUTTE CONTRE LES CHANGEMENTS CLIMATIQUES, DE LA FAUNE ET DES PARCS  
MINISTRE RESPONSABLE DES INFRASTRUCTURES  
450 623-4963  
[Benoit.Charette.DEMO@assnat.qc.ca](mailto:Benoit.Charette.DEMO@assnat.qc.ca)

P0484741\_10017

# JOËLLE DORÉ-HÉBERT, MISSIONNAIRE AU GRAND CŒUR

REINE CÔTÉ / rcote@groupejcl.ca

Joëlle Doré-Hébert est désormais un nom bien connu sur toute la Rive-Nord. C'est à elle que l'on doit la création en 2013 de l'Académie des arts Trouve ta voie, organisme créé afin de permettre aux individus neuroatypiques de trouver un lieu d'épanouissement par l'expression artistique.

Tous ceux qui la côtoient reconnaissent en cette trentenaire de Saint-Eustache une femme déterminée à sensibiliser ses concitoyens à l'importance d'accepter toute personne avec ses différences. Et ce n'est pas d'hier. Depuis l'enfance, Joëlle s'est toujours insurgée contre l'injustice. « Les personnes mises de côté, isolées, ça m'a toujours interpellée. En cinquième et sixième année, j'allais aider les enfants de maternelle à chaque dîner », se souvient-elle.

Elle-même artiste, elle a d'abord entamé sa première vie professionnelle comme chanteuse, carrière qu'elle perpétue lorsque l'occasion de monter sur scène lui est offerte. Or, l'humanisme résonne fortement en elle. Elle verra sa vie prendre un tournant majeur à l'âge de 24 ans, en participant à un stage en Turquie, organisé par Chantiers Jeunesses chez Dreams Academy d'Istanbul,

un organisme ayant pour mission de rendre l'art accessible à tous les individus vivant avec une différence.

« J'ai un gros contrat musical qui a été annulé, donc je me suis retrouvée du jour au lendemain sans spectacles. Ayant envie de faire un voyage humanitaire depuis longtemps, de m'impliquer ailleurs dans le monde, je suis tombée sur leur site web et ça m'a vraiment interpellée. Je me suis impliquée auprès des personnes vivant avec une différence de toutes sortes de façons et à tous les niveaux dans l'organisme. J'ai eu un accès privilégié aux fondateurs qui m'ont demandé pourquoi je ne démarrerais pas un organisme semblable au Québec », se souvient la coordonnatrice.

L'organisme d'Istanbul qu'elle a découvert offrait des ateliers de toutes sortes : autant en arts de la scène qu'en arts visuels, avec studio d'enregistrement, de photos, de post-production, cuisine industrielle avec ateliers de cuisine destinés à des entreprises. « C'était vraiment très gros », se rappelle-t-elle.

## NOUVEL ORGANISME ORIGINAL

Il n'en fallait pas plus pour qu'elle s'y attèle à son retour. C'est ainsi que l'organisme Académie des arts Trouve ta voie a pris



Photo : Courtoisie Joëlle Doré-Hébert

**Joëlle Doré-Hébert est la fondatrice de l'Académie des arts Trouve ta voie, un organisme qui réunit des personnes vivant avec un trouble du spectre de l'autisme.**

naissance, à même le portefeuille personnel de Joëlle Doré-Hébert. D'abord installé à Sainte-Thérèse, puis à Boisbriand, l'organisme a finalement trouvé pignon sur rue à Rosemère. D'une poignée de bénévoles ayant tenu le fort durant plusieurs années, dont elle-même, l'organisme compte désormais 19 employés salariés : enseignants, intervenants communautaires, préposés aux bénéficiaires, etc.

L'offre d'ateliers est diversifiée, autant pour débutants qu'en perfectionnement. Présentement, l'organisme accueille 160 membres, provenant principalement de la Rive-Nord.

« Honnêtement, je ne pensais pas qu'on arriverait là où on est aujourd'hui. Je n'avais même pas cette ambition-là. C'était simplement pour le plaisir de côtoyer des personnes différentes et de m'impliquer auprès d'eux de par ma force qui était les arts. Depuis, ça a vraiment pris des proportions que je n'imaginai pas », indique-t-elle.

Depuis, la réputation de l'organisme s'est étendue. Chaque année dans le cadre de sa levée de fonds, un spectacle à grand déploiement est organisé et plusieurs membres prennent place sur scène, aux côtés d'artistes réputés tels que Mario Pelchat, un habitué.

Après 12 ans, Joëlle Doré-Hébert regarde fièrement l'essor de l'Académie des arts Trouve ta voie, ce qui la motive à s'y impliquer encore autant, malgré le temps incalculable que cela exige.



RESTAURANT BAR  
**25<sup>ième</sup> AVENUE**

**HEURES D'OUVERTURE**  
Dimanche au mercredi : 8 h à 1 h 45  
Jeudi au samedi : 8 h à 2 h 45



**Découvrez un lieu unique où la gastronomie et la convivialité se rencontrent à Saint-Eustache**

**CUISINE VARIÉE ET AMBIANCE CHALEUREUSE**

**LE PLAISIR DE BIEN MANGER,  
À LA BONNE ADRESSE**





Fier de soutenir la cause!



**142, 25e Avenue, Saint-Eustache 450 472-9006**

# CCITB LEADERSHIP AU FÉMININ À THÉRÈSE-DE BLAINVILLE

PHOEBY LAPLANTE / plaplante@groupejcl.ca

À la tête de la Chambre de commerce et d'industrie de Thérèse-de Blainville (CCITB), Marie-Noëlle Closson-Duquette dirige aujourd'hui – par interim, en l'absence de Gina Bergeron Fafard – une permanence 100 % féminine. Un fait qui, pour elle, n'est pas anodin. Après des décennies où les femmes ont dû se frayer un chemin dans des milieux décisionnels majoritairement masculins, elle y voit un symbole concret d'évolution.

« Nous devons prendre la responsabilité, prendre notre place afin de casser le plafond de verre », affirme-t-elle sans détour.

Avocate en droit des affaires depuis près de 25 ans, elle a construit sa carrière dans un univers où la rigueur et la négociation ne laissent pas beaucoup de place à l'hésitation. Son parcours l'a menée à siéger comme conseillère municipale à Sainte-Thérèse entre 2005 et 2009, avant de fonder son propre cabinet en droit commercial en 2012.

Son implication à la CCITB débute en parallèle. D'abord membre engagée, elle devient présidente en 2024 pour un mandat d'un an. Par la suite, elle tente l'aventure fédérale comme candidate du Bloc Québécois dans Thérèse-de Blainville. Après sa défaite, elle revient à la Chambre, cette fois comme directrice générale par intérim.

« C'est différent d'un poste de présidence où tu développes les grandes orientations. Là, je suis beaucoup plus dans l'action, dans le concret », explique-t-elle.

Dans cette posture plus opérationnelle, elle constate avec fierté que l'équipe permanente est entièrement composée de femmes. Une équipe qu'elle décrit comme rigoureuse, dynamique et complémentaire. Pour elle, cela témoigne d'un changement générationnel et d'une confiance accrue des femmes à occuper des rôles stratégiques.

## INSPIRÉE ET INSPIRER

La question du leadership féminin demeure toutefois sensible. Inspirée par la candidature de Kamala Harris à la présidence américaine, elle admet avoir été marquée



Photo : Clair Obscur

par la résistance rencontrée par cette dernière. « Elle a dû affronter un double plafond de verre », dit-elle, évoquant à la fois la misogynie et le racisme.

Mère de deux adolescentes de 14 et 17 ans, Marie-Noëlle Closson-Duquette observe avec lucidité le climat social actuel, amplifié par les réseaux sociaux. Elle croit néanmoins que l'affirmation passe par l'occupation du terrain. « C'est en étant franche sur ses positions qu'on finit par s'imposer », soutient-elle.

En attendant le retour de sa collègue en congé de maladie, elle poursuit son mandat à la direction générale par intérim. Peu importe la suite, elle se définit comme « une femme de défis », convaincue que l'engagement passe d'abord par l'action.

DES BOLS QUI  
FONT PLAISIR  
à tous!



P048502-1\_12252



POULET ROUGE STE-THÉRÈSE - 324, BOUL. CURÉ-LABELLE

**RR** PELLETIER ROUSSEL  
AVOCATS

P047804-1\_09896

L'équipe de Pelletier Roussel Avocats se démarque par ses services personnalisés, professionnels, efficaces et adaptés à vos besoins. Découvrez comment notre expertise peut faire la différence!

- Divorce, séparation de corps
- Pension alimentaire, garde d'enfant et droits d'accès
- Filiation, questions liées à l'autorité parentale
- Contrats et litiges
- Gestion de projets internationaux ou corporatifs
- Et bien plus.



Roxanne Roussel, avocate



Audrey Pelletier, avocate

475, boul. Arthur-Sauvé, Saint-Eustache (Québec) J7P 2B3  
Tél.: 450 472-4663 Téléc.: 450 231-2012

## Bonne Journée internationale des droits des femmes!



SAINTE-THÉRÈSE

Ville d'arts, de culture et de savoir

Aujourd'hui, nous prenons un moment pour célébrer la force, la voix et l'engagement des femmes qui, par leurs actions quotidiennes, contribuent à bâtir une société plus juste, plus inclusive et tournée vers l'avenir.

La Ville de Sainte-Thérèse est fière de pouvoir compter sur des femmes élues engagées et inspirantes au sein de son conseil municipal. Par leur leadership, leur détermination et leur sens du service public, elles participent activement au développement de notre communauté et ouvrent la voie aux générations à venir.

Merci pour votre engagement précieux et votre contribution essentielle à la vie démocratique.

Vos élues municipales



Barbara Morin  
District De Sève



Mylène Morissette  
District Verschelden



Jacynthe Prince  
District Morris



Héroïse Bélanger  
District Chapleau



Katherine Vézina  
District Lonergan



Johane Michaud  
District Marie-Thérèse

P048276-1\_01577



PO47854-1\_12269

# Ensemble!

## bâtissons un avenir plus inclusif et équitable

- ✓ Il est essentiel de célébrer et de soutenir les contributions des femmes dans tous les domaines.
- ✓ Nous nous engageons à défendre l'égalité des sexes et à promouvoir les droits de toutes les femmes, afin que chaque voix soit entendue et valorisée.



Linda  
**LAPOINTE**

Députée de  
RIVIÈRE DES MILLE-ÎLES

Linda.Lapointe@parl.gc.ca  
450 623-7714



Madeleine  
**CHENETTE**

Députée de  
THÉRÈSE-DE BLAINVILLE

Madeleine.chenette@parl.gc.ca  
450 965-2100

## MOBILISATION, SENSIBILISATION ET VIGILANCE

# LA MOUVANCE EN ACTION POUR LA DÉFENSE DES DROITS DES FEMMES



Photo : Mariane Parent photo (courtoisie)

L'équipe de La Mouvance : Marie-Anne Donnon, intervenante, Chantal Grenon, responsable programmation, actions collectives et administration, Vickie Ouellette, directrice générale, et Véronique Côté, intervenante. Absentes de la photo : Helena Seres et Marie-Ève Daoust, stagiaires en travail social.

**BENOÎT BILODEAU**  
benoitb@groupejcl.ca

Un lieu « pour et par » les femmes, La Mouvance est également une ressource essentielle pour les femmes de la MRC de Deux-Montagnes dans la défense de leurs droits au quotidien. Et bien

qu'il y ait eu beaucoup d'avancées ces dernières décennies, la mobilisation, la sensibilisation et la vigilance sont toujours de mise.

Fondé en 1987, l'organisme régional basé au 83, rue Chénier, à Saint-Eustache, offre des activités et services divers

## Journée internationale des droits des femmes

« Nous rendons hommage à tous ceux et celles qui ont contribué courageusement à l'avancement des conditions des femmes à travers le monde, dans toutes les sphères d'activités. Encourageons la relève à poursuivre les efforts pour préserver les acquis et lutter contre les inégalités. »

La mairesse,  
**CHRISTINE BEAUDETTE**  
et les membres du conseil municipal



P048310\_1574

BOISBRIAND.CA

Boisbriand

visant « à briser l'isolement des femmes, à sensibiliser et à susciter la prise de conscience des femmes aux dimensions collectives de leur situation ».

La mission de La Mouvance, c'est aussi de mobiliser les femmes dans l'affirmation et la défense de leurs droits et intérêts, d'améliorer leurs conditions de vie afin d'arriver à une réelle égalité entre les femmes et les hommes, et entre les femmes elles-mêmes, explique Marie-Anne Donnon, intervenante en éducation féministe.

### DES ACTIONS POUR LES VICTIMES DE FÉMINICIDE

Les moyens pour y parvenir varient. Par exemple, en 2008, l'organisme s'est doté d'un monument dédié à la mémoire des femmes victimes de violence. Chaque mardi suivant un féminicide, une pierre au nom de la victime est déposée au pied de ce monument. Déjà, en 2026, six pierres s'y sont ajoutées.

Toujours à la suite d'un féminicide, une lettre est désormais envoyée au premier ministre du Québec, François Legault, au député provincial de la circonscription de Deux-Montagnes, Benoît Charette, ainsi qu'à la députée de Prévost et ministre responsable de la région des Laurentides, Sonia Bélanger.

D'ailleurs, comme les autres centres de femmes de la région des Laurentides, La Mouvance va dorénavant, à la suite d'un féminicide, déposer une chaise blanche

à l'extérieur pour que l'événement ne passe pas inaperçu. L'organisme invite même les commerçants et les citoyens à faire de même, afin que personne ne ferme les yeux sur les crimes commis.

### UNE CONFÉRENCE GRAND PUBLIC

Dans le cadre de la Journée internationale des droits des femmes, La Mouvance organise, le mercredi 11 mars, dès 18 h, à La petite église (271, rue Saint-Eustache), une conférence grand public intitulée « De l'ombre à la lumière » avec Géraldine Lamarche. Celle-ci partagera alors son vécu de violence conjugale et racontera comment elle a réussi à se reconstruire et à retrouver sa liberté.

L'entrée est gratuite, mais il faut s'y inscrire en communiquant avec La Mouvance au 450 472-7245 ou à l'adresse courriel [info@lamouvance.ca](mailto:info@lamouvance.ca). Il est aussi possible de remplir un formulaire d'inscription via le site <https://lamouvance.ca/active/conference-de-lombre-a-la-lumiere>.

« Aujourd'hui, on dirait qu'on tient les droits [des femmes] pour acquis. Il y en a même qui pensent que les droits des femmes et des hommes sont égaux. Et qu'il n'y a plus de travail à faire. Au contraire, ça peut dérapier rapidement... », fait valoir Marie-Anne Donnon qui, avec la jeune équipe de La Mouvance dirigée par Vickie Ouellette, entend bien rester vigilante.

Pour suivre La Mouvance sur Facebook : [www.facebook.com/lamouvance](http://www.facebook.com/lamouvance).

## BARBE ALUMINIUM ET FILS LE LEADERSHIP AU FÉMININ QUI BÂTIT DURABLEMENT



masculin, sans jamais compromettre ses valeurs.

Animée par une réelle passion pour le travail bien fait, elle s'est donné pour mission d'offrir aux familles d'ici des revêtements extérieurs durables, esthétiques et conçus pour traverser le temps. Chaque projet est abordé avec écoute et méthode, en privilégiant la relation de confiance avant la vente.

Son leadership se démarque par son souci du détail, sa capacité d'organisation et son approche accessible. Prendre des décisions importantes seule, surmonter les épreuves et bâtir une entreprise solide et respectée font aujourd'hui sa fierté. Maman et entrepreneure, elle inspire par l'exemple et démontre qu'ambition et famille peuvent cohabiter. Barbe Aluminium et fils soutient les contracteurs d'ici et contribue activement au dynamisme de la communauté.

**Barbe Aluminium et fils**  
3114 Chem. d'Oka, Sainte-Marthe-sur-le-Lac, QC J0N 1P0  
450 974-7656  
[barbealuminiumetfils.ca](http://barbealuminiumetfils.ca)

Dans le domaine de la construction extérieure, où la rigueur et la précision sont essentielles, Barbe Aluminium et fils se distingue par une approche à la fois structurée et profondément humaine. À la tête de l'entreprise, une femme entrepreneure déterminée qui a su faire sa place dans un milieu traditionnellement

**STE-THÉRÈSE TOYOTA** DÉPARTEMENT DE SERVICE D'ENTRETIEN D'ORIGINE  
Salles d'attente spacieuses et postes de travail disponibles

**LE 15 MARS ARRIVERA VITE, PRENEZ VOTRE RENDEZ-VOUS POUR VOS PNEUS.**

**CENTRE DE PNEUS**

**UNIROYAL**

**BRIDGESTONE**

**TOYO**

**DUNLOP**

**SERVICE HUILE ET FILTRE**  
Huile synthétique  
À partir de **119.95\$**

**8000 km**  
UN ENTRETIEN RÉGULIER POUR ROULER EN TOUTE TRANQUILLITÉ

Tous les 6 mois ou 8 000 km selon le premier terme atteint. Prenez un rendez-vous d'entretien 8 000 km! PREMIER MOIS Optez pour la protection extra-attentive de Toyota PEA sur votre véhicule neuf.

**ÉTIQUETTES ROUGES**

protection extra-attentive

**CENTRE DE PNEUS**

**TOYOTA**

**120, boul. Desjardins Est, Sainte-Thérèse** [www.sttheresetoyota.com](http://www.sttheresetoyota.com) **450 435-3685**

Une équipe **DYNAMIQUE!** pour vous servir!

**FIER DE SOUTENIR LA CAUSE**

**Barbe Aluminium et fils**

VENTE DE CANEXEL, VINYLE, ACIER DISTINCTION & RAMPE D'ALUMINIUM | PLIAGE SUR MESURE

VENTE | INSTALLATION | REVÊTEMENT EXTÉRIEUR

**barbealuminiumetfils.ca 450 974-7656**

**3114, chemin d'Oka, Ste-Marthe-sur-le-Lac J0N 1P0**

JOURNÉE INTERNATIONALE DES DROITS DES FEMMES

**8 mars**

Vert l'avenir

**Des voix qui inspirent**

Participe au mouvement! [ca.journee.org](http://ca.journee.org)

À Bois-des-Filion, nous soulignons la **Journée internationale des droits des femmes** tous les jours et la présence des femmes à tous les échelons de l'organisation nous rappelle le chemin qu'elles ont parcouru et leur indispensable assistance pour améliorer notre société!

**Aurélie Lemieux et Ginette Gagné-Stoklosa**  
Conseillères municipales

# LA TRAJECTOIRE INSPIRANTE DE MARIE-HÉLÈNE FORTIN

**DANY BARIBEAU**

dbaribeau@groupejcl.ca

Faire une entrevue en quinze minutes au téléphone, ce n'est pas le genre de Marie-Hélène Fortin. Lorsqu'elle arrive dans un petit café près de chez elle pour parler au Nord Info de son parcours, elle dépose son manteau, commande un jus et un petit gâteau. On comprend immédiatement l'importance pour elle de « prendre le temps » et de laisser la conversation tracer son propre chemin... un peu comme sa vie.

Comédienne de formation. Membre fondatrice du groupe Mes Aïeux. Voix derrière des romans audios. Enseignante

suppléante en adaptation scolaire. Conseillère municipale à Rosemère. Mère de deux enfants. Les étiquettes s'empilent, mais elle ne cherche pas à en incarner une. Elle avance, simplement, portée par la curiosité.

Après la pandémie, les contrats artistiques se font plus rares. Venant d'une famille d'enseignantes, elle accepte un remplacement à l'école, auprès de jeunes à besoins particuliers. Elle découvre de petits groupes, peu de jugement, beaucoup d'authenticité. Elle s'y sent à sa place. « J'ai capoté sur cette clientèle-là », laisse-t-elle tomber avec un sourire communicatif.

L'enseignement n'était pas un détour. Plutôt un retour à quelque chose de profondément humain.

## LA PROXIMITÉ COMME REMÈDE AU CYNISME

La politique municipale, elle, est arrivée presque par surprise. En 2017, quand on lui propose de se présenter, elle rit. Puis elle accepte. Par engagement. Par amour de sa ville d'adoption. Elle y a trouvé un espace, du vert, une communauté. « J'aime me sentir utile », résume-t-elle. Ce n'est pas le salaire. Ce n'est pas le titre. C'est le travail d'équipe, les débats, les compromis, l'impression de participer à quelque chose de concret.

Elle le dit franchement : avant de faire de la politique, elle avait un regard plus cynique. Le mandat a changé ça. Derrière les décisions, il y a des heures invisibles, des discussions serrées, des gens de bonne foi. Le municipal, croit-elle, reste un lieu de proximité. Un espace où le contact humain a encore du poids. Dans un monde saturé de bruit et de tensions, elle trouve dans le local une forme d'apaisement.

## TOUCHER LES GENS, UN À UN

La musique, elle, ne s'efface jamais tout à fait. Elle se souvient du succès fulgurant de « Dégénération ». Des palmarès, des salles pleines, des disques qui s'empilent. Elle se souvient aussi du vertige. Du deuil étrange

de l'époque où elle sentait devoir conquérir le public un à un, soir après soir. Le succès peut être grisant. Il peut aussi éloigner. Avec le recul, elle en parle sans amertume. Ce fut une époque. Une vague. Une fierté collective.

Aujourd'hui, ce qui lui manque un peu, c'est la création. Le plateau. La scène. « Ça monte en moi. Je le lance dans l'univers, mais j'aimerais jouer de façon plus constante à l'écran », confie-t-elle. Elle continue de travailler la voix. Elle adore se retrouver en studio avec des écouteurs qui l'isolent et lui permettent de se retrouver seule avec sa voix, d'habiter des textes avec subtilité. Elle aime ce travail invisible, précis, presque intime. Une autre façon d'entrer en relation.

Quand on l'interroge sur la cause des femmes, elle ne brandit pas d'étendard. Elle la porte dans ses choix, dans son quotidien, dans l'exemple qu'elle offre à sa fille — et à son fils. Elle croit à la vigilance, à la constance. Pas nécessairement au fracas.

Au fond, son parcours n'a rien de linéaire. Il est fait d'élan, de retours, de détours assumés. Elle n'aime pas la routine. Elle saisit les occasions. Elle avance.

Et à travers tout ça, il reste un fil conducteur : le désir de faire partie d'un collectif. Que ce soit sur scène, en classe ou autour d'une table du conseil, elle revient toujours à la même chose — le lien.

**AUDIOPROTHÈSE** *Morency*  
**(450) 818-8789**

Clinique Blainville - 519 boul. Curé-Labelle

**DÉPISTAGE SANS FRAIS  
SUR RENDEZ-VOUS**  
avant le 30 avril 2026

Aides auditives - Évaluation  
*Josée Morency*  
Audioprothésiste



**ENTENDRE POUR  
APPRECIER**

**PAYSAGISTE HORTICOLE**  
**MARYBELLE INC.**

Pour un nouvel aménagement ou  
pour l'entretien de vos plates-bandes...

Entretien des plates-bandes  
Ouverture et fermeture de terrain  
Concept et création de plates-bandes  
Création de potager  
Réaménagement de plates-bandes

contactez nous  
dès maintenant  
pour une soumission  
**GRATUITE!**

**514-968-4917**  
www.phmb.ca

Fier de soutenir la cause!






**LE SALON DU LIVRE  
DES LAURENTIDES  
TROISIÈME ÉDITION!**

SALON DU LIVRE  
DES LAURENTIDES  
Imaginer, cultiver,  
inspirer



**LE SAMEDI 14 MARS 2026  
DE 11 H À 17 H**  
Au Centre culturel et communautaire  
Thérèse-De Blainville  
120, boul du Séminaire, Sainte-Thérèse

## BUDGET PROPANE MIRABEL : UN LEADERSHIP FÉMININ BIEN ÉTABLI



Dans un secteur en constante évolution, la diversité des talents transforme peu à peu les pratiques de gestion. Chez Budget Propane Mirabel, la présence féminine en direction s'affirme aujourd'hui comme une force et une référence.

À la tête des opérations, une gestionnaire engagée qui assume pleinement son rôle et contribue activement au développement de l'entreprise. Son approche repose sur la rigueur, la collaboration et un service clé en main qui simplifie la vie des clients, autant résidentiels que commerciaux. Installation, livraison, entretien : chaque étape est coordonnée avec efficacité.

Mais derrière chaque réalisation se trouve d'abord une équipe solide. Les succès de Budget Propane Mirabel sont le fruit d'un

véritable travail d'équipe, où l'expertise technique et le professionnalisme de chacun sont mis à contribution. Cette dynamique collaborative constitue une fierté assumée.

Occuper un poste de gestion dans ce secteur représente plus qu'une responsabilité : c'est aussi une reconnaissance. Reconnaissance du savoir-faire, de la compétence et de la capacité à diriger avec assurance. Aujourd'hui, cette présence féminine contribue à inspirer et à normaliser la diversité dans un domaine en pleine transformation.

Budget Propane Mirabel poursuit ainsi sa mission : offrir des solutions fiables, avec une équipe engagée et une direction assumée.

## LINDA LABERGE : UNE CONSEILLÈRE TECHNIQUE AU GRAND CŒUR

Depuis 12 ans, Linda Laberge accueille la clientèle à titre de conseillère technique chez Les Pneus Alain, à Saint-Eustache. Au fil des ans, elle a constaté une évolution marquée : de plus en plus de femmes prennent en charge l'entretien de leur véhicule.

« Je pense que ça sécurise beaucoup les gens, et particulièrement les femmes, de voir une femme au comptoir d'accueil. Ça facilite le lien de confiance », explique-t-elle.

Son rôle est central au sein du garage : accueil des clients, réponses aux questions, préparation des estimations, planification des rendez-vous, gestion et comptabilité. Elle assume ces responsabilités avec rigueur, mais surtout avec une attention sincère envers chaque personne qui franchit la porte.

Prendre le temps d'expliquer les réparations, s'informer des nouvelles de la famille, créer un climat simple et humain : ces gestes font toute la différence. « Un lien se crée avec les clients », souligne Mme Laberge.

Chez Les Pneus Alain, la qualité du service va de pair avec un accueil chaleureux.



Photo Yves Déry - R  
Linda Laberge accueille les clients chez Les Pneus Alain, à Saint-Eustache.

C'est ainsi que s'est bâtie la relation de confiance qui unit la clientèle à l'équipe du 877, boulevard Arthur-Sauvé.

**Les Pneus Alain, votre garagiste de confiance.**

**877, boul. Arthur-Sauvé,  
Saint-Eustache, QC J7R4K3  
4504724413**

### À l'occasion de la Journée internationale des droits des femmes



À Rosemère, plus de la moitié du conseil municipal est composé de femmes.

Une fierté, un symbole fort et un engagement concret pour l'égalité dans toutes les sphères de notre société.

ROSEMÈRE

ville.rosemere.qc.ca




*Spécialiste du pneu depuis plus de 25 ans*



**Alain Parent, président**

Obtenez  
**GRATUITEMENT**  
une inspection printanière  
à l'achat de votre  
changement d'huile

**MÉCANIQUE GÉNÉRALE**



**Alain Parent • 450 472-4413**  
**877, boul. Arthur-Sauvé, Saint-Eustache QC J7R 4K3**  
**info@lespneusalain.com • www.lespneusalain.com**

**MÉCANIQUE • VENTE ET ACHAT DE PNEUS •  
INSTALLATION DE PNEUS NEUFS, USAGÉS ET RECHAPÉS**

# MÉLANIE ST-LAURENT, POUR LA PASSION DE LA SCÈNE... LOCALE

REINE CÔTÉ / rcote@groupejcl.ca

Comédienne d'expérience, Mélanie St-Laurent a choisi de s'installer à Boisbriand, en pleine banlieue de la métropole afin d'y construire sa famille et sa carrière malgré la tentation qu'offre la métropole avec ses nombreuses salles de théâtre et la multiplication de ses productions télévisuelles.

Certains se souviendront peut-être de la Sonia qu'elle interprétait dans Les Invincibles, mais les amateurs de théâtre des Basses-Laurentides retiennent surtout la magnifique interprète qui monte sur scène d'une année à l'autre depuis la création de la troupe du Petit Théâtre du Nord en 1998, dont elle est membre fondatrice avec ses compères Luc Bourgeois, Louise Cardinal et Sébastien Gauthier, son partenaire amoureux dans la vie et père de ses trois enfants.

Diplômée de l'option théâtre du Cégep de Saint-Hyacinthe en 1992, la jeune comédienne de Beloeil viendra s'établir assez rapidement à Boisbriand dans ces années-là, après sa rencontre avec Sébastien Gauthier. Que voulez-vous, l'amour !

La comédienne ne regrette nullement ses choix de vie ou son parcours de carrière. Surtout qu'il est possible de faire carrière en région, même s'il faut monter les marches une par une.

## DE JEUNES COMÉDIENS EN MODE NOMADE

Mélanie se souvient encore du démarrage de la troupe du Petit Théâtre du Nord, installée dans une grange du parc du Domaine Vert. « On a commencé une première année, comme ça, sans savoir nécessairement qu'on allait exister encore presque 30 ans plus tard. »

La comédienne avoue, avec un peu d'innocence et de naïveté qu'il y avait ce sentiment d'avoir une proximité avec les spectateurs. « Et ça, c'était le désir des quatre membres fondateurs dès le départ », insiste-t-elle.

Derrière cette apparente insouciance, il y avait aussi le désir de créer leur propre emploi ainsi que d'établir un pont avec l'école de théâtre (du Collège Lionel-Groulx) à proximité qui ne disposait d'aucune compagnie locale. « On voulait donner une continuité au programme de théâtre. Pour nous, c'est logique que des techniciens, des concepteurs puis, éventuellement, des comédiens puissent venir jouer au Petit Théâtre du Nord », s'exprime la fille d'équipe, qui conjugue davantage ses réponses à la 3<sup>e</sup> personne qu'à la première.

## CENTRE DE CRÉATION DE BOISBRIAND

L'installation de la troupe de théâtre dans l'ancienne église Notre-Dame-de-Fatima s'est révélée un véritable tournant. Enfin,



Photo : Courtoisie Centre de création de Boisbriand

Mélanie St-Laurent, une comédienne bien heureuse de pouvoir mener sa carrière en région, où elle apprécie la qualité de vie qu'elle y a découverte en s'y installant en 1996.

une adresse permanente où ils pourraient se consacrer à la création et disposer d'une scène dotée des meilleurs équipements

pour y présenter leurs pièces, en plus d'accueillir en résidence des auteurs et artistes souhaitant y développer de nouveaux projets scéniques.

C'est ainsi que Mélanie est devenue la directrice du Centre de création de Boisbriand. Une deuxième corde à son arc d'artiste dont elle se dit fière, elle qui s'est ainsi découverte un talent de gestionnaire insoupçonné.

C'est que mener de front une carrière de comédienne et de gestionnaire nécessite une énergie qui n'a d'égale que la passion. Reste que la Boisbriannaise est bien ancrée dans son milieu adoptif, qu'elle ne quitterait pour rien au monde, surtout pour la métropole. Faire carrière en région et embarquer tout le monde dans sa vision artistique lui procure toujours, même après tant d'années, une grande satisfaction pour Mélanie St-Laurent.

**Resto Farsa**

**Authentique restaurant italien**

*Tombez sous le charme*

**Vivez l'expérience Farsa**

**Fier de soutenir la cause!**

2952, chemin d'Oka Sainte-Marthe-sur-le-Lac 450 974-2442

P047168-4\_06959

**solution santé +**

**Services offerts:**

- masso thérapeutique
- kinésithérapie
- ostéopathie
- femme enceinte

**Taxes incluses**

**Tarifs**

- 60 min : 115\$
- 75 min : 130\$
- 90 min : 150\$

Prise de rendez-vous en ligne

24-A, rue St-Eustache, St-Eustache J7R 2K9 **514 623-7504**

P000127-2\_04742-1

**Petinos**

**DÉJEUNER - DINER**

**DÉCOUVREZ NOTRE MENU Lève-tôt!**

Salle de réception disponible (à partir de 15h)  
20A, boul. Bouthillier, Rosemère | 450 818-3759 | rosemere@petinos.ca

P048766-1\_12163

# CAFÉ PLUS : UNE VISION AU FÉMININ, ANCRÉE DANS L'ACTION

Grandir en voyant ses parents bâtir, jour après jour, le succès de Café Plus marque une vie. Pour l'actuelle propriétaire, ainsi que pour son frère, Francis, l'entrepreneuriat n'est pas qu'un choix professionnel : c'est un héritage et une responsabilité. Très tôt, ils s'impliquent dans l'entreprise familiale, cherchant des façons de simplifier le travail de l'équipe et d'améliorer l'expérience client.

Sa mission est restée la même : offrir un service rapide, de qualité, avec la flexibilité nécessaire pour répondre à des besoins toujours différents. « Chaque client est unique », rappelle-t-elle. Cette attention sincère, cette écoute attentive et cette sensibilité dans l'approche font partie intégrante de sa façon de diriger.

Acheter l'entreprise juste avant la pandémie représentait un pari audacieux. La période aurait pu fragiliser le projet. Elle est plutôt devenue un moment stratégique pour réfléchir à la vision à long terme et consolider les bases. Aujourd'hui, Café Plus évolue avec assurance, porté par une direction humaine et déterminée.

**Boutique Café Plus**  
**541, rue St-Eustache, Saint-Eustache**  
**450 473-5069**  
**www.cafeplus.ca**



**Les spécialistes de votre SANTÉ DENTAIRE!**

CENTRE DENTAIRE **Rivière Nord**

- Dentisterie familiale
- Accès aux fauteuils roulants
- Urgences acceptées • Dentisterie esthétique
- Couronne sur implant
- Ponts et couronnes
- Radiographies panoramiques
- Prothèses partielles et complètes
- Chirurgie (dent de sagesse)
- Traitement des gencives
- Transmission électronique aux assurances

3 dentistes attentionnés à votre service

450, rue du Parc, local 108, Saint-Eustache (voisin de 110 % Sport) 450 623 • 6668

**CENTRE DE CARROSSERIE MANAS**  
 deuxmontagnes@carstar.ca

**CARSTAR**  
 Carrosserie et vitres d'auto

- ★ RÉCLAMATION DE COLLISION
- ★ DÉBOSELAGE ET PEINTURE
- ★ RÉCLAMATION DE PARE-BRISE
- ★ VOITURE DE COURTOISIE

153, 8e Avenue, Deux-Montagnes Tél.: 450 491-6880 Cell.: 514 941-3797

**CAFÉ PLUS**  
 St-Eustache

**Venez visiter notre merveilleuse équipe !**

**Boutique ouverte au public et service aux entreprises (distributrices).**

**Idées-cadeaux: cafetières, théières, accessoires divers et bien plus...**

541, rue Saint-Eustache, Saint-Eustache J7R 7E6



# Le 15 Lesage

La clé du bonheur à tous les âges.

## La force des femmes nous inspire.



À la Résidence Le 15 Lesage, nous avons le privilège d'accompagner des femmes extraordinaires à chaque étape de leur vie.

Merci à nos résidentes de faire de ce lieu un milieu de vie inspirant, humain et vibrant.



**VOTRE SÉCURITÉ:  
NOTRE PRIORITÉ**



**MENUS ÉQUILIBRÉS  
ET VARIÉS**



**AIRES COMMUNES  
POUR TOUS LES  
GOÛTS**



**PORTES OUVERTES  
TOUS LES MERCREDIS  
13H00 À 16H00**

# 10 STATISTIQUES SUR LA CONDITION FÉMININE DANS LES LAURENTIDES

PHOEBY LAPLANTE / plaplante@groupejcl.ca

Dans les Laurentides, les femmes sont 320 910 — légèrement plus nombreuses que les hommes (315 175). Elles réussissent davantage à l'école et gagnent du terrain en politique municipale. Pourtant, derrière ces avancées, les écarts demeurent marqués : revenus inférieurs, précarité accrue, sous-représentation dans les postes de pouvoir et exposition persistante à la violence.

À l'occasion de la Journée internationale des droits des femmes, voici dix données qui illustrent la condition féminine dans la région, selon le Portrait statistique de l'égalité entre les femmes et les hommes à l'échelle régionale (2024).

## 1 - UNE MAJORITÉ DÉMOGRAPHIQUE

Les femmes sont légèrement plus nombreuses que les hommes dans la région. Chez les 65 ans et plus, l'écart se creuse davantage : 68 625 femmes contre 61 660 hommes. La présence féminine est donc particulièrement marquée chez les aînées.

## 2 - PLUS DIPLÔMÉES QUE LES HOMMES

En 2022, 32,7 % des femmes détenaient un diplôme universitaire, contre 29,8 % des hommes. Autrement dit, près d'une femme sur trois possède une formation universitaire, une proportion supérieure à celle des hommes.

## 3 - UNE PROGRESSION EN POLITIQUE MUNICIPALE

La représentation féminine progresse au sein des conseils municipaux. En 2021, les femmes occupaient 42,4 % des postes de conseillère municipale, une hausse de 5 points depuis 2016. Toutefois, elles ne représentaient que 25 % des maires, signe qu'un plafond persiste aux plus hauts échelons.



Photo Microstocker

## 4 - 71,5 % DES FAMILLES MONOPARENTALES DIRIGÉES PAR DES FEMMES

Dans les Laurentides, près de trois familles monoparentales sur quatre sont dirigées par une femme. Même si l'écart a diminué de quatre points entre 2016 et 2021, la responsabilité familiale repose encore majoritairement sur les femmes.

## 5 - UN ÉCART SALARIAL ANNUEL DE 11 480 \$

En 2021, le revenu médian après impôts des femmes atteignait 37 830 \$, contre 49 310 \$ chez les hommes — une différence de 11 480 \$ par année. Malgré leur niveau de scolarité plus élevé, les femmes continuent de gagner significativement moins.

## 6 - 13 % DES FEMMES VIVENT EN SITUATION DE PRÉCARITÉ

Dans la région, 13 % des femmes se trouvent en situation de précarité

financière, comparativement à 10,5 % des hommes. Cet écart a presque doublé en cinq ans, révélant une fragilisation économique persistante.

## 7 - PRÈS DE 5 \$ DE MOINS DE L'HEURE

En 2022, le salaire horaire moyen des femmes s'établissait à 29,43 \$, contre 34,26 \$ pour les hommes. L'écart demeure d'environ 5 \$ de l'heure, malgré une progression du salaire féminin depuis 2018.

## 8 - UN TAUX D'ACTIVITÉ INFÉRIEUR DE PRÈS DE 10 POINTS

Le taux d'activité des femmes était de 58 % en 2022, contre 67,7 % chez les hommes — un écart de 9,7 points. Les femmes demeurent donc moins présentes sur le marché du travail.

## 9 - TROIS FOIS PLUS DE VICTIMES DE VIOLENCE CONJUGALE

En 2021, 608,3 femmes sur 100 000 ont été victimes d'infractions contre la

personne dans un contexte conjugal, contre 203,7 hommes. Les femmes sont ainsi près de trois fois plus nombreuses à subir ce type de violence.

## 10 - 88,8 % DES VICTIMES D'INFRACTIONS SEXUELLES SONT DES FEMMES

Dans les Laurentides, 230,9 femmes sur 100 000 ont été victimes d'infractions sexuelles, contre 28,7 hommes. Les femmes représentent donc l'écrasante majorité des victimes, une réalité qui demeure préoccupante.

## DES AVANCÉES... MAIS DES ÉCARTS PERSISTANTS

Les Laurentiennes progressent en éducation et gagnent du terrain en politique municipale. Toutefois, les inégalités économiques demeurent marquées, la précarité augmente et la violence reste une réalité. Les chiffres ne laissent place à aucune ambiguïté : la condition féminine évolue, mais les écarts structurels persistent.

Ados et dépression  
**BRISONS LE SILENCE**

Pour l'amour de nos jeunes, consultez notre site Internet ou composez le 514 529-1000 ou sans frais le 1 888 529-5354.

Fondation des maladies mentales (FMM)

## Bienvenue aux Portes ouvertes

Dimanche 15 mars de 10 h à 15 h  
dans trois résidences de la région



Les résidences Cogir organisent une journée portes ouvertes, le dimanche 15 mars, de 10 h à 15 h, dans ses résidences situées à Blainville, Sainte-Thérèse et Bois-des-Filion. Voilà une belle occasion de visiter les lieux et d'en découvrir tous les avantages.

### Jardin des Sources

RÉSIDENCE PRIVÉE POUR RETRAITÉS

**JARDIN DES SOURCES : POUR LE  
BONHEUR DES AMOUREUX DE LA  
NATURE**

Située à Sainte-Thérèse sur l'un des plus beaux sites des Basses-Laurentides, la résidence privée pour retraités Jardin des Sources comporte 452 appartements répartis sur six étages.

Chaleureuse, épurée et bordée par un immense jardin naturel de 1,7 km de sentiers pédestres, d'étangs et de ruisseaux paisibles, celle-ci conjugue la sérénité de la campagne et toutes les commodités urbaines. Profitez de la tranquillité de la terrasse et des sublimes jardins extérieurs pendant la belle saison. De plus, afin d'assurer la sécurité de tous, du personnel est présent en tout temps. Pour une visite personnalisée, communiquez dès maintenant avec l'équipe!

300, chemin de la Côte-Saint-Louis Ouest, Sainte-Thérèse  
450 971-4500 • ResidenceJardinDesSources.ca



**VOTRE RETRAITE DE RÊVE AU  
MANOIR FONTAINEBLEAU**

Pour le confort, la liberté, le bonheur et la qualité de vie qu'elle inspire, nombreux sont les retraités qui choisissent de s'établir à la résidence Manoir Fontainebleau à Blainville. Les résidents bénéficient d'un environnement chaleureux et dynamique, en plus de superbes installations telles que la salle d'exercices, piscine intérieure, coin lecture, salon de coiffure, salle de loisirs. Une gamme élaborée d'activités et du personnel qualifié qui a à cœur le bien-être et la sécurité des résidents. Pour une visite personnalisée, communiquez dès maintenant avec l'équipe!

85, boul. des Châteaux, Blainville  
450 434-4777 • ManoirFontainebleau.ca



**MANOIR BOISÉ-GAGNON : UNE  
RÉSIDENCE OÙ IL FAIT BON VIVRE**

Situé dans un quartier paisible à Bois-des-Filion, bordé d'arbres matures, le Manoir Boisé-Gagnon accueille une clientèle autonome et semi-autonome et compte, au total, 83 logements de type studio avec salle de bain privée. Les résidents ont accès à un jardin intérieur à ciel ouvert, à une multitude d'activités de loisirs, à un salon de coiffure et aux services d'une podologue sur place. De plus, les gens peuvent compter sur la présence d'une infirmière auxiliaire sept jours sur sept, ainsi que d'un(e) préposé(e) aux résidents sept jours sur sept. L'entrée des bâtiments est sécurisée, ce qui ajoute à la tranquillité d'esprit. Communiquez avec l'équipe pour une visite personnalisée!

242, Adrien-Ethier, Bois-des-Filion  
450 621-1961 • ManoirBoiseGagnon.ca

P047720-1\_01725

FONDATION DE L'HÔPITAL DE SAINT-EUSTACHE

## RICHARD LECLAIR REND HOMMAGE AUX FEMMES ENGAGÉES



Photo courtoisie

Richard Leclair, reconnaissant envers le personnel soignant qui l'a soutenu tout au long de son parcours.

**JADE LESIEUR**

JLesieur@groupejcl.ca

Une tumeur majeure à la colonne vertébrale, comprimant la moelle, a bouleversé la vie de Richard Leclair. D'abord pris en charge à l'Hôpital de Saint-Eustache, puis opéré à l'Hôpital du Sacré-Cœur, il parle aujourd'hui d'un parcours qui l'a mené vers « une deuxième vie ».

Depuis l'automne 2024, il s'implique comme bénévole à la Fondation Hôpital Saint-Eustache. Seul homme au sein d'une équipe composée de femmes, il y a trouvé un lieu où redonner prend tout son sens. « Ici, on me laisse m'exprimer. Je suis comme un petit prince », affirme-t-il.

### UNE RECONNAISSANCE NÉE DE L'EXPÉRIENCE

Au fil de ses soins et de sa convalescence, M. Leclair a été marqué par l'engagement du personnel, peu importe le quart de travail. Cette réalité lui a laissé une leçon simple : mettre de l'amour dans chaque geste.

Quelques jours après son opération, alors qu'il retrouvait progressivement son autonomie, une préposée aux bénéficiaires l'a accompagné lors d'une première douche. Cet échange, tout en simplicité, a renforcé chez lui la conviction que certaines contributions essentielles demeurent trop souvent dans l'ombre.

« J'ai eu une deuxième chance, une deuxième vie. J'ai décidé de m'appliquer à valoriser l'être humain. »

### L'ENGAGEMENT DES BÉNÉVOLES

Son implication à la Fondation a pris forme après sa rencontre avec Lyne Des Trois Maisons, qui l'a accueilli au sein d'une équipe de bénévoles qu'il décrit comme profondément investie. Par leur présence constante, leur écoute et leur capacité à créer un climat chaleureux, ces femmes contribuent à humaniser le parcours des patients et de leurs proches.

M. Leclair souligne que cet engagement se manifeste dans les gestes les plus simples, mais aussi dans la solidarité qui unit l'équipe. À ses yeux, cette implication représente un prolongement naturel des soins, une façon d'accompagner autrement.

### UN HOMMAGE AUX FEMMES

Fils d'infirmière, il portait déjà un regard admiratif sur le milieu de la santé. Son expérience personnelle a renforcé cette vision, qu'il étend aujourd'hui aux bénévoles qu'il côtoie. « Les femmes apportent un côté très compatissant, très humain », précise-t-il.

Lorsqu'il parle des femmes qui l'entourent, il évoque leur force, l'énergie qu'elles déploient au quotidien et le bonheur qu'elles transmettent autour d'elles.

À travers son engagement, Richard Leclair souhaite rendre hommage à ces femmes qui ont marqué son parcours et celui de nombreux patients. Son témoignage rappelle que, derrière les traitements et les interventions médicales, se trouve une présence humaine essentielle — celle qui reconforte, soutient et redonne espoir.

# Bonjour!



## PORTES OUVERTES



**Dimanche 15 mars  
de 10 h à 15 h**

Découvrez l'ambiance de la résidence  
et obtenez les réponses à vos questions!

**Au plaisir de vous rencontrer !**



RÉSIDENCE PRIVÉE POUR RETRAITÉS

85, boul. des Châteaux, Blainville  
**450 434-4777**  
[ManoirFontainebleau.ca](http://ManoirFontainebleau.ca)

Jardin des  
**Sources**  
Sainte-Thérèse

RÉSIDENCE PRIVÉE POUR RETRAITÉS

300, chem. de la Côte-Saint-Louis Ouest,  
Sainte-Thérèse  
**450 971-4500**  
[ResidenceJardinDesSources.ca](http://ResidenceJardinDesSources.ca)



**MANOIR  
BOISÉ-GAGNON**

RÉSIDENCE PRIVÉE POUR RETRAITÉS

242, rue Adrien-Ethier, Bois-des-Filion  
**450 621-1961**  
[ManoirBoiseGagnon.ca](http://ManoirBoiseGagnon.ca)

**COGIR**  
RÉSIDENCES

[ResidencesCogir.com](http://ResidencesCogir.com)

Vous simplifier la vie  
Vous donner la liberté de vivre pleinement  
Vous offrir du personnel attentionné  
C'est inestimable pour nous.

Balayez pour  
en savoir  
davantage



PO47719-1-01725

# LES ORGANISMES DE DÉFENSE COLLECTIVE DES DROITS, LA TÊTE SOUS L'EAU

**ANNE-MERLINE EUGENE**  
ameugene@groupejcl.ca

Le Réseau des Femmes des Laurentides fait partie des 14 groupes communautaires œuvrant pour la défense collective des droits dans la région. L'organisme rassemble et représente vingt-trois groupes féministes et comités de femmes aux côtés desquels il travaille à améliorer les conditions de vie des femmes dans une perspective d'égalité entre les sexes et de justice sociale, notamment en matière d'accès aux services sociaux et de santé, d'autonomie économique et de sécurité.

Même s'il n'offre pas de service direct à la population, le RFL, qui agit en tant que table de concertation a besoin du double de son budget de fonctionnement de 100 000 \$ pour espérer survivre. Or, depuis 2023, l'organisme voit ses subventions stagner, et se retrouve sans accès à l'indexation annuelle, comme c'est le cas pour les quelque 350 groupes œuvrant dans ce secteur partout au Québec.

Craignant pour la survie des organismes, les responsables tirent la sonnette d'alarme en dénonçant l'inaction gouvernementale, le sous-financement chronique ainsi que l'absence d'indexation annuelle de leurs subventions.

## UN PROJET DE LOI QUI MENACE L'INDÉPENDANCE

Isabelle Thibault, coordonnatrice du Réseau des Femmes des Laurentides, craint que le projet de loi 7 restreigne leur droit de critiquer et de contester les décisions gouvernementales. Puisque c'est le Secrétariat à l'action communautaire qui octroie leurs subventions, les organismes craignent de ne plus pouvoir exercer leur rôle de contre-pouvoir sans risquer leur financement. « On est payé pour faire ça, mais là, ce que ça dit, c'est qu'on n'aura pas le droit de prendre cet argent-là pour pratiquer notre contre-pouvoir », explique-t-elle.

Le projet de loi 7 prévoit la fusion du Fonds d'aide à l'action communautaire autonome avec le Fonds québécois d'initiatives sociales (FQIS). Cette fusion menace l'indépendance des organismes en défense collective des droits, remettant en question trente ans de relations fondées sur le respect de l'autonomie du milieu communautaire, dénonce Mélanie Verville, cogestionnaire de l'ACEF Basses-Laurentides, dans un communiqué.

Par ailleurs, Mme Verville se dit préoccupée par le caractère dérisoire des sommes octroyées par le Plan d'action gouvernemental en action communautaire, qui prend fin en 2027 sans qu'aucune suite ne soit annoncée.

## MANQUE CRIANT DE RESSOURCES

Les organismes dénoncent le désengagement de l'État et les attaques répétées contre le filet social, qui augmentent considérablement leur charge de travail. Ils réclament un rehaussement substantiel de leur financement dès le prochain budget.

Pour Isabelle Thibault, présentement accompagnée d'une personne embauchée sur la base d'un contrat à durée déterminée et selon la disponibilité d'un financement ponctuel, il serait idéal d'avoir au moins deux personnes permanentes. Avec un budget adéquat, elle pourrait embaucher une ressource permanente supplémentaire et assurer pleinement la mission de défense collective des droits, sans être constamment à bout de souffle. « C'est sûr qu'il y a toujours une crainte d'être dans une situation précaire », soulève-t-elle.

La coordonnatrice clinique au Mouvement Personne d'Abord de Saint-Jérôme, Stéphanie Gauthier, aimerait faire plus, mais les ressources de l'organisme sont limitées, affirme-t-elle, estimant leurs subventions insuffisantes et leurs salaires trop bas. « Notre organisme souhaite soutenir davantage de personnes vivant avec une déficience intellectuelle, les accompagner dans les aspects du quotidien et favoriser leur inclusion. Nous avons l'expertise et les pratiques, mais nos ressources sont si limitées que nous peinons à répondre aux demandes des jeunes adultes qui se présentent à nous », déplore-t-elle.

Les groupes de défense collective des droits des Laurentides ont participé du 2 au 6 février 2026 à la campagne de mobilisation Les droits, ça se défend collectivement! organisée par le Regroupement des organismes en défense collective des droits. L'événement visait, entre autres, à exiger un rehaussement substantiel de leur financement dès le prochain budget, dans le respect de leurs missions.

## LE COMMUNAUTAIRE À BOUTTE

# DES MILLIERS DE TRAVAILLEUSES ET TRAVAILLEURS EN GRÈVE AU QUÉBEC



Photos courtoisie

**Des travailleuses et travailleurs du milieu communautaire ont pris part à des actions de mobilisation pour dénoncer le sous-financement des organismes.**

Du 23 mars au 2 avril, des milliers de travailleuses et travailleurs du milieu communautaire seront en grève partout au Québec. En cause : un sous-financement chronique qui, selon eux, fragilise dangereusement le filet social et menace la survie de plusieurs organismes.

Rassemblés sous la bannière du mouvement Le communautaire à boutte, les groupes réclament une indexation et un rehaussement significatif et récurrent du financement à la mission, inscrits de façon durable dans les budgets gouvernementaux.

## UNE MOBILISATION DEVENUE NATIONALE

À l'automne dernier, une centaine d'organismes de la Mauricie et d'autres régions avaient participé à une première semaine de grève. Ce qui devait être une mobilisation locale s'est rapidement transformé en mouvement de solidarité d'ampleur provinciale.

« Ce que nous vivons n'est pas isolé. On constate tous les jours que les groupes communautaires partagent la même réalité. Oui, c'est difficile de fermer des services indispensables et précieux pendant deux semaines pour se faire entendre. Mais si rien ne change, des fermetures définitives vont se multiplier. Il est là le vrai risque. », affirme Caroline Chartier, co-porte-parole du mouvement.

## DES REVENDICATIONS STRUCTURANTES

Les organismes communautaires rappellent qu'ils jouent un rôle central dans le maintien du filet social, particulièrement dans un contexte de précarité grandissante. Or, sans financement stable et adéquat, leur capacité d'action serait compromise.

Le mouvement formule cinq grandes revendications :

- des conditions de travail décentes pour les travailleuses et travailleurs ;
- un financement suffisant à la mission ;
- une reconnaissance pleine et entière des organismes ;
- la protection de leur autonomie et la fin du financement précaire ;
- un engagement clair du gouvernement à investir dans le modèle communautaire comme pilier stratégique.

« Nous demandons au gouvernement du Québec de prendre des engagements financiers clairs et durables. Nous invitons également tous les partis politiques à prendre position publiquement et à préciser leurs engagements envers le milieu communautaire. », soutient Sophie Tétrault-Martel, co-porte-parole.

## UN POINT CULMINANT À QUÉBEC

Des actions sont prévues dans l'ensemble des régions au cours des prochaines semaines. La mobilisation culminera le 2 avril à Québec, devant l'Assemblée nationale, où des milliers de travailleuses et travailleurs se rassembleront pour interpeller directement les décideurs.

« Ça fait des semaines que nous constatons que la classe politique manque clairement de considération envers le travail des groupes communautaires. Combien de groupes devons-nous encore mobiliser ? Doit-on toujours prendre la rue au Québec pour être pris au sérieux et entamer des discussions officielles avec les représentants du gouvernement ? », souligne Mathieu Gélinas, co-porte-parole.

Le message des organisateurs se veut sans équivoque : le mouvement s'élargit et entend obtenir des engagements concrets.

Pour en savoir plus sur le mouvement : [www.aboutte.info](http://www.aboutte.info)

# ESPACE W

condos locatifs

## CONDOS LOCATIFS CITÉ MIRABEL



### VISITES LIBRES



SAMEDI 14 MARS



DE 10H00 AM À 15H00 PM



18285 RUE DE CHENONCEAU, MIRABEL



### LES COMMODITÉS



SALLE D'ÉVÈNEMENT



SALLE DE COWORKING



SALLE DE JEUX



SAUNA AU TOIT



PISCINE, SPA & SAUNA



TERRASSE & JARDINS



SALLE DE YOGA



PISCINE AU TOIT



SALLE D'ENTRAÎNEMENT



GOLF VIRUEL



CUISINE COMMUNE



TERRASSE AU TOIT

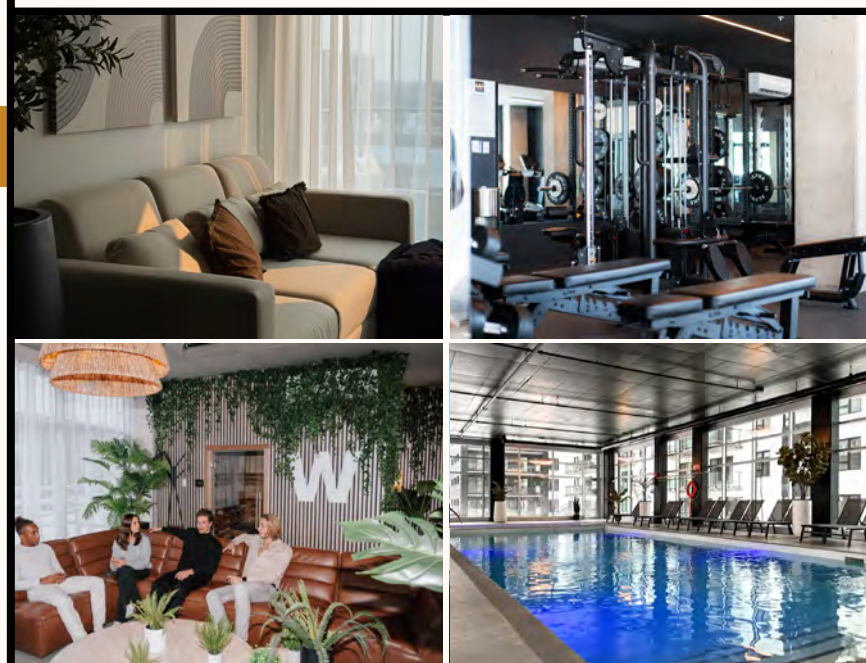
### LES INCLUSIONS

- Électricité
- Eau chaude
- Stationnement intérieur
- casier de rangement
- Balcon privé
- Habillage de portes/fenêtres
- Foyer électrique
- Wifi/Internet haute vitesse
- Chauffage et climatisation
- 7 électroménagers inclus

### CONFORT ET MODERNITÉ TOUT INCLUS

Espace W est un complexe de condos locatifs conçu selon les plus hauts standards de construction. Offrant un design élégant et des matériaux de qualité, chaque unité est pensée pour un confort optimal. Tout est inclus pour une tranquillité d'esprit : électricité, eau chaude, chauffage, climatisation, Wifi haute vitesse, 7 électroménagers, stationnement intérieur, casier de rangement, balcon privé et habillage de portes et fenêtres. Avec ses stationnements entièrement intérieurs pour limiter les îlots de chaleur, Espace W allie innovation, durabilité et bien-être au cœur de Cité Mirabel.

P048545-4\_11887



location@espacew.com | 579-477-7779 | www.espacew.com

18285 RUE DE CHENONCEAU, MIRABEL

Un projet réalisé par **RAY JUNIOR INVESTISSEMENT**



## PRODUIRE DANS UN CLIMAT INCERTAIN

### CHRISTOPHE GODON

christophe.godon@groupejcl.ca

#### Initiative de journalisme local

L'industrie acéricole québécoise est l'une des plus importantes au monde : le Québec produit près de 90 % du sirop d'érable canadien, exporté dans des dizaines de pays. Toutefois, la croissance et la stabilité de cette production sont étroitement liées aux conditions climatiques. La période d'entaillage, qui dépend d'un cycle précis de gel

et de dégel, devient de plus en plus imprévisible avec les variations climatiques actuelles.

Dans les Basses-Laurentides, où l'industrie touristique est fortement liée à la saison des sucres, ces fluctuations peuvent se traduire par des ouvertures plus hâtives ou plus tardives des cabanes et par une expérience de visite différente d'une année à l'autre. Dans un climat moins stable, les exploitants doivent adapter leurs opérations avec des tubulures plus performantes,

un ajustement des calendriers de récolte ou des investissements technologiques pour maintenir la qualité et les volumes.

#### REPENSER SES PRATIQUES

Au nord, les acériculteurs, plus orientés vers la production de volumes et la transformation, ont également dû repenser leurs pratiques. Les conditions climatiques influencent les rendements par entaille; l'industrie utilise des technologies avancées comme la tubulure sous vide, des concentrateurs à osmose et des évaporateurs performants pour maximiser l'efficacité malgré ces variations.

« L'érable rapporte plus à l'hectare qu'une coupe aux 30 ans, mais on a besoin du bois aussi », souligne Marc L'Heureux. Ceci illustre bien la réalité laurentienne : concilier économie, environnement et identité. Avec les changements climatiques, les forêts de conifères ont laissé davantage d'espace aux feuillus comme l'érable, transformant les paysages et les activités touristiques et industrielles.

L'adaptation de l'industrie n'est pas seulement technique : elle est aussi économique et territoriale. La gestion durable des érablières, la diversification des revenus (par les forestibles et les produits dérivés) et la structuration de projets régionaux deviennent des réponses incontournables face à un climat qui change. Dans les Laurentides, où tourisme et production coexistent, cette capacité d'adaptation pourrait bien définir l'avenir de l'industrie acéricole, entre tradition et résilience.

**FIER PARTENAIRE DE Laurentides j'en mange!**

Produits apprêtés avec le meilleur sirop doré au Québec 2025

Commanderie de l'Érable OR 2025 SIROP D'EXCEPTION

Aux saveurs du printemps PRODUITS D'ÉRABLE

- Cornets tire et beurre d'érable
- Tire d'érable
- Beurre d'érable et caramel
- Bonbons et fondants

EN VENTE ICI! -DE MIRABEL-

**IGA**

**Famille Girard**  
Chez nous, c'est différent!

@igagirardterreboune  
@igagirardblainville  
@igagirardstaugustin  
@igagirardbdf  
@igagirardstjanvier

www.igafamillegirard.com

**Festin du temps des sucres** LALANDE

DÈS LE 7 MARS

**CABANE À SUCRE LALANDE**

DU MERCREDI AU DIMANCHE  
RÉSERVEZ EN LIGNE!  
Chansonniers les fins de semaine

- Repas traditionnel
- Mini-fermette
- Feu extérieur
- Sentier pédestre
- Bar
- Boutique
- Boîtes gourmandes

862, montée Laurin, Saint-Eustache J7R 0J2  
450 473-3357 • info@lalande.ca

# LE TEMPS DES SUCRES À DEUX VISAGES

**CHRISTOPHE GODON** / christophe.godon@groupejcl.ca  
*Initiative de journalisme local*

Dans les Laurentides, l'érable a deux visages. Au sud, dans les Basses-Laurentides, il se célèbre en grand : cabanes festives, soupers thématiques, événements gourmands, lancement médiatisé du temps des sucres. L'érable y est spectacle, rassemblement, carte postale.

Plus on remonte vers le nord, plus le décor change. Les grandes tablées se font plus rares. À Brébeuf et dans la MRC des Laurentides, l'acériculture est d'abord une affaire de production. Tubulures discrètes à flanc de montagne, érablières en pente, barils empilés derrière la sucrerie : ici, l'érable coule moins sous les projecteurs que dans les évaporateurs.

Le maire de Brébeuf, Marc L'Heureux, le dit sans détour : « On n'a pas beaucoup de cabanes à sucre avec de grandes tablées comme dans les Basses-Laurentides. Par contre, nos tables champêtres et nos restaurants offrent des repas traditionnels du temps des sucres. »

Cette nuance est révélatrice. Le sud met en scène l'identité acéricole ; le nord en soutient la colonne vertébrale productive. Les deux réalités se complètent. L'encadrement des Producteurs et productrices acéricoles du Québec assure la stabilité des volumes, pendant que les restaurateurs transforment le sirop en expérience gastronomique.

Le maire soutient également que : « L'érable est essentiel pour l'industrie de la construction. Il ne faut pas oublier nos forestiers ». Dans cette tension entre vitrine et arrière-scène, la forêt demeure le socle commun. « La forêt, c'est notre parc industriel », image le maire.

Pour certains, la forêt est un lieu d'évasion, pour d'autres, plutôt un sentier pédestre, un garde-manger, un terrain de chasse ou un espace de production. L'érable laurentien vit donc sur deux tempos : celui de la fête et celui du travail, celui du tourisme et celui de la transformation. Ensemble, ils dessinent une économie enracinée dans le territoire.

## FORESTIBLES : UN MOTEUR ÉCONOMIQUE DÉLICIEUX

**CHRISTOPHE GODON** / christophe.godon@groupejcl.ca  
*Initiative de journalisme local*

Les érablières vont au-delà du sirop et des cabanes traditionnelles : on y trouve un écosystème forestier vivant, riche de produits jusque-là sous-valorisés. Dans le jargon de l'industrie, on parle de forestibles ou de produits forestiers non ligneux (PFNL) tels que les champignons sauvages, les petits fruits boisés, les plantes comestibles, les épices boréales et plusieurs autres. Ce volet de l'économie forestière gagne en importance, non seulement pour sa valeur culinaire, mais aussi pour son potentiel économique, culturel et touristique.

Pour structurer ce potentiel, plusieurs acteurs régionaux misent sur La Manufacture Laurentides, un incubateur et un accélérateur d'entreprises situé à Sainte-Agathe-des-Monts, spécialisé dans la transformation alimentaire. Ce hub offre aux entrepreneurs des espaces de production aux normes du ministère de l'Agriculture, des Pêcheries et de l'Alimentation du Québec, des services-conseils, du réseautage, de la cuisine commerciale « clé en main », ainsi que du coaching personnalisé et des formations pour développer, améliorer et commercialiser leurs produits.

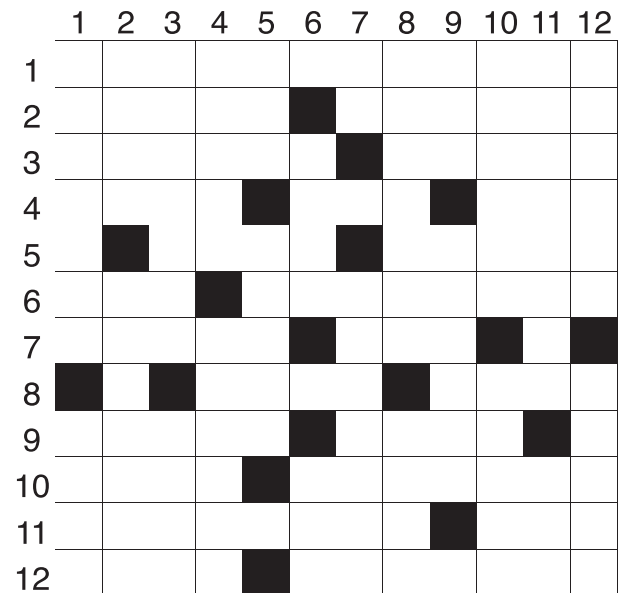
La Manufacture est devenue un lieu de convergence pour les entreprises qui cherchent à aller au-delà de l'érable pur : des transformateurs de champignons sauvages, des producteurs de petits fruits forestiers, de jeunes entreprises agroalimentaires et des projets émergents liés aux PFNL y trouvent un environnement d'appui propice à leur croissance. En 2024, la MRC des Laurentides a d'ailleurs lancé un Programme de soutien à l'innovation culturelle des PFNL, en partenariat avec La Manufacture, afin de stimuler l'émergence d'entreprises innovantes dans cette filière.

Cette dynamique est particulièrement évidente lorsque l'on compare les territoires nordiques et les Basses-Laurentides. « On peut récolter dans la forêt et la garder en santé », rappelle Marc L'Heureux. Là où le sud offre une expérience touristique complète autour de l'érable, le nord mise sur la production et la transformation diversifiée, intégrant l'érable, les forestibles et d'autres produits du terroir.

## MOTS CROISÉS

N° 966

P045872-9\_08290



### HORIZONTALEMENT

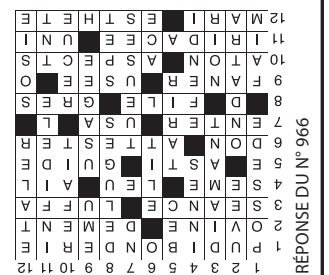
- Pruderie.
- Qui concerne les brebis — Fou.
- Réunion — Cucurbitacée grimpante.
- Quitte habilement — Monnaie moldave — Plante à bulbe.
- Blanc mousseux — Celui qui montre le chemin.
- Faveur — Témoigner.
- Assembler — Les États-Unis.
- Se sauve — Roche sédimentaire.
- Flétrir — Épointée.
- Disque solaire — Apparences.
- Le crocus en est une — Homogène.
- Homme marié

— Personne qui aime l'art.

### VERTICALEMENT

- Dominé par le diable — Fringale.
- Tunique de l'œil — Rat musqué.
- Pierre précieuse — Obscur.
- Qui viennent en naissant — Titre ottoman.
- Extrémité d'une flûte — Assécher.
- Nomme au pouvoir — Se dit au tennis.
- Notre-Dame — Elles enlèvent la vie.
- Pluies torrentielles — Poisson marin.
- Qui éprouve ou manifeste de l'émotion — Pas neuve.
- Remet en état — Accueillie.
- Qui manque à certains

engagements — Explosif.  
 12. Dérouler — Jumeau identique.



SEUL AU SOMMET

# JUSTIN CARBONNEAU S'AMUSE LORS DU LONG VOYAGE DE L'ARMADA

ÉMILIO CONSTANZA

econstanza@groupejcl.ca

L'Armada entame sa plus longue séquence de matchs sur la route cette saison. Peu importe l'amphithéâtre, Justin Carbonneau trouve le fond du filet. Il a déjà réussi deux tours du chapeau depuis le début de ce voyage dans l'est de la province et dans les Maritimes.

Le numéro 8 de l'Armada connaît de bons moments sur le plan individuel. Lors des deux premiers matchs d'une série de cinq à l'étranger, Carbonneau a inscrit six buts et ajouté une passe.

Il porte désormais son total à 48 buts cette saison, surpassant son sommet personnel établi l'an dernier à 46.

Il reprend ainsi les commandes de la course au trophée Mario-Lemieux, remis au meilleur buteur de la LHJMQ. Il était à égalité avec son homologue des Saguenéens, Maxim Massé. Les deux joueurs sont maintenant séparés par deux buts, à l'avantage du porte-couleurs de l'Armada.

Carbonneau demeure également le seul meneur à ce chapitre parmi les trois ligues juniors canadiennes. Cameron Schmidt, des Thunderbirds de Seattle (WHL), et Marek Vanacker, des Bulldogs de Brantford (OHL), dominent leur circuit respectif avec 41 et 42 buts.



Sébastien Gervais

Justin Carbonneau a surpassé sa récolte de buts de l'année dernière

## EN VAIN

Bien que les efforts de l'espoir des Blues de Saint-Louis aient permis au Blanc et Noir de l'emporter face à l'Océanic, le scénario a été différent dimanche, du côté de Charlottetown.

L'Armada a laissé filer une mince avance en troisième période contre les

Islanders et s'est inclinée 7-4.

## EN ATTENDANT LES JEUX DU QUÉBEC

Puisque le Centre d'Excellence Sports Rousseau accueille les tournois de hockey et les cérémonies, l'Armada est, en quelque sorte, relocalisée pour la semaine à venir.

La troupe d'Alexandre Jacques sera donc sur la route jusqu'au 6 mars. Elle affrontera les Sea Dogs et les Mooseheads d'Halifax avant de se mesurer aux puissants Wildcats de Moncton. L'Armada ne retrouvera son domicile que le 12 mars, lors de la visite du Drakkar de Baie-Comeau.

# LA RELÈVE EST EN ACTION DÈS MAINTENANT TOUT PRÈS DE CHEZ TOI!



## MONTE À BORD

#72 XAVIER VILLENEUVE



#9 BILL ZONNON

ARMADAHOCKEY.CA

#8 JUSTIN CARBONNEAU



## CENTRE OMÉGA

Les ateliers Jeux de mots invitent parents et enfants (6 mois à 12 ans) à stimuler le langage par le jeu. Deux intervenant(e)s partagent des outils concrets. Ateliers à la carte. 6 samedis, du 21 mars au 2 mai 2026, 9h à 11h, au Centre Oméga. De plus, ne manquez pas les ateliers Parents d'aujourd'hui : Superhéros?, qui s'adressent aux parents d'enfants du primaire et du 1er cycle du secondaire qui souhaitent améliorer leur relation, se sentir mieux outillés et échanger avec d'autres parents. Les samedis, 9h à 11h30, une fois par mois jusqu'à fin mai 2026. Info et inscription: centreomega.org.

## GROUPE HUMANOVA

Vous êtes à la recherche d'un emploi et habitez dans les Basses-Laurentides? Groupe Humanova vous aide gratuitement à vous outiller, à structurer vos démarches, à rédiger votre CV, à faire des simulations d'entrevue et à bâtir votre stratégie de recherche d'emploi. Contactez-nous: groupehumanova.ca, 450 435-5462.

## SOCIÉTÉ D'HORTICULTURE ET D'ÉCOLOGIE DE SAINTE-THÉRÈSE

La SHEST vous propose sa prochaine conférence le 10 mars. Nous recevrons Mélanie Massonnet qui nous parlera d'un potager engagé et des semis en santé. Êtes-vous prêts et prêtes à recevoir ces enseignements qui plairont à tous ceux et celles qui seront présents à cette conférence? Venez nous rejoindre! Lieu: Maison du citoyen, 37, rue Turgeon,

de 19h30 à 21h30. Coût: 10 \$ par conférence, gratuit pour les membres (carte de membre 25 \$, couple 40 \$). Aucune inscription nécessaire.

## DANSE DE L'ÂGE D'OR BOIS-DES-FILION

Le samedi 7 mars, 18h, sous le thème de la Saint-Patrick. Prix d'entrée: 20 \$/membre, 25 \$/non-membre. Au Chalet des citoyens, 30, montée Gagnon, Bois-des-Filion. Un souper buffet froid sera servi vers 18h15. Danses en ligne et sociales alterneront. Renseignements: Alain Barsalou au 514 947-8672 ou courriel alain.barsalou@videotron.ca.

## PARRAINAGE CIVIQUE BASSES-LAURENTIDES

Le Parrainage civique Basses-Laurentides est toujours à la recherche de nouveaux bénévoles. Devenez parrain ou marraine, un ami avec une personne vivant avec une déficience intellectuelle afin de créer une relation d'amitié de qualité! Renseignements : 450 430-8177.

## CLUB DES ASTRONOMES AMATEURS DE ROSEMÈRE

Voici les prochaines dates pour le Club des astronomes amateurs de Rosemère pour 2026: les 16 et 30 mars, les 13 et 27 avril, les 11 et 25 mai, ainsi que les 8 et 22 juin 2026. ROSEMÈRE sous les étoiles le 6 juin et remis au 13 juin si trop nuageux, sur le terrain de la maison Hamilton dès la tombée de la nuit. Les rencontres ont lieu à la maison Hamilton au 106, chemin de la Grande Côte, à Rosemère, à 20h. Renseignements: Janine au 450 430-8725.

## ASSOCIATION HORIZON ROSEMÈRE

La prochaine conférence de l'Association Horizon Rosemère (AHR) se tiendra le mercredi 18 mars, à 13h30, sous le thème « Zéro gaspi: pour réduire sa facture d'épicerie » par Florence-Léa SIRY, experte de la lutte au gaspillage alimentaire. Celle-ci partagera avec vous ses meilleurs trucs pour faire l'épicerie à petit prix, par la suite, elle vous présentera ses meilleures astuces pour cuisiner 100% des aliments, sans en gaspiller une bouchée. Vous ferez des économies considérables de temps, d'argent et d'énergie! Les conférences de l'AHR sont ouvertes à tous. Gratuites pour les membres, 5 \$ pour les non-membres. Centre Communautaire Memorial, 202 chemin Grande-Côte, Rosemère. Réservez dès maintenant votre place: 450 621-3500 poste 7390 ou asso@horizonrosemere.ca.

## CAPTCHPL

Lancement d'une bande dessinée. S'inspirant de leurs expériences personnelles, les membres ont participé à la création d'une bande dessinée percutante : « Vivre avec un traumatisme cranio-cérébral, REBÂTIR SA VIE UNE BRIQUE À LA FOIS », une œuvre qui illustre certains aspects d'une réalité particulière. Ils souhaitent la présenter et y offrir gratuitement un exemplaire au public le mercredi 18 mars, de 13h30 à 15h30, au Pavillon des loisirs de Saint-Jérôme (2105, rue St-Georges). Brevages, collations, stationnement gratuit et dédicaces. On vous y attend?

## Avis public

Régie des alcools, des courses et des jeux

### AVIS DE DEMANDES RELATIVES À UN PERMIS OU À UNE LICENCE

Toute personne, société ou association au sens du Code civil peut, dans les **trente jours** de la publication du présent avis, s'opposer à une demande relative au permis ou à la licence ci-après mentionné en transmettant à la Régie des alcools, des courses et des jeux un écrit sous affirmation solennelle faisant état de ses motifs ou intervenir en faveur de la demande, s'il y a eu opposition, dans les **quarante-cinq jours** de la publication du présent avis.

Cette opposition ou intervention doit être accompagnée d'une preuve attestant de son envoi au demandeur ou à son procureur, par courrier recommandé ou certifié ou par signification à personne, et être adressée à la **Régie des alcools, des courses et des jeux, 1, rue Notre-Dame Est, bureau 9.01, Montréal, (Québec) H2Y 1B6.**

NOM ET ADRESSE DU DEMANDEUR	NATURE DE LA DEMANDE	ENDROIT D'EXPLOITATION
Black Fly Beverage Company inc.	Demande de permis d'entrepôt (bière)	101, rue Henri-Bessemer
A/S M. Martin Kamil	aux fins de l'agent.	Bois-des-Filion (Québec) J6Z 4S9
847, Highbury ave N, Buildings 1/2 LONDON (Ontario) N5Y 5B8		
Dossier : 55-30-3516		

P04872-1\_11860

Québec

## AVIS DE FERMETURE

Avis est donné par la présente que l'organisme sans but lucratif

### MISSION ONE JIU-JITSU

a cessé définitivement ses opérations en octobre 2024. Le siège social de l'organisme était situé à Boisbriand. Le présent avis est publié à toutes fins que de droit. P048578-1\_04595

## AVIS DE CLÔTURE D'INVENTAIRE

À la suite du décès de Monsieur Arthur Raymond, né le 3 décembre 1937 et décédé le 21 décembre 2025, la loi exige la publication d'un avis de clôture d'inventaire dans un journal local.

Prenez note qu'aucune liquidation n'aura lieu, puisque le défunt ne possédait aucun inventaire à liquider.

Fait par la liquidatrice de la succession Madame Ann Raymond.

P048579-1\_12661

## SABOURIN, René 1943-2026

À Blainville, le 24 février 2026, à l'âge de 82 ans est décédé M. René Sabourin, fils de feu Orphila (Toto) Sabourin et de feu Cécile Cyr.

René est allé rejoindre, dans la lumière, son amie de cœur Réjeanne qui l'a précédé.

Il laisse dans le deuil : son petit-fils de cœur Gabriel, son cousin et frère de cœur Gilles (Gaetane), sa petite-cousine et proche aidante Nathalie (Jacques) ainsi que son petit-cousin Daniel (Céline). Il laisse également dans le deuil son bénévole, Yvon Perreault (Ginette), ses amis de chasse et de pêche, ainsi que de nombreux autres parents et amis.

La famille recevra les condoléances le jeudi 5 mars à compter de 11h, au Complexe Funéraire Goyer, 105 boul. Desjardins Est, Sainte-Thérèse, 450-473-5934.

Une cérémonie religieuse aura lieu ce même jour à 13 h en la chapelle du complexe et sera suivie de l'inhumation au cimetière de Sainte-Thérèse, 30 rue Coursol, Sainte-Thérèse.

Vos marques de sympathie peuvent se traduire par des dons à la Fondation Groupe Santé Arbec (CHSLD Michèle-Bohec).



P048661-1\_06009

Fiers partenaires de notre agenda communautaire



## SOCIÉTÉ BLAINVILLE D'HORTICULTURE

Conférence en présentiel à venir: le 19 mars, 19h30, Les plantes design pour votre environnement intérieur. (Nicholas Bourgeois). Nombreux prix de présence et pause-café. Admission: 15 \$ et + (gratuite pour les membres). Devenez membre pour aussi peu que 15 \$ /1 an (résidents de Blainville). Renseignements: 438 773-0128, info@sbh-blainville.ca.

## CERCLE DE FERMÈRES DE BLAINVILLE

Le Cercle de Fermières de Blainville vous invite à son exposition annuelle qui se

tiendra le samedi 11 avril et le dimanche 12 avril, de 10h à 16h, au local 201 de la Maison des Associations, 1001 chemin du Plan-Bouchard à Blainville.

## ATELIERS INFORMATIQUES - CLUB FADOQ DE SAINTE-THÉRÈSE

Les ateliers informatiques offerts par le Club FADOQ de Sainte-Thérèse, Laurentides. Encore quelques places disponibles: Facebook/Messenger, début le 24 avril, Cybersécurité, début le 27 avril, Je me familiarise avec Excel, début le 16 avril et À la découverte de Word, début le 14 mai. Pour obtenir plus d'informations

et pour vous inscrire, visitez notre site web ([fadoqsth.com/ateliers3.html](http://fadoqsth.com/ateliers3.html)) ou téléphonez au 1 877 429-5858, poste 459. Veuillez laisser vos coordonnées et un formateur communiquera avec vous.

## ASSOCIATION PULMONAIRE DU QUÉBEC – GROUPES D'ENTRAIDE VIRTUELS

Vous êtes concernés par une maladie pulmonaire? L'Association pulmonaire du Québec vous invite à participer à des conférences/capsules éducatives gratuites offertes par des professionnels et périodes de partage. Bienvenue aux membres de la famille et aux proches aidants. Groupe – Maladies pulmonaires: le mardi 10 mars, de 13h30 à 15h, conférence « L'alimentation et les bactéries intestinales: vos alliés pour une santé pulmonaire! » avec Andréanne Martin, B.Sc, nutrition, auteure et conférencière; et le mardi 24 mars, de 13h30 à 15h, conférence « Yoga du rire » avec Sylvie Dagenais-Douville, maître formatrice professionnelle de Yoga du Rire. Groupe – Apnée du sommeil: le lundi 23 mars, de 19h à 20h30, soirée Q&R avec Judith Soulière, inhalothérapeute (ne sera pas enregistrée). Inscription: <https://poumonquebec.ca/programmes-et-services/groupes-entraide/>.

## CROIX-ROUGE THÉRÈSE-DE BLAINVILLE

La Croix-Rouge secteur Thérèse-De Blainville est à la recherche de bénévoles pour participer à ses activités de soutien et de réconfort lors de sinistres (incendies, inondations, etc.) sur son territoire. Pour devenir bénévole: [croixrouge.ca/benevolat](http://croixrouge.ca/benevolat) ou composez le 1 844 540-5410.

## EADA

Groupe de soutien psychologique et spirituel pour les Enfants Adultes de famille Dysfonctionnelle ou Alcoolique, s'appuyant sur les Douze Étapes de la Fraternité des AA. Nous y brisons certaines règles néfastes apprises dans notre enfance, dont la loi du silence à propos de ce qui s'est produit dans notre famille. De plus, nous apprenons à ressentir et à identifier nos émotions, à faire confiance aux gens présents à la réunion et à respecter l'anonymat des partages. Se pourrait-il qu'un jour nous arrivions à vivre pleinement notre vie d'adulte? Le vendredi, de 19h à 21h, groupe EADA Ste-Thérèse, 56, rue Turgeon, Sainte-Thérèse, J7E 3H5, 2e étage, stationnement et porte à l'arrière. Information EADA — Internet: [www.eada.qc.ca](http://www.eada.qc.ca), répondeur: 514 990-0901.



Ville de LORRAINE

### APPEL D'OFFRES PUBLIC

TP2026-37

#### TRAVAUX DE STABILISATION DE TALUS DE LA PLACE DE MIRECOURT

La VILLE DE LORRAINE demande des soumissions pour les travaux de stabilisation de talus de la place de Mirecourt, à Lorraine.

Les documents d'appel d'offres peuvent être consultés ou obtenus auprès du Système électronique d'appel d'offres du gouvernement du Québec (SEAO), à partir du mercredi 4 mars 2026, selon les modalités et les coûts indiqués sur le site du SEAO à l'adresse suivante : [www.seao.ca](http://www.seao.ca).

#### RÉCEPTION

Les soumissions, présentées dans des enveloppes scellées et intitulées SOUMISSION TP2026-37 – Travaux de stabilisation de talus de la place de Mirecourt, doivent parvenir, en version papier seulement, à l'adresse indiquée ci-dessous AVANT ONZE HEURES (11 H), LE MERCREDI 1<sup>ER</sup> AVRIL 2026, où elles seront ouvertes publiquement :

Services juridiques et greffe  
Hôtel de ville de Lorraine  
33, boulevard De Gaulle  
Lorraine (Québec) J6Z 3W9

Les soumissions doivent se conformer aux instructions des documents de soumission. La Ville de Lorraine ne s'engage à accepter ni la plus basse ni aucune des soumissions reçues, et ce, sans obligation d'aucune sorte envers les soumissionnaires.

Donné à Lorraine, le 4 mars 2026.

Me Audrey-Anne David  
Assistante-greffière

P048589-1\_01584



**Forfaits funéraires**  
les moins chers de la région  
à partir de **1 145\$** + tx  
(arrangements préalables disponibles)

**Salle d'exposition**

**Crématel**

*Funérailles économiques*

**16, rue de la gare, St-Jérôme • crematel.com • 450 431-7700**



AVIS D'APPEL D'OFFRES  
Date d'émission : 4 mars 2026

## Boisbriand

### OBJET : CONTRAT NO 2026-2455, SE RAPPORTANT CONSTRUCTION D'UN CHALET ET AMÉNAGEMENT – PARC DES BERGES

Les travaux du présent appel d'offres se décrivent comme suit :

- Construction d'un nouveau chalet de parc au parc des Berges, incluant le déplacement du chalet existant;
- L'ensemble des travaux d'aménagement extérieur ainsi que l'installation d'un système sceptique.

Les soumissions sous pli cacheté portant le numéro de contrat ci-haut mentionné devront être reçues avant 11 h 00, heure locale, le 31 mars 2026 à l'adresse suivante :

VILLE DE BOISBRIAND  
Service juridique et greffe  
940, boulevard de la Grande-Allée, bureau 120  
Boisbriand (Québec) J7G 2J7

Les soumissions seront ouvertes publiquement le 31 mars 2026 à 11 h, heure locale.

Toutes les conditions pertinentes sont décrites dans les documents d'appel d'offres qui doivent être obtenus par l'entremise du système électronique d'appel d'offres (SEAO) au [www.seao.gouv.qc.ca](http://www.seao.gouv.qc.ca).

Seules seront acceptées les soumissions provenant d'un entrepreneur ou d'un fournisseur ayant un établissement au Québec ou qui ont un établissement dans un territoire visé par un accord intergouvernemental de libéralisation des marchés applicable à la Ville.

La Ville de Boisbriand ne s'engage à accepter aucune des soumissions reçues, ni à encourir aucune obligation ni aucun frais d'aucune sorte envers le ou les soumissionnaire(s).

M<sup>e</sup> Alexia Salvatore LL.B., J.D., LL.M.  
Conseillère juridique  
Service juridique et greffe  
Ville de Boisbriand  
Le 4 mars 2026  
2026.13

P048523-1\_01574

## AVIS PUBLICS



Les avis publics ci-dessous décrits sont disponibles sur le site Internet de la Ville de Boisbriand au [boisbriand.ca](http://boisbriand.ca) et sont affichés au babillard de l'hôtel de Ville situé au 940, boulevard de la Grande-Allée.

### Approbation et entrée en vigueur du règlement suivant :

- Règlement RV-1791 abrogeant le Règlement RV-1732 (travaux de remplacement du bassin de condenseur à l'aréna).

### Audition d'une demande de dérogation mineure le 10 mars 2026 :

- Demande 2601-DM-529 – 900, rue Hector-Lanthier.

### Audition d'une demande d'autorisation de démolition le 11 mars 2026 :

- Bâtiments situés au 223, chemin de la Côte Sud.

### Dépôt du sommaire du rapport de dépenses électorales d'un parti politique autorisé et des rapports d'un candidat indépendant autorisé – Élections générales 2025

2026.10  
2026.11  
2026.12

P048777-1\_01574



**Blainville**  
inspirante

## AVIS PUBLIC SOMMAIRE DU RAPPORT DE DÉPENSES ÉLECTORALES D'UN PARTI POLITIQUE AUTORISÉ ET DES RAPPORTS D'UN CANDIDAT INDÉPENDANT AUTORISÉ

Élections générales du 2 novembre 2025

Nom du candidat et de l'agent officiel	Rapport de dépenses électorales	
	Total des dépenses électorales faites ou autorisées	Date de réception
<b>MAIRIE (26 577,10 \$)*</b>		
Diane Lemelin Action Citoyens Blainville (Anne-Marie Tougas, agente officielle)	5 977,22 \$	27/01/2026
Liza Poulin Vrai Blainville – Équipe Liza Poulin (Denis Michaud, agent officiel)	20 320,47 \$	14/01/2026
<b>DISTRICT NO 1 (3 618,86 \$)*</b>		
Guylaine Beaudoin Action Citoyens Blainville (Anne-Marie Tougas, agente officielle)	994,54 \$	27/01/2026
Marie-Claude Perron Vrai Blainville – Équipe Liza Poulin (Denis Michaud, agent officiel)	2 766,94 \$	14/01/2026
Robert Gagnon Candidat indépendant autorisé	221,31 \$	17/11/2025
<b>DISTRICT NO 2 (3 347,54 \$)*</b>		
Sonia Toulouse Action Citoyens Blainville (Anne-Marie Tougas, agente officielle)	991,74 \$	27/01/2026
David Malenfant Vrai Blainville – Équipe Liza Poulin (Denis Michaud, agent officiel)	2 559,48 \$	14/01/2026
<b>DISTRICT NO 3 (3 417,24 \$)*</b>		
Nathalie Ducharme Action Citoyens Blainville (Anne-Marie Tougas, agente officielle)	914,66 \$	27/01/2026
Jade Laporte Vrai Blainville – Équipe Liza Poulin (Denis Michaud, agent officiel)	2 612,74 \$	14/01/2026
<b>DISTRICT NO 4 (3 413,16 \$)*</b>		
Asmae Benamer Action Citoyens Blainville (Anne-Marie Tougas, agente officielle)	1 097,76 \$	27/01/2026
Philippe Magnenat Vrai Blainville – Équipe Liza Poulin (Denis Michaud, agent officiel)	2 609,65 \$	14/01/2026
<b>DISTRICT NO 5 (3 623,96 \$)*</b>		
Ruth Milius Action Citoyens Blainville (Anne-Marie Tougas, agente officielle)	995,70 \$	27/01/2026
Francis Allaire Vrai Blainville – Équipe Liza Poulin (Denis Michaud, agent officiel)	2 770,82 \$	14/01/2026
<b>DISTRICT NO 6 (3 485,58 \$)*</b>		
Ramy El-Kassis Action Citoyens Blainville (Anne-Marie Tougas, agente officielle)	929,24 \$	27/01/2026
Nicole Ruel Vrai Blainville – Équipe Liza Poulin (Denis Michaud, agent officiel)	2 665,03 \$	14/01/2026

<b>DISTRICT NO 7 (3 531,14 \$)*</b>		
Alfredo Munoz Action Citoyens Blainville (Anne-Marie Tougas, agente officielle)	975,76 \$	27/01/2026
Patrick Marineau Vrai Blainville – Équipe Liza Poulin (Denis Michaud, agent officiel)	2 699,82 \$	14/01/2026
<b>DISTRICT NO 8 (3 499,18 \$)*</b>		
Sylvain Héroux Action Citoyens Blainville (Anne-Marie Tougas, agente officielle)	987,36 \$	27/01/2026
Stéphane Bertrand Vrai Blainville – Équipe Liza Poulin (Denis Michaud, agent officiel)	2 675,44 \$	14/01/2026
<b>DISTRICT NO 9 (3 505,98 \$)*</b>		
Josée Deschesnes Action Citoyens Blainville (Anne-Marie Tougas, agente officielle)	1 077,66 \$	27/01/2026
Michèle Murray Vrai Blainville – Équipe Liza Poulin (Denis Michaud, agent officiel)	2 680,64 \$	14/01/2026
<b>DISTRICT NO 10 (3 590,98 \$)*</b>		
Nick Carfagnini Action Citoyens Blainville (Anne-Marie Tougas, agente officielle)	1 135,79 \$	27/01/2026
Marie-Claude Collin Vrai Blainville – Équipe Liza Poulin (Denis Michaud, agent officiel)	2 745,65 \$	14/01/2026
<b>DISTRICT NO 11 (3 298,24 \$)*</b>		
Jérôme Plantevin Action Citoyens Blainville (Anne-Marie Tougas, agente officielle)	981,20 \$	27/01/2026
Nathalie St-Laurent Vrai Blainville – Équipe Liza Poulin (Denis Michaud, agent officiel)	2 521,81 \$	14/01/2026
<b>DISTRICT NO 12 (3 308,78 \$)*</b>		
Frédéric Labelle Action Citoyens Blainville (Anne-Marie Tougas, agente officielle)	983,43 \$	27/01/2026
Jean-François Pinard Vrai Blainville – Équipe Liza Poulin (Denis Michaud, agent officiel)	2 529,90 \$	14/01/2026

\* Montant maximal des dépenses électorales permis par la *Loi*

Toute personne peut examiner les rapports ainsi que les documents qui les accompagnent et en prendre copie pendant les heures normales d'ouverture de bureau de la Municipalité.

\_\_\_\_\_  
Ville de Blainville  
Municipalité

\_\_\_\_\_  
Marie France Potvin, trésorière

\_\_\_\_\_  
26/02/2026  
Date

### Remarque

- Les candidats indépendants non autorisés n'ont aucun rapport à produire.

C.C. Direction du financement politique d'Élections Québec (par courriel seulement)

# PETITES ANNONCES

Par Internet : petitesannonces@groupejcl.ca

Un seul numéro  
450 974-2244

## AVIS À NOS ANNONCEURS

L'article 242 de la Loi sur la protection du consommateur stipule que: «AUCUN COMMERÇANT NE PEUT, DANS UN MESSAGE PUBLICITAIRE, OMETTRE SON IDENTITÉ ET SA QUALITÉ DE COMMERÇANT.»

Nos annonceurs se doivent de publier leurs annonces en conformité avec cette loi. Veuillez noter que la responsabilité des journaux L'ÉVEIL et NORD INFO se limite à une insertion d'une annonce erronée. Nous vous demandons de bien vérifier votre annonce dès la première parution.

Trouvez ce que vous recherchez en quelques clics!



Pour afficher une offre d'emploi 450

**472-3440**

poste 335

### 205 - Logement appart à louer

ST-JÉRÔME : 4-1/2 haut duplex, 5 minutes hôpital. Juillet. 1,025\$/mois. 450-438-6463

STE-THÉRÈSE, 285 rue Lavoie, beau grand 4-1/2 rénové. Stationnement, locker, cabanon. Endroit tranquille. Non-fumeur. Pas d'animaux. LIBRE. 1,470\$/mois. 450-662-9933

### 324 - Articles chasse et pêche

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

### 415 - Massothérapie | Soins thérapeutiques

NATHALIE HOUDE : massothérapeute, Blainville. Lundi au jeudi 10h-16h. Reçu. 514-249-5663

### 440 - Déménagement | Transport

#### DÉMÉNAGEMENT

Déménagement D. Touchette depuis 1978. Petits ou gros déménagements et entreposage. Service 7 jours. Assurance. 450-430-1408

### 442 - Constructions | Rénovations | Réparations

**CORMIER CONSTRUCTION** : Ouvrage général, béton/ciment. Fissures de solage (membrane), brique, pierre, bloque. Réparation et refecton balcons/trottoir, crépi. 40 ans d'expérience. Estimation gratuite! 514-212-6577

# QUAND LA TOXICOMANIE PREND TOUTE LA PLACE

faites les premiers pas  
Québec (418) 524-0320  
Montréal (514) 939-0202  
www.portage.ca

**PORTAGE**  
Pour vaincre la toxicomanie

### 484 - Services divers

**438-862-5335 RÉNOVATION** : s.d.b., balcon, cuisine, portes, moulures, pose plancher flottant/céramique, peinture, pose de gypse, tirage de joints. PLOMBERIE.

BOIS-DES-FILION : Massage détente jour. 438-373-4894

**CRC INC. HOMME À TOUT FAIRE**, plus de 35 ans d'expérience. Rénovation général, restauration, ancestral. Spécialité ébénisterie, menuiserie. Intérieur/extérieur. Concept sur demande. 514-433-1997

**DÉTENTE COMPLÈTE POUR HOMME** : Adapté à vos besoins. Daniel 450-560-1849 Reçu. Ste-Adèle

### 680 - Conc. entretien sécurité

CONCIERGE RÉSIDENT. 5 immeubles à proximité (style loft). Salaire flexible. Loyer à discuter selon expérience. Environ 20h/ semaine possibilité de plus. 450-712-9797

### 845 - Prières remerciement

REMERCIEMENT à St-Jude pour faveur obtenue S. C.

## LES ÎLOTS DE STE-THÉRÈSE

229-249 RUE SICARD & 33 RUE MAYER

P045582-1\_01559

## APPARTEMENTS À LOUER

EAU CHAUDE INCLUSE  
STATIONNEMENT, PISCINE

3 1/2 et 4 1/2

INFORMATION

450. 435. 0360

La pauvreté ne devrait pas être une condamnation à vie.



Un don, espoir pour la vie



1-877-288-7441 - ArmeeduSalut.ca

P048561-1\_06006

Joignez-vous à notre équipe et faites rayonner votre côté **Coutu!**

**Contrôleur(e)  
Comptabilité**

Comme Cindy « **Coutu** », comptable **discrète**

Depuis plus de 35 ans, notre organisation place l'humain, la rigueur et la collaboration au cœur de ses opérations. Chaque membre de notre équipe contribue directement à la qualité de notre service et à la santé financière de nos succursales.

#### Notre promesse :

Veiller au bien-être de chacun comme à celui d'un membre de notre famille.

#### Ton rôle

Nous cherchons un(e) contrôleur(e) responsable de l'ensemble du cycle comptable pour nos cinq succursales Jean Coutu et nos entreprises liées.

Tu assureras la précision, la conformité et la fiabilité des données financières qui soutiennent nos opérations.

#### Responsabilités principales

- Produire et analyser les états financiers mensuels
- Vérifier et valider les écritures comptables (ventes, salaires, fournisseurs, dépôts)
- Effectuer et superviser les conciliations bancaires
- Préparer et transmettre les déclarations TPS/TVQ
- Gérer les comptes à payer et les paiements fournisseurs
- Accompagner et soutenir les commis comptables

#### Profil recherché

- BAC en comptabilité ou expérience connexe pertinente
- Rigueur, souci du détail, capacité d'analyse
- Autonomie, efficacité, sens de l'organisation
- Capacité à travailler sous pression
- Connaissance du commerce de détail (atout important)
- Maîtrise de Sage ou logiciel comptable similaire

Ce que nous valorisons

- Travail d'équipe
- Leadership positif, capacité à mobiliser
- Présence calme, fiable et structurante
- Alignement naturel avec nos valeurs :

Bien-être — Humanité — Professionnalisme — Incomparable

Période de jumelage et transition

Afin d'assurer une intégration optimale :

Juin · Juillet · Août 2026 → jumelage complet, transfert structuré des dossiers

Septembre 2026 → autonomie totale recherchée

Cette période permet :

- une compréhension progressive du cycle comptable complet
- une intégration harmonieuse avec les commis et gestionnaires
- un transfert clair des particularités de nos 5 succursales et entreprises liées

Pourquoi te joindre à nous ?

- Environnement stable, humain et accueillant
- Équipe engagée et loyale
- Organisation structurée, fière de plus de 35 ans d'histoire
- Culture où l'on travaille sérieusement... sans se prendre trop au sérieux

Intéressé(e) ?

Envoie-nous ta candidature.

Nous avons hâte de rencontrer la personne qui se joindra à notre grande famille.

446, boul. Arthur-Sauvé, St-Eustache 450 473-2751  
113-3003, ch. d'Oka, Ste-Marthe-sur-le-Lac 450 473-4641  
578, boul. Arthur-Sauvé, St-Eustache 450 473-2711  
509 ch. d'Oka, Deux-Montagnes 450 473-4541  
10, 8e avenue, Deux-montagnes 450 735-2605

apoirier@pj.cjeancoutu.com



**VOLTIGEURS**  
POULET DE GRAIN  
POUR FONDUE CHINOISE

**8<sup>99</sup>\$**  
200G

**PRIX CHOC**



**DU BRETON**  
BACON  
BIOLOGIQUE

**9<sup>99</sup>\$**  
250G

**PRIX CHOC**

**ÉCONOMISEZ SUR VOTRE SANTÉ**

Valide jusqu'au 28 mars 2026

PROFITEZ TAUTALEMENT  
DE NOS OFFRES AVEC  
LA CARTE TAUTALE!



**SILK**  
BREUVAGES SANS LACTOSE  
NI PRODUITS LAITIERS

**8<sup>99</sup>\$**  
600G

**PRIX CHOC**



**RIVIERA**  
YOGOURT À BOIRE  
FRUITS REVALORISÉS

**5<sup>99</sup>\$**  
946G

**PRIX CHOC**



**TAU**  
SAUCE POUR PÂTES  
BIOLOGIQUE

**6<sup>99</sup>\$**  
600ML

**PRIX CHOC**



**TAU**  
PÂTES  
BIOLOGIQUES

**2/6\$**

**PRIX CHOC**



**SAP SUCKER**  
BOISSON À BASE D'EAU  
PÉTILLANTE

**2/4\$**  
355ML

**PRIX CHOC**



**CHEF WOO**  
RAMEN À BASE DES PLANTES  
BIOLOGIQUES

**2/6\$**  
71G

**PRIX CHOC**



**NEW CHAPTER**  
VIGUEUR DE CURCUMA

**39<sup>99</sup>\$**  
120COMP.

**PRIX CHOC**



**CONFIDENT HEALTH**  
COLLAGÈNE HYDROLISÉ

**15<sup>99</sup>\$**  
300-315G

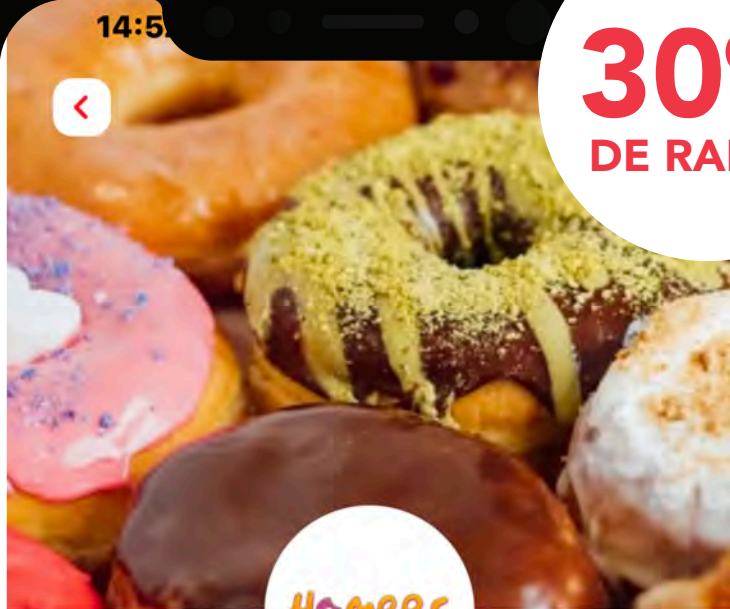
**PRIX CHOC**

**ZONE CIRCULAIRES**

NORD.INFO.COM, 4 mars 2026 Page 53

# rabaischocs

**30%  
DE RABAIS**



Homers Blainville

Certificat cadeau de 20\$

13.5 KM

BASSES-LAURENTIDES

RESTAURANTS

14\$ 20\$ • 30%

Quantité disponible

83

Condition

Prenez un certificat cadeau de Homers Blainville pour un montant de 20\$.

Ces certificats sont cumulables afin de vous permettre d'obtenir plus de réductions.

1



**ACHETEZ DÈS  
MAINTENANT !**

**HEY!**

Voici un mode de paiement simple, facile et convivial. Ces bons d'achat sont cumulables et sans restriction !

**NOUVEAUTÉ**

**Certificat cadeau de 50\$**

Jack Saloon Laval

50\$ pour **30\$**

Basses-Laurentides

**NOUVEAUTÉ**

**Certificat cadeau de 20 \$**

Les Fripes du Relais

20\$ pour **10\$**

Basses-Laurentides

**Certificat cadeau de 50 \$**

Maison du Décor Boisbriand

50\$ pour **35\$**

Basses-Laurentides

**NOUVEAUTÉ**

**Certificat cadeau de 50\$**

Barbies Resto Bar Grill de Blainville

50\$ pour **35\$**

Basses-Laurentides

**Certificat cadeau de 25\$**

Topla Blainville

25\$ pour **17\$50**

Basses-Laurentides

**Thérapie manuelle 60 minutes**

Salle de sport Kinelite Blainville

100\$ pour **50\$**

Basses-Laurentides



**OTE FAIBLE**



**Certificat cadeau de 500 \$**

Thermo-Stat Blainville

**500\$** pour **350\$**

Basses-Laurentides

**NOUVEAUTÉ**




**Certificat-cadeau de 25 \$**

Scores Vimont

**25\$** pour **16<sup>25</sup>\$**

Basses-Laurentides

**NOUVEAUTÉ**




**Certificat cadeau de 100\$**

Boutique Mags à Rabais Inc.

**100\$** pour **70\$**

Basses-Laurentides



**Certificat cadeau de 25\$**

Friperie La Faluppa

**25\$** pour **10\$**

Basses-Laurentides



**Parcours 12 à 17 ans**

**Hébertisme - Parc du Domaine Vert**

**3622\$** pour **17\$**



**Remplissage bouteille d'eau**

Boutique PÜR Blainville

**50\$** pour **25\$**

Basses-Laurentides

**NOUVEAUTÉ**




**Certificat cadeau de 50\$**

Kitchen 73 Mirabel

**50\$** pour **35\$**

Basses-Laurentides

**OTE FAIBLE**




**Abonnement 1 an**

Pm Fitness Inc Blainville

**824<sup>88</sup>\$** pour **325\$**

Basses-Laurentides

**OTE FAIBLE**



**Certificat cadeau de 100\$**

Microtel Inn & Suites Boisbriand

**100\$** pour **50\$**

Basses-Laurentides



Exclusivement en ligne sur [rabaischocs.com](http://rabaischocs.com) et sur l'application mobile



Vivez  
Mirabel  
autrement

# Ferrövia

CONDOS LOCATIFS - MIRABEL

LIVRAISON  
AUTOMNE  
2026



Nouvelle phase en construction

## CONDOS LOCATIFS

(secteur St-Janvier)

3½ et 4½ disponibles

Garage souterrain et ascenseur  
À deux pas de la gare de Mirabel

[ferroviamirabel.com](https://ferroviamirabel.com)

450 350.0039

