

Accès

LE

Journal des
Pays-d'en-Haut

ÉPREUVES DE SLOPE STYLE ET BIG AIR



ANTOINE TRUCHON

WISE LE PODIUM EN CHINE

PAGE 27

PERSONNALITÉ
ÉDITH BUTLER
PAGE 4

CHRONIQUE D'UN X
LE DINER DE CONS
PAGE 5

CHRONIQUE 55+
STRESS DE NOËL
PAGE 20

CHANTAL
IASENZA Avocate
& médiatrice
familiale



26, ave Filion, Saint-Sauveur T 450 227.7004 C 514 978.4048



CLINIQUE
Maigrir en Santé

Perdez
20, 30 ou 40 livres
rapidement et sans avoir faim :

diète aux protéines ou basses-calories

Nous vous proposons une solution efficace et durable.

Suivi assuré par des professionnels de la santé



1130, boul. Ste-Adèle • 450 229-1551 • 1 888 853-9898 • www.cliniquemaigririnsante.ca
Aussi bureaux à Montréal, Ste-Foy, Lévis, Charlesbourg, St-Hyacinthe, Longueuil, Laval, Repentigny, Chicoutimi, Gatineau et Trois-Rivières



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



30% RABAIS

Lumières NOMA au del multicolores

à partir de
59.99\$

70% RABAIS

151-0311

Abres fibre optique 4'

29.99\$
Rég. : 99.99\$

50% RABAIS

Personnages gonflables

à partir de
34.99\$

VASTE SÉLECTION DE JOUETS!



40% RABAIS

028-8717

Huile F1 synthétique

26.39\$
Rég. : 43.99\$

50% RABAIS

030-4434

Balais à neige

9.99\$
Rég. : 19.99\$

60% RABAIS

040-5030

Bâche économique

2.94\$
Rég. : 7.98\$

TOUT POUR VOTRE VÉHICULE!



JUSQU'À 80% RABAIS

076-2893

Valises assorties

39.99\$
Rég. : 229.99\$

60% RABAIS

175-8584

Manteau YUKON *

*Quantité limitée

49.99\$
Rég. : 129.99\$

10% RABAIS

Vaste sélection d'armes à feu

VISITEZ NOTRE BOUTIQUE CHASSE ET PÊCHE AVEC LES MEILLEURS MARQUES

HUNTSHIELD
Abu Garcia

Bushnell
Bertley

60
REALTREE

BROWNING
SHIMANO

ROCKY
RAPALA

QUANTUM

GERBER
LOWRANCE

WINCHESTER
HUMMINBIRD

Remington
LUCKY STRIKE

FEDERAL
PREMIUM
BERETTA

Nikon



OFFERT SEULEMENT AU CANADIAN TIRE STE-AGATHE-DES-MONTS
50, BOUL. NORBERT-MORIN
STE-AGATHE-DES-MONTS 819-326-8900

OFFRES EN VIGUEUR DU

23 au 29 novembre 2017

www.canadiantire.ca



SAINTE-MARGUERITE-DU-LAC-MASSON

La Guignolée s'en vient

ML – Au mois de septembre, les abeilles de la Guignolée des Voisins des 4 Collines de Sainte-Marguerite s'affairaient déjà à préparer des mets savoureux en vue de l'événement qui prendra place les 2 et 3 décembre.

Grâce à vos dons, toutes sortes de jolies créations artisanales utiles et d'idées-cadeaux ont été créées et seront mises en vente, en plus de succulents mets, tartes et desserts variés.

Grand choix de CD, DVD, livres en échange de dons. Deux paniers-cadeaux seront tirés en prix de présence.

Grâce à votre générosité, les bénévoles dévoués pourront aider plusieurs familles et leur permettre de passer un agréable Noël.

Hôtel de ville, 88, chemin Masson, de 10 h à 15 h le 2 déc. et de 10 h à 13 h le 3 déc.



SAINTE-ADÈLE

AGA pour l'environnement

Accès – À l'occasion de leur assemblée générale annuelle, les organismes Action Environnement Lac Sainte-Adèle (AELSA) et la Société de protection foncière de Sainte-Adèle (SPFSA) se proposent de réfléchir aux projets qui afficheront Sainte-Adèle comme une ville où vivre en harmonie avec l'environnement est une valeur partagée et mise de l'avant. « Les projets annoncés rendront notre ville encore plus attrayante et entraîneront une augmentation de la population. Il faut voir à notre environnement dans cette perspective sociale; planifier un développement respectueux de la nature, stimulant un art de vivre qui intègre tranquillité et vitalité », ont souligné les organismes. Les membres d'AELSA, de la SPFSA et toute personne intéressée à participer à cette réflexion sont invités dès 9 h 30, le 26 novembre prochain, à la salle du Conseil de ville, au 1386, rue Dumouchel à Sainte-Adèle.



L'OMBRE-ELLE

Conférence sur la violence conjugale

TG – Est-ce de la chicane de couple ou de la violence conjugale? Pour le savoir, L'Ombre-Elle vous invite à une conférence sur : Et si c'était plus que de la chicane ? Cette conférence ouverte à tous, se tiendra à la salle communautaire Mont-Rolland, au 1200, rue Claude-Grégoire, à Sainte-Adèle le 28 novembre à 19 h. Celle-ci se déroule dans le cadre des 12 jours d'action contre la violence faite aux femmes et reçoit l'appui de la municipalité de Sainte-Adèle qui se proclame « alliée contre la violence conjugale » dans sa communauté. L'Ombre-Elle est une maison d'aide et d'hébergement pour femmes victimes de violence conjugale et leurs enfants qui accueille, dans un milieu de vie sécurisant et de ressourcement, les femmes et leurs enfants afin qu'elles identifient leurs besoins et y trouvent réponse.

Infos: 819 326-1321. www.lombrelle.qc.ca.



SAINTE-ADÈLE

Premier bain de foule de Nadine Brière

Accès – La Maison Wilfrid-Grignon de Sainte-Adèle a reçu la mairesse ainsi que son conseiller Robert Bélisle, responsable du district 3.

Les objectifs pour la nouvelle mairesse sont, entre autres, de faire de Sainte-Adèle un endroit privilégié pour le plein air, ses sentiers, ses montagnes et ses parcs.

Le complexe sportif reste un enjeu de taille ainsi que le projet de La Rolland. Mme Brière a proposé de montrer les plans une fois que le projet de La Rolland sera plus avancé. Un projet qui devrait débuter en 2018.

Tous sont très impatients d'en savoir et d'en voir davantage. Pour les membres de la direction de Wilfrid-Grignon, il est important d'impliquer et de tenir informés les gens en invitant les personnes de l'extérieur à venir rencontrer les résidents.



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

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

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

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

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

*Taxes en sus

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

*Taxes en sus

Mercedes-Benz



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

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



PHOTO : JULIEN FAUGÈRE

ÉDITH BUTLER

NOTRE RAYONNANTE ACADIENNE PURE LAINE !

MARTINE LAVAL – Édith Butler est notre Acadienne nationale! On aime son authenticité, sa fougue, son énergie... et elle est si drôle! Née en juillet, sa couleur préférée est le jaune qu'elle utilise abondamment dans son environnement, telle la lumière qu'elle irradie tout autour d'elle. Elle sera au théâtre Gilles Vigneault le dimanche 3 décembre à 15 h, avec sa joie de vivre, les chansons de son nouvel album et toutes celles qu'on aime déjà !

DEPUIS TOUTES CES ANNÉES OÙ VOUS CHANTEZ L'ACADIE, COMMENT SE PORTE-T-ELLE À VOS YEUX AUJOURD'HUI?

Elle se porte extrêmement bien et de mieux en mieux! Quand j'ai commencé à chanter il y a plus de cinquante ans, les gens ne connaissaient pas l'Acadie, et ceux qui la connaissaient pensaient à l'Acadie ancienne, dans les frontières du Nouveau-Brunswick, de la Nouvelle-Écosse et de l'Île-du-Prince-Édouard. Aujourd'hui, l'Acadie est très large. Il y a tout un mouvement acadien qui s'est formé au cours des années. Seulement au Québec, on est au-dessus de 4 millions de descendants d'Acadiens. C'est cette ancienne Acadie d'exil qui est devenue de plus en plus grande et importante. Je chantais dernièrement dans Lanaudière, à Saint-Côme, et la salle était remplie d'Acadiens! J'ai appris qu'ils étaient là depuis deux siècles, que leurs ancêtres avaient été déportés dans le Massachusetts, mais qu'ils étaient remontés à travers les forêts, avaient traversé le fleuve quelques années plus tard pour rentrer au pays. Lanaudière est surnommée la nouvelle Acadie tellement ils sont nombreux.

C'EST QUOI LA CULTURE ACADIENNE? TANT DE JEUNES ARTISTES ACADIENS ÉMERGENT DANS LA MUSIQUE, LA COMPOSITION, TELLE UNE NOUVELLE VAGUE QUI DÉFERLE DANS LA CULTURE QUÉBÉCOISE!

Les Acadiens, c'est la musique, c'est le conte! C'est la façon de faire. La joie de vivre. Fred Pellerin, c'est un Acadien qui conte ses histoires comme les anciens les contaient. Lisa Leblanc, les Hay Babies, Carole Savoie, c'est ça aussi! Pas de

falbalas. Les Acadiens entrent par l'ancienne façon de faire, c'est-à-dire d'être vrai. Y'a pas de *show-business* autour. Les jeunes font ça à leur façon, avec l'influence de leur folklore traditionnel. Ils sont authentiques et fidèles à leurs racines, à leur peuple, à eux-mêmes.

COMMENT VIVEZ-VOUS VOTRE VIE DE TOUS LES JOURS ÉDITH?

Lorsque je ne fais pas de spectacle, je travaille beaucoup dehors. J'ai une grande terre de 125 acres. Hier, j'ai coupé un arbre, je l'ai bûché et je l'ai cordé. Il m'a donné environ une corde et demie de bois. Je suis très musclée pour une femme de mon âge (75 ans). J'ai une méchante paire de bras. J'ai mon tracteur avec une pépinière, alors je charrie de la terre, je fais mes chemins, je creuse des trous, je déplace des pierres. Je fais tout toute seule! Les rares fois où je n'ai pas le choix d'engager du monde, je m'énervais parce qu'ils ne font pas ça comme moi je le ferais.

IL Y A EU LA SORTIE DE VOTRE BIOGRAPHIE ÉCRITE PAR VOTRE GRANDE AMIE ET COMPLICE LISE AUBUT, PUIS VOTRE DERNIER DISQUE *LE RETOUR* POUR LEQUEL VOUS ÊTES ENCORE EN TOURNÉE. Y A-T-IL D'AUTRES PROJETS DANS L'AIR?

Y'en a tout le temps, mais je prends mon temps depuis que j'ai été malade. Je ne force pas la note. Avant, je faisais un album par année et je travaillais fort, mais mon cancer m'a vraiment calmée. Je jouis de la vie chaque jour. Je suis devenue un peu comme Félix Leclerc : l'été, il écrivait des

poèmes et faisait du fromage. L'hiver, il lisait ses poèmes et mangeait son fromage (rire). Pour moi, l'été, je coupe mon bois, pis l'hiver, je le brûle (rire encore). Au printemps, je prépare le terrain, je plante les fleurs. L'été, j'entretiens tout ça, je coupe mon gazon. À l'automne, faut tout ramasser et ranger. Pis l'hiver, je construis des instruments de musique!

PARDON ??

Je prends des boîtes de métal à biscuits et à gâteaux aux fruits de toutes sortes, de toutes formes et de toutes grosseurs, je mets un manche, des cordes et j'appelle ça mes instruments de *plink e plink*. (J'entends d'ici la chose... et on rit aux éclats). Quand les gens me demandent de donner quelque chose pour les encans pour une bonne cause, je leur envoie un de mes instruments. Vous seriez étonnée, mais ça monte vraiment haut le prix, parce que c'est original. Quand les boîtes sont grosses, le son est plus *base* et quand elles sont petites, ça fait plus un son de ukulélé.

QU'EST-CE QUE JE DIS À VOTRE PUBLIC DES LAURENTIDES?

Dites-leur qu'il y a beaucoup d'humour! (Pour ça, je la crois!) Je raconte des histoires sur ma vie et c'est drôle! Y a des choses tellement comiques! J'ai aussi de la musique extrêmement touchante et tendre... Et mes musiciens sont tellement bons et beaux à regarder. Vous allez avoir du *fun*! Vous allez rire... et pleurer aussi peut-être...

www.edithbutler.net

Le plus GRAND REGROUPEMENT d'optométristes
au nord de **Saint-Jérôme**



Dre Josée Corbeil



Dre Emmanuelle Bédard



Dre Christine Larivière



Dre France Nadeau



À votre service
depuis 1994

GRATUIT

VERRES QUI TEINTENT
AU **SOLEIL**
(VALEUR DE 130\$)



À L'ACHAT D'UNE LUNETTE COMPLÈTE

DÉTAILS EN MAGASIN

OPTOMÉTRISTES



info@centrevissuel.net
908, chemin du Lac-Écho | Prévost (Québec) J0R 1T0

450.224.2993





Chronique d'un X

PAR JEAN-CLAUDE TREMBLAY

jctremblayinc@gmail.com



LE DÎNER DE CONS

Bonjour chers amis, aujourd'hui dans la chronique *Un X dans le frigo*, je vous parle des ingrédients essentiels dont vous aurez besoin, pour bien réussir votre recette. Alors, il vous faudra : des charlatans à l'imagination fertile; des enfants rois qui n'aiment pas qu'on lève le ton; des journalistes subjectifs, plus verts que les bananes du supermarché; une délégation d'humoristes opportunistes, qui ignorent le mot solidarité; quelques accommodements et une libération, aux apparences déraisonnables.

N.B.: Histoire de bien monter la sauce au cynisme qui va accompagner votre plat, mettez-y de l'abuseur. Utilisez du vrai S.V.P. Je sais que c'est un ingrédient qui se fond parmi d'autres, mais il apportera cette fameuse saveur *Umami* tant convoitée.

Au moment d'écrire ces lignes, le monde entier semble être l'hôte d'un grand bal organisé pour célébrer la reine *Médiocrité*. C'est dans l'ordre des choses, je suppose, étant donné que l'humain doit aller aux extrêmes, avant de revenir au centre. Néanmoins, les plats que l'on nous sert ces jours-ci sont dignes d'un festin de fond de ruelle – où la *mort-aux-rats* brille par son absence.

Des individus qui romancent leur vie, et hypnotisent le monde pour vous transformer

en cheval, c'est trompeur. Un pape imbu du privilège des ondes, qui méprise et personnalise ses attaques dans la complaisance, c'est pathétique. Un groupe hermétique qui sans nuances jette le bébé avec l'eau du bain, pour servir ses propres intérêts, c'est catastrophique. Quelques rois élevés dans la ouate de leur palais-couffin, qui salissent des réputations et brisent des vies, sous la tutelle de pseudo-journalistes qui n'ont ni enquêté ni réfléchi aux conséquences, c'est carrément dangereux.

Pour demeurer dans le thème culinaire de cette semaine, savez-vous quels ingrédients ont en commun ces histoires? Les voici : La peur, l'égoïsme, l'ignorance, l'opportunisme, le manque de compassion, de jugement et ultimement – le besoin de se faire voir et entendre... à tout prix. Personnellement, j'ai un peu peur que cette turbulence masque les vrais cas d'agression, qui, faut-il le rappeler, doivent être dénoncés. Je crains que l'humain s'insensibilise, au point où le discernement n'aura sa place que dans un poussiéreux Almanach du peuple.

UN SUPERALIMENT ANTI-EXTRÉMISTE : LE « GRIS »

Certes, se faire crier après est offensant, mais ce n'est pas nécessairement du harcè-

lement psychologique. Se faire masser les épaules n'est pas forcément de l'agression sexuelle. Se faire humilier une fois n'est pas automatiquement de l'intimidation. Étiqueter sans recul, sans s'informer, sans analyse ni sens de la critique : c'est une forme d'extrémisme sur fond noir, ou blanc. Vivement le gris : une saveur nuancée, un aliment bourré d'espoir.

Cautionner la chasse aux *Sicottes* (une sorte d'agneau du Québec braconné pour son cri vif et son statut) crée un dangereux précédent et nourrit le sensationnalisme. Comme me disait un ami, québécois d'adoption et français d'origine : « Si les élans passionnels et les débordements émotifs sont les principaux critères de harcèlement, alors il faudra foutre la plupart des Français en prison ! »

À la fin, si nous condamnons et emprisonnons au moindre soupçon, il ne restera plus grand monde en liberté. À part peut-être quelques émissaires de générations à venir, qui bien emmitoufflés dans leur confort virtuel, régneront sur le royaume du *JE*, assis seuls devant leurs écrans à communiquer via caméra, la singulière importance du *MOI*.

Dans un monde où on pourra bientôt voir des gens se doper tranquillement sur le tarmac,

juste avant de prendre l'avion avec sur eux une lame de 6 centimètres, légale au nom de la religion - vous vous ferez arrêter aux douanes en tentant de passer avec votre dangereuse bouteille d'eau. Non, ce n'est pas un concept culinaire abstrait émanant d'un jeune chef tatoué, c'est bien le futur menu table d'hôte d'un restaurant nommé *Chez Vous*.

Entre tout ça et la libération du *Vaillancourt d'Amérique*, on peut comprendre pourquoi le cynisme est à son paroxysme, et le *Nantel* menacé d'extinction. Malgré tout résistons à la tentation et demeurons aux aguets, en montant scrupuleusement la garde, aux portes de nos esprits respectifs et collectifs.

Ayons la rigueur intellectuelle de la question, l'intelligence émotionnelle de la compréhension et la bienveillance de la compassion. Surtout, ayons la clairvoyance de ne pas se laisser berner par ce festin social pas très édifiant - tout cela fait ombrage à la beauté humaine. Résistons et créons plutôt notre propre banquet, ou discernement et lucidité seront nos principaux invités.

P.-S. Pour tous les autres, vous recevrez éventuellement une invitation à votre propre dîner, un mercredi soir.

► **ENEZ GRATTER
JUSQU'À 25%
DE RABAIS EN
BOUTIQUES!**
3 jours seulement
Du 23 au 25 novembre 2017

ESPACE PLOMBERIUM.com
SPÉCIALISTE EN PRODUITS DE PLOMBERIE DE QUALITÉ

1075 Boul. du Grand-Héron, Saint-Jérôme **1 888 806-2318**
10, Montée Masson, Mascouche **450 474-3881**
4595 Autoroute 440 O, Laval **514 370-5511** (Nouvelle Boutique)
9150 boul. de l'Acadie, Montréal **514 385-1212**
1452 rue Bélanger, Montréal **514 729-1821**



**Le temps des Fêtes arrive! N'attendez plus!
Achetez vos produits dès maintenant et
impressionnez vos invités.**

LE MOLKOSAN POUR UNE SANTÉ DE JOUR EN JOUR

Pour le **Dr. A. Vogel** naturopathe, le **Molkosan** est la base de toute supplémentation. Pour lui, le Molkosan est un aliment favorisant la santé globale. À prendre au quotidien, il devient un allié précieux pour vous soulager de plusieurs maux et problèmes de santé.

Molkosan est un produit unique d'**A. Vogel**. Il s'agit d'un concentré de petit-lait frais préparé selon un procédé spécial de fermentation.

En usage interne :

Molkosan agit comme un probiotique et normalise la fonction intestinale :

- Utile pour les flatulences
- Les problèmes d'assimilation des nutriments
- La constipation
- Rétablir la flore intestinale suite à un traitement antibiotique
- Favorise la croissance des bonnes bactéries dans l'intestin



Molkosan stimule l'estomac en lui rendant son pH acide naturel :

- Tant pour l'hypochlorhydrie (acidité trop faible dans l'estomac)
- Que pour l'hyperacidité, les brûlements d'estomac et les gastrites

Molkosan normalise le métabolisme, servant d'adjuvant inestimable pour tous les troubles du métabolisme :

- Cholestérol
- Obésité
- Résistance à l'insuline
- Arthrite
- Rhumatisme, etc.

Les utilisateurs de Molkosan s'en servent principalement pour :

- Traiter l'indigestion
- Atténuer les ballonnements
- Accroître l'absorption des suppléments et vitamines
- Neutraliser les effets indésirables de certains médicaments sur l'intestin (ex. antibiotiques)
- Purifier l'organisme
- Éliminer le gras corporel superflu
- Traiter la constipation
- Soulager des selles douloureuses

Molkosan en externe :

- Utile pour nettoyer les petites plaies et abrasions (dilué dans l'eau 1 :4)
- Soulage les piqûres d'insectes (tel quel)
- Le pied d'athlète (imbiber une ouate et laisser toute la nuit)
- Lotion tonique et exfoliante pour le visage, pour eczéma et autres problèmes de peau (sur un tampon d'ouate mouillé)
- Solution de rinçage pour les cheveux ou le corps (dilué 1 :10 dans l'eau)

**Le Molkosan
Le supplément préféré
du Dr. A. Vogel**

>1404052

Vogel St-Jérôme
450 432-3388

VOGEL
SOURCE DE SANTÉ

Actualité

PROCHAIN BUDGET FÉDÉRAL

Le député David Graham veut connaître les attentes

ACCÈS – Afin de préparer son 3^e budget fédéral, le ministre des Finances a demandé aux députés de lui transmettre les attentes de leurs commettants. David Graham consulte maintenant la population, les élus et les organismes socioéconomiques directement sur le terrain afin de prendre le pouls de la situation.

LE DÉPUTÉ DE LAURENTIDES-LABELLE VEUT CONNAÎTRE VOS OPINIONS.

« J'invite mes concitoyens à partager avec moi leurs attentes pour la région. Depuis l'élection, je fais de nombreuses représentations au sujet des besoins de notre région. À la fin de l'année 2016, j'avais adressé au ministre des Finances une liste des besoins et des demandes locales en vue du deuxième budget de notre gouvernement. J'en ferai de même pour ce troisième budget », a exprimé M. Graham qui, au lendemain des élections de 2015, avait entrepris une vaste tournée de toutes les municipalités de sa circonscription.

PRINCIPALES DEMANDES

Déjà, les gens veulent un accès universel et équitable à un service Internet haute

vitesse en région, des subventions pour aider les petites collectivités à maintenir leurs infrastructures déjà existantes, à développer de nouvelles infrastructures communautaires et récréatives pour contribuer à la qualité de vie locale, l'Assurance-emploi plus accessible aux travailleurs saisonniers, des programmes pour accroître le support fédéral aux organismes communautaires, le pouvoir aux municipalités de contrôler la navigation sur les plans d'eau, et un soutien à la protection des lacs contre les algues envahissantes.

« Je rappelle au ministre que Laurentides-Labelle est une circonscription située en région. Et que les régions ont des besoins spécifiques et criants. Mais pour rencontrer ceux-ci, nous avons peu de moyens. Les



David Graham, député
de Laurentides-Labelle.

citoyens et décideurs de ma circonscription comptent sur le nouveau gouvernement canadien pour les appuyer dans leurs initiatives. Et ce ne sont pas les idées et les projets qui nous manquent. Nous en avons amplement pour améliorer notre sort », a martelé le député David Graham.

À cet effet, les citoyens de Laurentides-Labelle peuvent communiquer avec le bureau du député au 1 844 750-1650 ou à david.graham@parl.gc.ca.

Vous êtes diabétique de type 2 avec syndrome métabolique?



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

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

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

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

Pour obtenir de l'information additionnelle :



ÉLECTIONS MUNICIPALES ERRATUM

ACCÈS – Dans l'édition du 8 novembre 2017 d'Accès LE Journal des Pays-d'en-Haut, une erreur s'est glissée, dans l'article en page 15 intitulé Sept municipalités sur 10 changent de maire.

Dans la municipalité de Morin-Heights, le candidat élu au poste de conseiller #6 est bien Jean-Pierre Dorais, candidat sortant et non Michael Latour comme indiqué dans la version papier. Toutes nos excuses.

La Rédaction

SAINTE-AGATHE-DES-MONTS

La 7^e récolte de céréales est débutée!

ACCÈS – La collecte de céréales est de retour pour une septième année. Ce concept unique au monde permet à plusieurs centaines d'enfants de profiter d'un bon petit déjeuner pour commencer leur journée.



Laurent St-Amour et Yanik St-Jean de Pièces d'auto Ste-Agathe qui ont ramassé plus 1400 boîtes de céréales l'an dernier.

Il y a sept ans, Gilles St-Amour du Club Richelieu s'est adressé à feu Jacqueline McDonald afin de savoir comment il pouvait l'aider dans ses projets de préparation de Noël. Elle lui a donc demandé de lui apporter des boîtes de céréales, une denrée que les gens ne pensent pas nécessairement à donner aux organismes communautaires

pour leurs préparations de paniers de Noël. En discutant par hasard avec M. St-Amour, Nadia Bédard a lancé la collecte avec la participation de plusieurs entreprises de la région. Depuis, la collecte est de plus en plus importante au fil des années et profite de l'implication grandissante des commerçants. Cette année, toutes les boîtes de

céréales récoltées sont remises aux banques alimentaires Sainte-Agathe-des-Monts, Val-David, Val-Morin, Lantier, Val-des-Lacs et Sainte-Lucie, qui les distribuent aux gens dans le besoin.

« Il est certain que nous sommes tous très sollicités à cette période de l'année. Mais il est important, si nous en avons les moyens, de faire une différence dans la vie des autres. C'est la septième année que je m'implique et c'est toujours aussi gratifiant, surtout en sachant que plusieurs enfants débiteront la journée avec le ventre plein grâce à notre implication », explique Yanik St-Jean, Pièces d'auto Ste-Agathe, qui participe à la collecte depuis le tout début.

Plusieurs commerces et organismes de la Chambre de commerce du Grand Sainte-Agathe s'unissent pour cette septième année. Jusqu'au 8 décembre 2017, les gens peuvent apporter des boîtes de céréales,

de gruau et des céréales pour bébés aux endroits suivants :

Chambre de commerce
du Grand Sainte-Agathe (gare)
Pièces d'auto Ste-Agathe
Lebeau vitres d'autos
GuyAni Coiffure
Club aquatique Ste-Agathe
Club de patinage artistique
de Sainte-Agathe
Centre de santé Metamorfit
Assurances La Turquoise
H2 Lab

CHRISTINE MAILLARD D.O.
Ostéopathe
SERVICE À DOMICILE DISPONIBLE
Membre de la société des
Ostéopathes du Québec
Reçus d'assurances disponibles
SUR RENDEZ-VOUS 450 227-1083
31, rue du Dauphin Saint-Sauveur J0R 1R4

MEPHISTO M
chaussures d'exception
Maintenant disponible !
Bélanger
LABORATOIRE ORTHÉSISTES
1052, RUE VALIQUETTE,
SAINTE-ADELE (QUÉBEC) J8B 2M3
(450) 229-7433
LABORATOIREBELANGER.CA

**VENEZ CÉLÉBRER
LA SORTIE DU LIVRE
LE SOMMELIER,
C'EST VOUS!**

JACQUES ORHON
Avec la collaboration de Caroline Chagnon

**Le sommelier
c'est vous!**

SERVIR,
DÉGUSTER ET
HARMONISER
LES VINS
COMME
UN PRO

UN GUIDE
D'INCHAS
DE PLUS DE
300
VALSURES
SÉRIES

**LE SAMEDI 2 DÉCEMBRE DÈS 14 H
À LA LIBRAIRIE L'ARLEQUIN
4, RUE LAFLEUR SUD, SAINT-SAUVEUR**

DÉDICACES, ÉCHANGES ET DÉGUSTATION
EN COMPAGNIE DE JACQUES ORHON

Librairie
L'ARLEQUIN

LIBRAIRIE
L'HOMME

S'offrir la beauté d'ici...

**Le Noël des
Métiers d'art**
Sainte-Agathe-des-Monts
Laurentides

ÉDITION 2017

1^{er} décembre : 16 h à 20 h • 2 et 3 décembre : 10 h à 17 h

Place Lagny
2, rue Saint-Louis

**1 888 326-0457
www.vsadm.ca**

CE SERA UN
VENDREDI TOUT FOU
 TOUT FLAMME!
 🔥 DU 23 AU 27 NOV. 🔥



SAMSUNG Galaxy S7 **SAMSUNG Galaxy A5**

LES MEMBRES OBTIENNENT
 DES OFFRES AU

H&M **STARBUCKS® ET+**

VENEZ DISCUTER AVEC NOS EXPERTS
 DE NOS OFFRES D'ENFER!

STE-AGATHE-DES-MONTS
 217, rue Principale
 819 326-6000

Virgin mobile
 C'EST BIEN MEILLEUR
 QUAND ON EST MEMBRE

Images de Samsung : © 2017 Samsung Electronics Canada Inc. Tous droits réservés. Samsung et Samsung Galaxy sont des marques déposées ou des marques de commerce de Samsung Electronics Co., Ltd., utilisées avec leur permission. La marque de commerce VIRGIN et la famille de marques associées sont la propriété de Virgin Enterprises Limited et sont utilisées sous licence. Toutes les autres marques de commerce sont des marques de commerce de leurs propriétaires respectifs. © 2017 Virgin Mobile.

Actualité

12 JOURS D'ACTION CONTRE LA VIOLENCE FAITE AUX FEMMES

Le RFL souligne l'importance de la campagne

ACCÈS – Dans un contexte où les dénonciations publiques se multiplient, le Réseau des femmes des Laurentides (RFL) tient à souligner l'importance de la campagne annuelle *12 jours d'action pour l'élimination des violences envers les femmes*, qui se déroulera du 25 novembre au 6 décembre prochain.

Pendant ces 12 jours d'action, des femmes et des hommes de partout au Québec se mobilisent afin de sensibiliser la population à l'ensemble des violences envers les femmes et afin de poser des actions concrètes pour éliminer ce fléau. Des activités sont organisées dans chacune des régions et il est possible de consulter le calendrier en ligne.

« Quand on pense aux violences envers les femmes, on pense d'emblée, et avec raison, à la violence conjugale. Mais il existe d'autres formes de violence et c'est pourquoi cette année, on met de l'avant la violence systémique. Cette dernière permet de dénoncer le fait que les inégalités et les discriminations envers les femmes s'exercent dans tous les domaines de la vie, que ce soit autant en santé, en éducation, au travail, au niveau économique, dans la sphère juridique ou dans la vie familiale », affirme Vicky Langlais, coordonnatrice du Réseau des femmes des Laurentides.

TOUJOURS D'ACTUALITÉ

La campagne des 12 jours d'action s'amorce le 25 novembre, proclamé par l'ONU Journée internationale pour l'élimination de la violence à l'égard des femmes, et culmine lors de la Journée nationale de commémoration et d'action contre la violence

faite aux femmes, le 6 décembre, commémorant le meurtre de 14 jeunes femmes en 1989 à l'École Polytechnique de Montréal.

Tous les 6 décembre, les drapeaux sont mis en berne sur les bâtiments fédéraux. La population est aussi invitée à porter le ruban blanc et à observer une minute de silence afin de commémorer les 14 victimes de Polytechnique et de prendre des engagements pour enrayer la violence faite aux femmes.

« La violence envers les femmes reste malheureusement une problématique d'actualité et il importe de poursuivre la sensibilisation à tous les niveaux », conclut Vicky Langlais.

À noter

Le Réseau des femmes des Laurentides (RFL) est un regroupement régional qui rassemble et représente vingt-et-un groupes et comités de femmes de la région des Laurentides. L'organisme travaille avec ses membres à améliorer les conditions de vie des femmes dans une perspective féministe d'égalité entre les sexes et de justice sociale.



David Graham
 député fédéral • Laurentides—Labelle

D'ICI, POUR ICI

80A boul. Norbert-McCrim (route 117),
 Sainte-Agathe-des-Monts J8C 2V8
 819-326-4724

424, rue du Pont, Mont-Laurier J9L 2R7
 819-440-3091

1-844-750-1650
 david.graham@parl.gc.ca • www.davidgraham.ca
 /daviddebgraham

À votre service
 Mon équipe et moi sommes à votre service. N'hésitez pas à nous communiquer vos questions, préoccupations et commentaires, notamment à propos des programmes de la Sécurité de la vieillesse ou du Supplément de revenu garanti, de l'Allocation canadienne pour enfants, de l'Assurance-emploi, de la Citoyenneté et de l'immigration, de l'Agence du Revenu, de tous dossiers et services fédéraux ou toutes initiatives communautaires et économiques. Nous sommes là pour vous accompagner au besoin.

UN DÉFILÉ DE NOËL MAGIQUE

La Vallée s'illumine depuis 20 ans!

ISABELLE HOULE – La Vallée des étoiles brillera de mille feux pour les festivités de Noël le 2 décembre prochain avec son Grand défilé du père Noël et la Tournée des chefs au cœur du village de Saint-Sauveur.

PHOTO: ISABELLE HOULE



Le grand défilé du père Noël, présenté par la Famille Jasmin du IGA Extra de Saint-Sauveur, célèbre sa 20^e année. La première édition est née d'une idée de Guy Pelletier, propriétaire de l'entreprise Au pays des géants. Il a créé un partenariat avec le journal Accès, devenu Accès LE Journal des Pays-d'en-Haut.

« On célébrait notre premier Noël en tant que nouveau journal. C'était grandiose avec des marionnettes géantes et des lumières dans le ciel. C'était une forme de publicité pour nous en même temps. On voulait faire un gros wow avec ça! Ça nous a rapprochés aussi de la communauté d'affaires. J'ai déjà fait la Fée des étoiles! », affirme



Josée Pilotte et Mary-Josée Gladu, cofondatrices du journal Accès il y a 20 ans, ont participé en grand au défilé de Noël.

Josée Pilotte, propriétaire d'Accès LE Journal des Pays-d'en-Haut.

Repris par la suite par Pierre Urquhart et la Chambre de commerce et de tourisme de la Vallée de Saint-Sauveur, l'événement est devenu, au fil des ans, de plus en plus gros, attirant aujourd'hui près de 25 000 personnes.

IMPRESSIONNANTS TABLEAUX

Chars allégoriques, lutins, mascottes et fanfare défilent au cœur du village. Cette année, la Fée des étoiles sera nulle autre que

Lili-Ann De Francesco. Le vrai père Noël, du Village du père Noël de Val-David, viendra bien sûr saluer les enfants. Il sera également disponible sur la scène McGarrigle après pour les rencontrer et recevoir leur liste de souhaits.

Le départ est à 18 h 30 au coin des rues Monette et Principale. Le premier tableau passe devant le Rona Dagenais aux environs de 19 h et le père Noël arrive devant l'église aux environs de 19 h 45.

LA TOURNÉE DES CHEFS

À partir de 10 h ce même jour, sur la scène McGarrigle, les festivités débiteront avec la Tournée des chefs, Goûtez le Québec au IGA Extra de Saint-Sauveur Famille Jasmin jusqu'à 12 h. Le chef animateur Yoann Duroy sera sur la scène pour concocter et faire déguster des recettes à partir de produits québécois sous la thématique du temps des Fêtes. Le plaisir se déplace ensuite au parc Georges-Filion de 13 h à 19 h. Yoann Duroy, accompagné du chef Benjamin Alarie et de la chef Éliane Neveu, mettra sa passion de l'avant afin de cuisiner des plats et de les faire goûter aux spectateurs. Animation, arts et musique seront au rendez-vous toute la journée.

ICI PAS DE CACHETTES!



AU PREMIER RANG DES VUS INTERMÉDIAIRES POUR LA QUALITÉ INITIALE, DEUX ANNÉES SUR TROIS AUX É.-U.

SORENTO 2018

FINANCEMENT À PARTIR DE

73\$
/SEMAINE

ACOMPTE DE 2550\$ ET BONI DES FÊTES 750\$ INCLUS*

0%

84 MOIS



AU PREMIER RANG DES VOITURES COMPACTES POUR LA QUALITÉ INITIALE AUX É.-U.

FORTE 2018

FINANCEMENT À PARTIR DE

41\$
/SEMAINE

ACOMPTE DE 0\$ ET BONI DES FÊTES 2000\$ INCLUS*

*CERTAINES CONDITIONS S'APPLIQUENT. DÉTAILS EN CONCESSION. PHOTOS À TITRE INDICATIF. 364 SEMAINES. *SUR MODÈLES SÉLECTIONNÉS

5 ANS /GARANTIE 100000 KM
/ASSISTANCE ROUTIÈRE KM ILLIMITÉS

- GARANTIE COMPLÈTE
- 100% TRANSFÉRABLE
- GARANTIE SUR LE GROUPE MOTOPROPULSEUR
- ASSISTANCE ROUTIÈRE PARTOUT EN AMÉRIQUE DU NORD



Le pouvoir de surprendre

KIA DES LAURENTIDES
ST-JÉRÔME

1 833 589-0559 • KIALAURENTIDES.COM

2352, BOUL. DU CURÉ-LABELLE, ST-JÉRÔME • 117 NORD - SORTIE 45

STAR
LES DERNIERS JEDI
WARS
EXCLUSIVEMENT EN SALLE

Un Vendredi fou épique

Du 23 au 27 novembre

Il n'y a jamais eu de meilleur moment
pour profiter d'offres épiques.



la vie est **Bell**

Pour obtenir des conseils d'experts
sur notre incroyable sélection de
produits et services, visitez :

STE-AGATHE-DES-MONTS
217 rue Principale
819 321-0265

ST-SAUVEUR-DES-MONTS
153, rue Principale
450 240-0701

Les offres se terminent le 27 novembre, 2017. © 2017 & ™ Lucasfilm Ltd. Samsung Galaxy S8 et Samsung Galaxy Tab E sont des marques de commerce de Samsung Electronics Co., Ltd. Utilisé au Canada sous licence.

PRIX HOMMAGE BÉNÉVOLAT-QUÉBEC

Faire rayonner les personnes d'exception

ACCÈS – Le ministre de l'Emploi et de la Solidarité sociale, François Blais, a lancé, le 9 novembre 2017, la période de mise en candidature pour la 21^e édition des prix Hommage bénévolat-Québec. La distinction est remise par le gouvernement du Québec à des bénévoles et des organismes afin de souligner leur engagement et leur contribution hors du commun.



La ministre des Relations internationales et de la Francophonie et ministre responsable de la région des Laurentides, Christine St-Pierre, ainsi que M. Blais ont confié à plusieurs personnes reconnues pour leur engagement dans leur communauté le rôle de porte-parole. Chez nous, on parle notamment de Renée Arsenault de l'Entraide bénévole des Pays-d'en-Haut, de Danielle Corbeil, directrice générale à l'Entraide bénévole des Pays-d'en-Haut et de Dominique Chartrand, directrice générale du Centre d'action bénévole Laurentides. Leur mission sera de mieux faire connaître les prix pour inciter le plus grand nombre de personnes à soumettre une candidature.

« Les bénévoles et les organismes qui les soutiennent œuvrent sans relâche afin d'apporter de l'aide et du réconfort à ceux qui en ont besoin. J'invite la population à les remercier et à reconnaître leur apport essentiel à la société en soumettant leur candidature pour la 21^e édition des prix Hommage bénévolat-Québec », soutient François Blais, ministre de l'Emploi et de la Solidarité sociale.

« Notre région a la chance de compter sur de nombreux bénévoles et organismes dont

les actions ont des retombées bénéfiques pour la communauté. Afin de souligner leur dévouement, j'incite la population à soumettre des candidatures pour cette distinction prestigieuse », ajoute

Christine St-Pierre, ministre des Relations internationales et de la Francophonie et ministre responsable de la région des Laurentides.

À savoir

Il est possible de soumettre des candidatures dans trois catégories : Jeune bénévole – prix Claude-Masson, qui souligne l'engagement bénévole de personnes âgées de 14 à 35 ans, Bénévole, qui rend hommage à des personnes de 36 ans ou plus, et Organisme, qui vise à reconnaître l'action d'organismes à but non lucratif qui soutiennent l'engagement bénévole au sein de leur communauté. De plus, un prix spécial sera remis à un ou une jeune bénévole pour son apport dans le domaine de la communication.

La période de mise en candidature prendra fin le 5 décembre, Journée internationale des bénévoles. La cérémonie de remise des prix aura lieu au printemps 2018. Pour obtenir plus d'informations ou pour soumettre une candidature, visitez le site Internet consacré aux prix Hommage bénévolat-Québec, au www.ditesluimer-ci.gouv.qc.ca, ou communiquez avec le Secrétariat à l'action communautaire autonome et aux initiatives sociales, au 1 800 577-2844, poste 68159.



SÉANCE DE SIGNATURE

AVEC NATHALIE PRUD'HOMME

AUTEURE DE
JE SERAI LÀ DEMAIN



LE SAMEDI 25 NOVEMBRE 2017 • DÈS 13 H

RENAUD-BRAY SAINT-JÉRÔME

Renaud-Bray
LIVRES + CADEAUX + JEUX

SODEC
Québec



Collection
Laflamme

M^cComber
DEPUIS 1895

JUSQU'À 50% DE RABAIS

SUR LES FOURRURES ET LES AGNEAUX RETOURNÉS SÉLECTIONNÉS

Black Friday

3 JOURS seulement

Judi, vendredi, samedi, dimanche fermé

Lainage, duvet, cuir, agneau retourné, fourrure et accessoires

FEMMES ET HOMMES

Designers et atelier sur place, vente, remodelage, réparations, entreposage

229, St-Georges, St-Jérôme, J7Z 5A1

Tél.: 450-436.2772 / 514-845.1167

STATIONNEMENT GRATUIT DISPONIBLE SUR LE CÔTÉ NORD DE L'ÉDIFICE



POLITIQUE

Le conseil de Sainte-Agathe assermenté

ACCÈS – Les membres du nouveau conseil municipal de la Ville de Sainte-Agathe-des-Monts sont maintenant assermentés. Une cérémonie a été organisée le lundi 13 novembre dernier.

PHOTO : COURTOISE



Le nouveau conseil à Sainte-Agathe : Sylvain Marinier, Denis Chalifoux, Frédéric Broué, Chantal Gauthier, Jean-Léo Legault, Grant MacKenzie et Marc Tassé.

« Je compte dans mon équipe des personnes possédant à la fois une solide expertise et une riche expérience, ce qui constituera un atout pour la ville », a indiqué le maire de Sainte-Agathe-des-Monts, Denis Chalifoux, qui a également tenu à remercier les citoyens de Sainte-Agathe-des-Monts pour leur confiance en lui donnant

le privilège de les représenter pour les quatre prochaines années.

PARTAGE DES RESPONSABILITÉS

Le maire de Sainte-Agathe a aussi profité de l'occasion pour dévoiler les responsabilités qui seront confiées aux membres du conseil municipal lors de la prochaine

séance publique. Un nouveau comité de développement économique, des communications et des relations avec les citoyens a par ailleurs été mis sur pied et c'est Denis Chalifoux qui en aura la responsabilité.

Sylvain Marinier sera responsable du Comité des loisirs, de la culture et de la

famille, représentera la ville au conseil d'administration de Sainte-Agathe-des-Arts et sera membre du Comité de l'urbanisme. Frédéric Broué sera responsable du Comité des finances et de l'administration publique, en plus de siéger au comité des loisirs, de la culture et de la famille. Grant MacKenzie sera responsable du dossier de l'environnement, du développement durable, de la mobilité durable, des saines habitudes de vie et des aînés, en plus d'être membre du Comité de l'urbanisme.

Marc Tassé, de son côté, a été nommé responsable du Comité de l'urbanisme et sera aussi membre du Comité des ressources humaines et du Comité de développement économique. Jean-Léo Legault poursuivra son engagement à titre de maire suppléant et aura la responsabilité des Travaux publics, du génie et des infrastructures, du Comité de circulation et sera membre du Comité de développement économique. Chantal Gauthier aura quant à elle la responsabilité du Comité des ressources humaines et siègera également au Comité des Travaux publics, du génie et des infrastructures, le Comité de circulation et le Comité des finances.

village^{gourmet}
du

40%-90% DE RABAIS

**VENTE
D'ENTREPÔT
GOURMET**

**DEUX FINS DE SEMAINES
1-2-3 8-9-10 DEC.**
Ven. 10h à 20h, Sam. et Dim. 10h à 17h

MORIN HEIGHTS
539 VILLAGE, MORIN HEIGHTS
WWW.GOURMETDUVILLAGE.COM

TREMPETTES. ASSAISONNEMENTS. CHOCOLATS CHAUDS. GARNITURES POUR FROMAGES. GATEAUX. BISCUITS. BREUVAGES. SAUCES. CONDIMENTS. SERVICES DE TABLES

Suivez nous:

POLITIQUE

Les membres du conseil de Saint-Sauveur assermentés

ACCÈS – La Ville de Saint-Sauveur a tenu sa cérémonie d'assermentation des membres du conseil municipal le dimanche 12 novembre dernier.

Cette cérémonie officielle marquant l'entrée en fonction des nouveaux élus municipaux s'est déroulée à l'hôtel de ville en présence d'une centaine de personnes.

« Le 5 novembre dernier, les citoyens de Saint-Sauveur ont réitéré leur confiance en

l'équipe Gariépy en nous confiant de nouveau le mandat de gouverner leur ville. C'est donc dans un esprit de continuité que les trois nouveaux membres de notre équipe, Véronique Martino, Judith Gagnon et Daniel Cantin, se joignent à Caroline Vinet, Rosa Borreggine et



De gauche à droite : Daniel Cantin, Véronique Martino, Caroline Vinet, Jacques Gariépy, Rosa Borreggine, Judith Gagnon et Normand Leroux.

Normand Leroux afin de poursuivre le travail déjà amorcé pour la réalisation de

nos engagements », Jacques Gariépy, maire réélu.

LA VENTE DE FIN D'ANNÉE

MAÎTRE DE LA ROUTE

ROGUE SL 2017

À TRACTION INTÉGRALE

JUSQU'À

5 000\$*

DE RABAIS!

+ 500\$ DE RABAIS ADDITIONNEL NCF*

MICRA SV 2017

À TRANSMISSION AUTOMATIQUE

EN LOCATION SUR 24 MOIS, C'EST COMME PAYER

39\$*

/SEMAINE
1 295\$* COMPTANT

+ PNEUS D'HIVER SANS FRAIS*

SENTRA SV 2017

À TRANSMISSION AUTOMATIQUE

EN LOCATION SUR 24 MOIS, C'EST COMME PAYER

49\$*

/SEMAINE
1 295\$* COMPTANT

+ PNEUS D'HIVER SANS FRAIS*

+ 500\$ DE RABAIS ADDITIONNEL NCF*

QASHQAI 2017

TOUT NOUVEAU!

JUSQU'À

2 000\$*

DE RABAIS!

+ 500\$ DE RABAIS ADDITIONNEL NCF*

BELVEDERENISSAN.COM | SAINT-JÉRÔME | SAINTE-AGATHE | MONT-LAURIER

Offres en vigueur du 22 au 27 novembre 2017. Les offres de location sont basées sur une allocation de 20 000 km / an (allocation totale de 100 000 km pour un terme de 60 mois) avec kilométrage additionnel à 0,10 \$ / km. Le premier paiement est requis à la signature du contrat. Les frais d'inscription auprès du RDPRM et les frais d'agent pour l'inscription (jusqu'à 77 \$ au total) ne sont pas compris et sont payables à la signature du contrat. Taxes, immatriculation, droits spécifiques sur les pneus neufs (15 \$) et assurances en sus, et exigés à la signature du contrat. * L'offre à la location des modèles illustrés suivants : Sentra SV CVT 2017/ Micra SV AT 2017 pour un terme de 24 mois équivalent à 24 mensualités de 214 \$ / 173 \$ (avec 1 295 \$ en comptant initial) lorsqu'ils sont loués par l'entremise de NCF. ** Les paiements ne peuvent être faits hebdomadairement. Ils sont uniquement mentionnés à titre informatif. † L'offre des pneus d'hiver s'applique aux clients admissibles à l'achat au comptant, au financement ou à la location des modèles Sentra / Micra 2017, immatriculés et livrés entre le 1er et le 30 novembre 2017, et est valable pour les modèles de pneus sélectionnés. Les pneus illustrés le sont à titre indicatif seulement. L'installation, les jantes et la mise au point des pneus ne sont pas incluses dans cette offre. Cette offre n'a pas de valeur d'échange au comptant. La valeur maximale des pneus d'hiver couverte par le concessionnaire est de 840 \$ / 580 \$, taxes en sus, pour les modèles Sentra / Micra 2017. Si le client choisit des pneus d'hiver d'une valeur plus élevée, il devra payer la différence. Les frais de transport et de pré-livraison (1 600 \$), la taxe sur le climatiseur (100 \$) (si applicable), les rabais du manufacturier et les contributions des concessionnaires sont inclus, si applicable. Le permis de conduire, l'immatriculation, les assurances, les droits spécifiques sur les pneus neufs (15 \$) et les taxes sont en sus et exigés à la signature du contrat. + Le rabais maximal de 5 500 \$ est applicable au financement à l'achat à un taux standard, uniquement par l'entremise de NCF, d'un modèle 2017 Rogue SL à T.I. Ce rabais ne peut être combiné à un taux de location ou de financement subventionné ni à aucune autre offre et il sera déduit du prix de vente négocié avant les taxes. ++ Le rabais maximal de 2 500 \$ au financement à l'achat à un taux standard est applicable aux modèles Qashqai 2017 neufs et non enregistrés, et consiste en : (I) un rabais au financement à l'achat à un taux standard*, et (II) un rabais de NCF**. Les offres sont sous réserve de l'approbation de crédit par Nissan Canada Finance ; elles peuvent être modifiées, prolongées ou annulées sans préavis. Modèles illustrés à titre indicatif. Visitez www.belvederenissan.com ou votre concessionnaire Belvedere Nissan pour tous les détails. Des conditions s'appliquent. © Nissan Canada inc., 2017.

PLATEFORME WEB

La deMOIs'aile prend son envol

SANDRA MATHIEU – Une plateforme Web pour les écoles secondaires, permettant aux adolescentes de s'exprimer librement, par le média d'actualité qu'est le blogue, c'est l'idée qu'a eue l'Adéloise Marie-Ève D'Amours, également fondatrice du blogue MoiME.ca et technicienne en éducation spécialisée.

Depuis plusieurs mois, elle travaille à mettre au monde La deMOIs'aile, avec la collaboration de son conjoint Mathieu Roy, enseignant de français au secondaire. Rencontre avec une femme authentique, passionnée et déterminée!

« Au fil de mes années d'expérience comme intervenante auprès des jeunes, j'ai perçu le mal de vivre des adolescentes, leur désarroi face à la pression sociale, l'intimidation et la surperformance, confie Marie-Ève. Les problématiques de santé mentale sont omniprésentes, que l'on parle de stress, d'anxiété ou de troubles plus graves; nous ne pouvons plus fermer les yeux. Plusieurs jeunes sont perdues et ne prennent pas le temps de s'arrêter pour poser un réel regard sur elles-mêmes pour apprendre à mieux se connaître. Elles ont plutôt tendance à tout garder à l'intérieur. »

La maman de deux enfants remarque qu'une large part de budget de notre société est investie dans des initiatives pour faire bouger les jeunes et développer de saines habitudes de vie, mais trop peu pour la prévention et la gestion des troubles psychologiques et d'estime de soi.

« Au fil de mes années d'expérience comme intervenante auprès des jeunes, j'ai perçu le mal de vivre des adolescentes, leur désarroi face à la pression sociale, l'intimidation et la surperformance. »

– MARIE-ÈVE D'AMOURS



Marie-Ève D'Amours, cofondatrice de la plateforme La deMOIs'aile.

raconte mon histoire de vie, les problématiques de santé mentale que j'ai vécues, plus particulièrement : l'anxiété, le déficit de l'attention, les troubles alimentaires, la dépendance et la recherche d'identité. La deMOIs'aile ira, je l'espère, toucher une grande partie des jeunes filles, puisque l'on sait pertinemment qu'un de nos principaux rôles dans l'éducation est de servir de modèle. »

Avec ce projet, Marie-Ève espère ainsi aller chercher les jeunes où ils sont aujourd'hui et démontrer que l'on peut utiliser le Web de façon positive et adéquate.

UN PROJET QUI ARRIVE À POINT

« Avec tout ce que l'on entend ces jours-ci dans les médias, avec le mouvement #moiaussi et les dénonciations qui sortent de partout, je crois fortement qu'un tel projet, créé dans les Laurentides, a sa place au Québec, souligne-t-elle. On veut apporter un vent de changement pour que les jeunes filles osent être elles-mêmes et qu'elles en soient fières. L'écriture me fait du bien depuis 18 ans et j'ai maintenant envie de donner au suivant et de partager ma passion. »

Infos : lademoisaille.ca
www.facebook.com/lademoisaille

« ICI ON
S'OCCUPE
DE NOUS
et je me sens
en confiance »

*Les Résidences du
Manoir Saint-Adolphe*

1544, rue des Musiciens
Saint-Adolphe-d'Howard (Qc) J0T 2B0

450 226-1168

ENTREPRISE
FAMILIALE,
À VOTRE SERVICE
**DEPUIS
23 ANS**

DIRECTRICE
**DANIELLE
DESBIENS**

AU PLAISIR
DE VOUS VOIR



ENEZ
NOUS VISITER ! 
CHAMBRES EN LOCATION

UN CHOIX DE 5 RÉSIDENCES
AU CŒUR DES LAURENTIDES

Manoir de la Vallée
SAINT-SAUVEUR
450 240-1333

Manoir Sainte-Adèle
SAINTE-ADELE
450 229-4611

Manoir Quatre Saisons
SAINTE-AGATHE-DES-MONTS
819 326-8264

Manoir de la Falaise
SAINT-SAUVEUR
450 227-5994

Manoir Saint-Adolphe
SAINT-ADOLPHE-D'HOWARD
450 226-1168

MEMBRE DU GROUPE



residencesdumanoir.com

Économisez gros ce Vendredi fou

INSTALLATION
GRATUITE



RABAIS JUSQU'À

55%

Visitez nos détaillants participants

CENTRE ÉLECTRONIQUE DES LAURENTIDES
118 B, rue Principale Est, local #7
Ste-Agathe-des-Monts (Québec)
819 326-2433

NORITECH TECHNOLOGIES
36, Ave de la Gare #104
St-Sauveur (Québec)
450 227-4848

CENTRE HI-FI GROUPE SELECT
175, chemin Jean Adam
St-Sauveur (Québec)
450 744-0444



COGECO

Passez en mode épatant

Certaines conditions s'appliquent. Disponible là où la technologie le permet. Taxes non incluses. © 2017 TiVo Inc. Tous droits réservés. TiVo et le logo TiVo sont des marques déposées de TiVo Inc. ou de ses filiales à l'échelle mondiale. Prêt d'un modem sans fil AC inclus dans le prix de tous les forfaits Internet au Québec sans frais supplémentaires. 1. Le prix mensuel de 68,95\$ comprend les forfaits suivants: Internet UltraFibre 40 illimité, y compris un crédit mensuel promotionnel de 25\$ sur le prix mensuel groupé, et un crédit mensuel de 15\$ sur le forfait TV MonMix 20 avec un abonnement minimal aux forfaits Chaînes de Base au prix régulier. À la fin de la période promotionnelle de 6 mois, le tarif en cours des services/équipement sera appliqué. Le prix mensuel peut varier pour toute combinaison de deux ou trois services. Cette offre se termine le 27 novembre 2017. Les Trolls spécial fêtes. DREAMWORKS TROLLS © 2017 DreamWorks Animation LLC. All Rights Reserved.

ÉCOLE HÔTELIÈRE DES LAURENTIDES

Des finissants honorés

ISABELLE HOULE – Le 4 novembre dernier, plus de 400 personnes se sont réunies à Sainte-Adèle pour souligner les efforts des élèves de l'École hôtelière des Laurentides (ÉHDL) dans le cadre de son Gala de la réussite.

PHOTO: COURTOISIE



Andrée Cloutier, directrice de l'École hôtelière des Laurentides, Marie-Pierre Laliberté, enseignante en boucherie de détail, Gisèle Godreau, présidente de la CSL, et Steven Desforges-Boudreault.

Pour l'occasion, 170 finissants de 2016-2017 ont reçu leur attestation de réussite et une médaille dans leur discipline respective : boucherie de détail, boulangerie, cuisine, cuisine du marché, pâtisserie, réception en hôtellerie, service de la restauration et sommellerie. Parmi les finissants, quatre élèves se sont démarqués.

En effet, Sarah-Maude Chassé, finissante en pâtisserie, a remporté le Trophée de la relève Bruno-Sarles; le prix Anne-Desjardins pour la promotion des produits régionaux en cuisine a été remis à Annabell Caron (cuisine du marché). Aussi, le finissant en cuisine Luc Lépine a obtenu le prix Marcel-Kretz pour sa détermination et son leadership. Samuel Thibeault, quant à lui, s'est vu remettre le prix Jacques-Orhon pour son ouverture, sa culture et son talent de communicateur.

mination et son leadership. Samuel Thibeault, quant à lui, s'est vu remettre le prix Jacques-Orhon pour son ouverture, sa culture et son talent de communicateur.

ATTITUDE SOULIGNÉE

D'autres finissants ont été honorés pour leur bonne attitude. Le prix Distinction pour reconnaître la persévérance, l'application, la ténacité et l'assiduité a été remis à Myriam Valade, finissante en boulangerie, Jordan Parisella, en service de la restauration, Stéphane Ricard-Perras, en boucherie, et à Joe-Ann Ounsworth, finissante en

réception en hôtellerie. « La persévérance scolaire est au cœur des objectifs de la commission scolaire. C'est pourquoi le conseil des commissaires est fier de participer au programme des épinglettes d'assiduité, qui permet de motiver les élèves à s'engager activement dans leurs études », soutient Gisèle Godreau, présidente du conseil des commissaires de la Commission scolaire des Laurentides.

Treize épinglettes de bronze, 18 d'argent et quatre épinglettes d'or ont été remises aux élèves pour récompenser leur assiduité.



AU PRINTEMPS
GOURMET



BRICKSTONE FINE FOODS



ap
gourmet



BoCoQ
GOURMET

VENTE D'ENTREPÔT

Venez découvrir nos produits
Confits, gelées, huiles, vinaigres, sauces et +
Jusqu'à

50%

de rabais

25 & 26 novembre
02 & 03 décembre

Samedi 9h à 16h
Dimanche 10h à 16h

765 rue Nobel, St-Jérôme

Visa • Mastercard
argent comptant

Sortie 39 de la 15 • 450.438.6676 • brickstonefinefoods.com

Marché de Noël

2 et 3 décembre



Place des citoyens 9h30 à 16h
999, Boul. de Sainte-Adèle (Route 117)



Plus de 50 exposants intérieurs et extérieurs!

CHAMBRE DE COMMERCE
DE SAINTE-ADELE

450.229.2644 www.sainte-adele.net
Suivez-nous: facebook.com/sainteadele

Fier
décorateur: **RONA RIOPEL**

L'achat local = une communauté en santé

pour Noël je pense

Sainte-Adèle!

COUREZ LA CHANCE DE GAGNER 100\$

Faites votre choix parmi les 6 annonceurs ci-dessous et courez la chance de gagner un certificat-cadeau chez cet annonceur. Offert par Accès Le Journal des Pays-d'en-Haut.

Nom: _____

Adresse: _____

Téléphone: _____

Annonceur choisi: _____

Envoyez votre participation par courriel à christine@journalaccs.ca ou par la poste au 727, rue Principale, Piedmont J0R 1K0.

Le tirage aura lieu le vendredi 1^{er} décembre à midi.

Costumes Maison Angelu

VENTE ET LOCATION DE COSTUMES HAUT DE GAMME ET ACCESSOIRES

Grand costumier de Noël

ATELIER-BOUTIQUE Service de couture

1270, rue St-Joseph
Sainte-Adèle
450 229-7701

C'est le temps d'habiller oncle Roger en père-Noël!

Costumes Maison Angelu a tout ce qu'il vous faut en vente ou location. Beau choix de costumes et d'accessoires pour le père-Noël et ses complices, ainsi qu'un choix de costumes de l'époque du Moyen-Âge aux années 20, en passant par les belles histoires des Pays-d'en-Haut.

À noter, un service de confection et retouches de robe de mariée, de bal et de soirée, prêt-à-porter sur mesure.

Soldes emballants pour les Fêtes!

BOUTIQUE P'TITES FOLIES

PRÊT-À-PORTER ET ACCESSOIRES FEMMES

CERTIFICATS-CADEAUX

799, boul. Sainte-Adèle 450.229-6464

Une boutique où tout est choisi avec le plus grand soin. Des tissus confortables, des coupes qui font parfaitement, des collections de grande qualité pour la femme qui aime être belle et bien! Pour une tenue des Fêtes à faire tourner les têtes, la boutique P'tites Folies est là pour vous. Un beau choix de bijoux et d'accessoires vous est offert. Vous aimeriez offrir le cadeau parfait?

Offrez un certificat-cadeau **P'tites Folies** et c'est gagné!

BAGNI

SPA STATION SANTÉ

Le cadeau parfait, c'est le bien-être!

On arrête le temps pour vous...

spas relais santé

1796 Des Mélézes
Ste-Adèle J8B 2J6
(450) 229-4477
bagnispa.com

Bagni Spa, seul certifié Spas Relais santé des Laurentides! Pour Noël, offrez le cadeau parfait, c'est-à-dire douceur et bien-être. Plusieurs forfaits offerts en certificats-cadeaux. Voici quelques exemples : souper et journée au spa, facial avec les produits EVER 100% naturels et biologiques, ou encore l'expérience de sieste énergisante NEURO-SPA®. Vous pouvez même réserver le spa pour vos célébrations de groupe...! Allez, on inspire, on expire et on relaxe aux abords de la fougueuse rivière à Simon.

POUR LE TEMPS DES FÊTES, OFFREZ-LUI LA PERFECTION.

O-TEMPS TIC

Bijouterie - Atelier d'horlogerie

1062, rue Valiquette, Ste-Adèle

O-Temps-Tic c'est une bijouterie, un atelier d'horlogerie et un bar à montres, voilà ce que Paul et Mélissa vous proposent à leur charmante boutique.

Paul est le seul horloger de la grande région des Laurentides. Toujours présent à l'atelier afin d'offrir un service de réparation exceptionnel. Une montre ou une horloge vous tient à cœur, mais ne tient plus l'heure? N'hésitez plus, passez les voir! Pour les Fêtes un grand choix de montres, d'horloges et de bijoux. Prenez le temps de passer les voir!

Animalerie Sainte-Adèle

- Animaux
- Accessoires et nourriture
- Toilettage et coupe de griffes
- Service de bain libre

555, boul. Ste-Adèle, local 114
450-229-5199

L'Animalerie Sainte-Adèle est nouvellement relocalisée dans le local 114 de la Promenade Ste-Adèle. Beaucoup plus grand, afin de vous offrir beaucoup plus pour votre animal de compagnie. Beau choix de chiots, chatons et oiseaux de compagnie, nourriture, accessoires, jouets et vêtements pour chiens. Service de toilettage ou de bain libre, service de coupe de griffes sans rendez-vous.

Tout cela dans un bel espace convivial et chaleureux avec un service des plus professionnels.

RÀS

COIFFEUR

Une équipe à la fine pointe du cheveu!

970, rue Valiquette, Sainte-Adèle 450-229-2681

Mesdames, Messieurs, soyez à votre meilleur pour le temps des Fêtes... Changer de look et surprenez vos proches! Pour une métamorphose réussie, faites confiance à l'équipe de **Ràs Coiffeur**. Toujours à l'affût des nouvelles tendances, les 5 stylistes-coiffeurs vous attendent afin de vous offrir un service personnalisé, professionnel, et des produits de soin et de coloration haut de gamme. Janis Fortin et son équipe ; Valéria, Kelly, Justine et Valérie vous invitent à prendre rendez-vous dès aujourd'hui!

PARC RÉGIONAL VAL-DAVID/VAL-MORIN

Les Val-Davidois veulent déléguer la gestion du parc

JEAN-PATRICE DESJARDINS – Le comité chargé de faire un rapport sur la façon de gérer la partie val-davidoise du parc régional Val-David/Val-Morin était en mode écoute le 16 novembre dernier. Les citoyens présents ont été unanimes : il faut que le parc soit géré par un organisme non municipal et la gestion doit se faire dans un partenariat avec Val-Morin.

On sait qu'actuellement, le parc est géré différemment à Val-David qu'à Val-Morin. À Val-Morin, c'est un organisme à but non lucratif qui gère les activités, alors qu'à Val-David, c'est la municipalité qui fait le travail.

Ils étaient près de 80 citoyens à répondre à l'invitation du comité qui voulait savoir quel serait le meilleur mode de gouvernance du parc, comment développer un partenariat avec Val-Morin et que serait leur vision à long terme du parc.

S'avancant un à un au micro, les citoyens ont pratiquement tous demandé à ce que la gestion du parc soit déléguée à une organisation non municipale. Certains ont parlé de créer un OBNL (organisme à but non lucratif), d'autres d'une coopérative.

« La gestion doit être déléguée et il faut un directeur du parc. Cela résoudrait les pro-

blèmes actuels et on sait que ça fonctionne », affirme Marc Blais, un des citoyens venus s'exprimer.

Une certaine unanimité autour de la gestion déléguée et unifiée ressort des interventions des citoyens, même si les approches étaient diversifiées : certains misent sur la protection des acquis, d'autres suggèrent de développer davantage le parc.

« On ne peut avoir deux têtes dirigeantes pour le parc. De plus, un OBNL aurait accès à des subventions pour développer le parc », pense Pierre Gaudreau.

LE PARTAGE DES DÉFICITS

Historiquement, il y a toujours eu plus d'entrées dans le parc vendues à Val-David, ce qui cause un déséquilibre dans les revenus. Le comité a lancé l'existence d'un possible déficit de 200 000 \$ à Val-Morin.



Un comité de six personnes a écouté les citoyens de Val-David à la salle communautaire.

Cependant, les citoyens ont presque tous exprimé le vœu qu'une gestion unifiée du parc permette de partager le déficit avec Val-Morin. « C'est un non-sens de ne pas unifier les revenus », affirme Dominique Dufresne.

Ils ont été nombreux à demander à ce que le parc soit ouvert à plus d'activités pour les jeunes. Enfin, plusieurs intervenants ont rappelé l'importance de préserver la diversité naturelle du parc.

Rappelons que ce comité de six citoyens de Val-David a été mandaté par la municipalité, en août dernier, à la suite de la présentation d'un premier rapport portant sur un projet de gestion unifiée du parc. Ce comité devra produire un rapport dans les prochaines semaines.

Une autre assemblée de consultation portant sur les usages du parc (vélo, ski, raquette, etc.) aura lieu le samedi 25 novembre dès 9 h 30 au Chalet Far Hills à Val-Morin.

Spectacle à l'église

AU PROFIT DE LA:

PAROISSE SAINT-SAUVEUR

Concert de Noël sous les chandelles
Avec l'ensemble « **AMBITUS** »

Commandité par :

Desjardins
Caisse de la Vallée des Pays-d'en-Haut

Samedi 25 novembre 2017 à 20h
Coût: 35\$

BILLETS EN VENTE AU PRESBYTÈRE - 450 227-2423
205, rue Principale, St-Sauveur | www.paroisse-st-sauveur.ca
Cartes de crédit et débit acceptées

Moisson Laurentides
banque alimentaire

LA GRANDE GUIGNOLÉE
DES MÉDIAS POUR MOISSON LAURENTIDES

Le jeudi 7 décembre 2017

Combattre la faim ... Nourrir l'espoir !

Dans les Laurentides et la MRC Les Moulins, plus de 20 000 personnes, dont le tiers sont des enfants, ne mangent pas à leur faim. Pour chaque dollar reçu, Moisson Laurentides redonne 15\$ de denrées à des personnes qui en ont besoin.

Marie-Josée Talbot
Présidente d'honneur

Dons en ligne et information:
www.moissonlaurentides.org
ou 450-434-0790 poste 307

DON DE LA FONDATION MÉDICALE

De nouveaux appareils pour la région

ACCÈS – La Fondation médicale des Laurentides et des Pays-d'en-Haut a fait don, récemment, d'un fauteuil gériatrique aux patients et au personnel de cette unité médicale.

Le fauteuil gériatrique est conçu tout d'abord pour les patients qui sont limités dans leurs actions ou qui nécessitent des soins constants.

Ce type de fauteuil permet d'offrir un maximum de confort au patient, tout en permettant un ajustement des positionnements (inclinaison) à différents moments de la journée afin de minimiser les risques de plaie de lit et de pression.

« Les patients de cette unité sont souvent confinés dans leur chaise de deux à quatre heures d'affilée. Il est important de leur donner un maximum de confort », explique le directeur général de la Fondation médicale des Laurentides et des Pays-d'en-Haut, Daniel Desjardins.

« C'est un équipement qui facilite aussi le travail du personnel médical », poursuit M. Desjardins. L'équipement fourni fait partie de la toute dernière génération de fauteuils gériatriques.

DÉFIBRILLATEUR POUR LA CHAMBRE DE COMMERCE

Au tour de la Chambre de commerce et de tourisme de la Vallée de Saint-Sauveur de profiter de la générosité de la Fondation médicale des Laurentides et des Pays-d'en-Haut.

La Chambre de commerce a reçu, en effet, un défibrillateur qui sera installé, durant la période estivale, au parc Georges-Filion et, l'hiver, au Musée du ski. « Ce sont deux sites stratégiques qui reçoivent un achalandage appréciable d'où le choix de ces deux endroits », explique le directeur général de la Fondation médicale, Daniel Desjardins.

Le défibrillateur est un appareil électronique destiné à rétablir le fonctionnement cardiaque d'un patient.

Inventé par un médecin en 1947, cet appareil a été conçu dans le but de sauver les patients lors d'un arrêt cardiaque.



Sur la photo, Pierre Plouffe, un grand donateur en oncologie, Line Provost, chef des services ambulatoires, et Pascale Letarte, infirmière clinicienne assistante du superviseur immédiat, entourent une patiente.

« Le défibrillateur est maintenant un incontournable. Ce geste rencontre d'ailleurs nos objectifs qui consistent à être plus prêts du patient en offrant de meilleurs services de proximité, de concert avec les groupes de médecine familiale (GMF), les hôpitaux, les CLSC et les

CHSLD du territoire », poursuit M. Desjardins. Ce nouveau don porte à une dizaine le nombre d'appareils distribués un peu partout sur le territoire.

Quelques coops santé et plusieurs cliniques ont profité d'un tel don par le passé.

ACTION COLLECTIVE CONTRE VIDÉOTRON [IMPOSITION D'UN PLAFOND DE 100 Go AU SERVICE D'ACCÈS INTERNET ILLIMITÉ HAUTE VITESSE EXTRÊME de VIDÉOTRON le 1^{er} OCTOBRE 2007]

AVIS AUX ANCIENS CLIENTS DE VIDÉOTRON

AVIS D'UN JUGEMENT

L'honorable juge Pepita G. Capriolo de la Cour supérieure a condamné Vidéotron s.e.n.c. à payer des indemnités à certains abonnés de son service illimité *Internet haute vitesse extrême* (« IHVE »).

Ce jugement fait suite à l'action collective qu'a intentée l'Union des consommateurs en lien avec le plafonnement à 100 Go le 1^{er} octobre 2007 du service illimité IHVE, dans *Union des consommateurs c. Vidéotron s.e.n.c.*, dossier no 500-06-000411-070.

SUIS-JE VISÉ PAR LE PRÉSENT AVIS?

Vous êtes membre du groupe et êtes visé(e) par le présent avis si :

- 1) En date du 1^{er} octobre 2007, vous étiez abonné(e) au service illimité IHVE de Vidéotron en vertu d'un contrat d'une durée de 12 ou 24 mois;
- 2) Vous avez conclu ou renouvelé ce contrat avant le 14 août 2007; et
- 3) En date d'aujourd'hui, vous n'êtes plus abonné à aucun service de Vidéotron.

Les membres du groupe qui sont encore abonnés à au moins un service de Vidéotron n'ont pas à tenir compte de cet avis. Les indemnités seront portées directement au crédit de leur état de compte.

QUELLES SONT LES INDEMNITÉS?

Le jugement prévoit diverses indemnités, dont le montant varie selon plusieurs facteurs, notamment la durée restante au contrat, le fait que vous ayez ou non payé des frais de consommation excédentaire, que vous ayez migré à un autre service ou résilié votre contrat, etc.

De plus, si vous vous êtes abonné(e) ou avez renouvelé votre abonnement après le 28 juin 2007 mais avant le 14 août 2007, vous avez droit à un montant additionnel d'environ 400 \$ (montant net,

déduction faite du prélèvement des honoraires et frais).

Le montant payable à chacun a été vérifié par le gestionnaire des réclamations.

COMMENT PUIS-JE RECEVOIR CES INDEMNITÉS?

Si vous n'êtes plus client de Vidéotron et que vous voulez recevoir le montant auquel vous croyez avoir droit, vous devez en faire la demande avant le 29 décembre 2017, soit :

- Par téléphone sans frais : 1 888 884 4517;
- Sur le site Web sécurisé : www.actioncollectivevideotron.com;
- Par courriel : actioncollectivevideotron@quotientexperts.com; ou
- Par la poste à l'adresse suivante :
Action collective Vidéotron
Quotient Juricomptables inc.
999, boul. de Maisonneuve Ouest, bureau 1820
Montréal (Québec) H3A 3L4

Vous n'aurez qu'à fournir votre nom, vos coordonnées actuelles et l'adresse à laquelle vous avez reçu le service illimité IHVE en 2007.

QUELLES SONT LES PARTIES IMPLIQUÉES?

L'action collective a été menée par l'Union des consommateurs, représentée par

Me François Lebeau, Unterberg, Labelle, Lebeau Avocats
Courriel : contact@ullnet.com

Vidéotron était représentée par :

Me Patrick Ouellet, Woods s.e.n.c.r.l.
Courriel : general@woods.qc.ca

Pour informations supplémentaires et pour consulter les jugements rendus dans cette action collective, veuillez visiter le www.actioncollectivevideotron.com.

MASSOTECH

ÉCOLE DE MASSOTHÉRAPIE



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

NOUVEAUTÉ 2017
PRÊT ÉTUDIANT
ENFIN DISPONIBLE!



À L'AFFICHE PRÉSENTEMENT :

FORMATIONS CONTINUES

Lomi Lomi : 15-16-17 décembre 2017
Massage sur chaise : 15-22-29 janvier et 5 février 2018
Shiatsu périnatal : 16-23-30 janvier et 6 février 2018
Pierres chaudes : 7-8-9 février 2018
Akaterra : 16 février 2018
Facial détente : 23 février 2018

INTRO MASSAGE GRAND PUBLIC 13-14 janvier 2018

ATELIER POUR TOUS Massage pour couples 10 février 2018

VOYAGE-ÉTUDES Haïti 7 au 14 mars 2018

POUR RÉSERVER VOTRE PLACE :

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

Angoissé ou fébrile avant le temps des Fêtes ?

SUZANNE ST-MICHEL, COLLABORATION SPÉCIALE – Dépendant de notre vécu familial, chacun d'entre nous ressentons des émotions bien différentes à l'arrivée du temps des Fêtes. Avec ce qui vient de sortir dans les journaux, le sujet des abus apportera son lot de discussions et de révélations inattendues. Chaque événement influencera nos anticipations pour ces moments de retrouvailles qui s'annoncent selon un horaire généralement trop chargé.



De plus en plus, des québécois quittent pour le Sud pour éviter de dire non aux invitations familiales. D'autres sont automatiquement malades... prétextant une grippe, la gastro, un muscle foulé, un os cassé ou qu'un des enfants est mal en point et même contagieux. L'angoisse produit des effets secondaires bien surprenants!

Toute petite, je vivais à la fois l'angoisse et le bonheur de voir toutes ces lumières dans l'arbre de Noël. Pendant les réceptions, je me demandais pourquoi les gens faisaient semblant d'être contents de se voir. Dès 18 ans, j'ai choisi de limiter les dégâts en commençant à dire non aux rencontres qui nuisaient à mon bonheur – deux semaines de vacances

gâchées par une pression inutile et désagréable. À chaque début de décembre, j'avais une boule dans l'estomac, des maux de cœur, la voix étranglée et je compensais en prenant plus de boisson qu'à l'habitude. Pour moi, cet inconfort était devenu insupportable. Ces signaux confirmaient que ce temps de l'année était mon préféré et que plus personne n'allait le gâcher, quitte à le vivre dans la solitude. La phrase « Je suis obligée d'y aller » ne fait tout simplement plus partie de mon vocabulaire.

Pendant ce temps, d'autres planifient avec plaisir décoration, repas spéciaux et petites attentions pour ceux qu'ils apprécient. Avec les années, j'ai trouvé MA recette pour que mon

gâteau des anges monte jusqu'au firmament. Dès fin novembre, j'envoie des cartes de Noël dans lesquelles je donne les dernières nouvelles à mes amies en Europe, aux États-Unis, en Afrique et ensuite pour le Canada. Chaque carte est choisie en fonction de leur personnalité; il en va de même pour le commerçant que j'ai apprécié.

Ensuite, je profite des spéciaux pour compléter raisonnablement mes décorations – c'est mon plaisir! En faisant un grand ménage au grenier, j'ai retrouvé des décorations que mon père m'avait fabriquées quand j'avais 10 ans – c'est sûr que je vais m'en servir cette année.

Préparer ces beaux moments sans penser à des repas festifs serait comme un Noël sans trois pieds de neige – je suis la seule de ma gang à souhaiter dix mois d'hiver par année! Finalement, j'ai quelques morceaux de linge pour souligner ces moments de festivité.

Remarquez que je n'ai pas parlé de cadeaux, ça fait 15 ans que je n'en achète plus, je préfère téléphoner ou recevoir pour dire aux gens que je les aime.

Pour plusieurs, les repas communautaires de Noël offerts par les organismes représentent la seule et unique sortie du temps des Fêtes. On ne le répétera jamais assez, la solitude est encore plus difficile à vivre pendant cette période. Appelez une connaissance pour l'inviter à dîner, il n'y a rien de mieux que de partager pour connaître un petit bonheur.

En fin de compte, c'est à nous de choisir comment on veut vivre le temps des Fêtes; dites non pour une fois, la culpabilité sera de courte durée. La fébrilité est saine pour le corps et pour l'esprit, elle s'accompagne naturellement d'un sourire. En décembre, je vous suggère de regarder le film « Le Grincheux » et vous en serez convaincu.

Suzanne St-Michel est membre de la Table des Aînés et de son comité de communication et membre du C.A. de Prévoyance envers les aînés et présidente du C.A. de la Rencontre de Ste-Marguerite-du-Lac-Masson.

Un réseau engagé auprès des personnes de 50 ans et mieux... Depuis 1972 !!

fadoq Région des Laurentides

Hockey

26 au 28 janvier 2018
Mont-Tremblant

Tournoi compétitif avec bourses

* Classe récréative avec médailles

550 \$

Équipe de 14 personnes

Curling

2 au 4 février 2018
Rivière-Rouge

Tournoi compétitif avec bourses

* Classe récréative avec médailles

200 \$

Équipe de 4 personnes
Banquet compris

Plein Air

9 au 11 février 2018
Sainte-Adèle
Sainte-Marguerite-du-Lac-Masson

Forfait 2 nuits/3 jours
Hôtel Chantecler

Raquette, ski de fond, patin et sports de glisse alpine

350 \$

Par pers., taxes et service inclus
Occ. double/ 2 nuitées/ 6 repas

Amateurs de sports et plein air, venez vous amuser lors de la 10^e édition de ce festival!

Les Jeux d'hiver sont à la recherche de bénévoles !

- Équipes de photographes et journalistes bénévoles;
- Guides accompagnateurs bénévoles en ski de fond, raquette, ski, planche et randonnée alpine;
- Équipes assignées à la logistique des activités.

jeux50plus.com
1 877 429-5858, poste 450
loisirs@fadoqlaurentides.org

3 excellentes raisons de visiter nos aînés à Noël

ACCÈS – Le temps des Fêtes est synonyme de joie, de festivités et de rassemblements en famille et entre amis. Or, pour bon nombre de personnes âgées, cette période de l'année se passe malheureusement (trop) souvent dans la solitude. Afin de briser autant que possible leur isolement, assurons-nous de les inclure dans nos réjouissances.



Voici donc trois bonnes raisons de rendre visite à votre grand-père, à votre tante ou à votre voisine âgée, par exemple, pendant la période des Fêtes :

1 Pour préserver leur moral

Les personnes âgées vivant seules ont parfois tendance à souffrir de dépression, car elles peuvent se sentir isolées de la société. En leur rendant visite pour les Fêtes, vous contri-

buez à favoriser leur bien-être psychologique. Croyez-le, ce beau moment passé avec vous sera pour elles une immense source de joie!

2 Pour leur montrer que vous les aimez

Prenez le temps de visiter vos proches aînés pour la simple et bonne raison que vous les appréciez grandement. Profitez de l'occasion pour leur rappeler combien ils sont importants à vos yeux et à quel point vous chérissez chaque instant passé avec eux. Votre sincère reconnaissance constitue assurément le plus beau cadeau que vous puissiez leur offrir!

3 Pour leur rappeler de bons souvenirs

Que ce soit en regardant de vieilles photos avec eux, en vous partageant des anecdotes de jeunesse ou encore en écoutant de la musique de leur temps, vous permettez à vos proches âgés de renouer avec leurs meilleurs souvenirs des Noëls d'antan... et à en créer de nouveaux en votre compagnie!

10 astuces mode pour boomers

ACCÈS – Après 50 ans, doit-on cesser de suivre la mode? Oh que non! On peut conserver un look actuel en s'inspirant des nouvelles tendances, sans pour autant s'habiller exactement comme les jeunes. Voici 10 trucs pour y arriver.

1 Optez pour un pantalon étroit plutôt qu'un pantalon skinny, qui devrait être réservé aux ados.

2 Préférez une jupe au genou plutôt qu'une jupe très courte.

3 Choisissez soigneusement la taille de vos vêtements : trop grands ou trop serrés, ils pourraient ruiner votre look.

4 Ayez dans votre garde-robe une robe noire de coupe classique, un indémodable qui sied bien aux femmes après 50 ans.

5 Ne renoncez pas aux jeans, mais choisissez-les de couleur foncée et unie plutôt que pâle ou délavée.

6 Évitez les décolletés trop plongeants. Si vous avez une petite poitrine, l'encolure ronde est le meilleur choix, tandis que les

femmes à la poitrine plus généreuse préféreront une encolure en V.

7 Mettez sur de belles coupes, des tissus de qualité et des couleurs neutres pour les vêtements essentiels. Osez la couleur pour les vêtements de saison et payez moins cher ces éléments plus éphémères de votre garde-robe.

8 Pour les robes, évitez les gros motifs et la taille empire. La robe peut être portée plus courte que la jupe, car sa longueur frappe moins l'œil.

9 Mettez sur les accessoires mode, sans verser dans l'excès.

10 Et surtout, choisissez vos vêtements non pas en tenant compte de ce que vous voulez cacher, mais bien de ce que vous voulez mettre en valeur!



Vice Versa
St-Jérôme

Gratuit

Venez vivre la magie
de notre grand

**MARCHÉ
DE NOËL**

9 et 10 décembre
de 10 h à 16 h

+ de 30 exposants locaux seront présents.

L'occasion idéale pour vos achats du temps des Fêtes.

Animaux de la ferme, Bistro sur place, prix de présence,
musique d'ambiance et plus encore!

9 décembre

Trio vocal A Cappella «Les Mères Noël»

10 décembre

Venez prendre une photo avec le Père Noël
distribution de cadeaux pour les enfants

Les profits seront remis à la
Fondation de l'Hôpital régional de Saint-Jérôme.

Complexe pour retraités
685, boul. Monseigneur-Dubois
450 438-0770 • reseau-selection.com

**Réseau
Sélection**



3 PROFESSIONNELS SOUS UN MÊME TOIT

**ORL, AUDIOLOGISTE,
AUDIOPROTHÉSISTE**



NOS SPÉCIALISTES TRAVAILLENT
EN ÉTROITE COLLABORATION...
PARCE QUE NOUS SAVONS
QUE VOTRE TEMPS ET VOTRE SANTÉ
SONT PRÉCIEUX !

**PRENEZ
RENDEZ-VOUS
DÈS MAINTENANT !
450.504.0587**

Veuillez noter que plusieurs services offerts par nos professionnels sont couverts par la Régie de l'assurance maladie du Québec, les Anciens Combattants, la CNESST ou les assurances privées.

68 AVENUE DE LA GARE, BUREAU 203, SAINT-SAUVEUR
(Ascenseur et stationnement disponibles)

Nos articulations en hiver



DOMINIQUE CLOUTIER N.D.A. collaboration spéciale



Nous avons tous des amis, des parents ou des connaissances qui voient arriver l'hiver avec inquiétude et appréhension; rien que l'idée les paralyse déjà!

Le froid est un stress pour notre organisme et les changements de saison sont propices au déclenchement de maladies de toutes sortes (congestions, infections, douleurs articulaires, crises allergiques) résultant d'une attaque de notre organisme par des agressions externes normales, mais contre

choc, un effort, un faux mouvement, un blocage articulaire provoqueront une fièvre localisée (inflammation) accompagnée d'enflure et de douleurs.

Un coup de froid, ajouté à l'humidité et au vent, va provoquer une baisse brutale de la température corporelle sur les

partie des problèmes de santé les plus courants. Épaules, coudes, poignets, mains, hanches, genoux, pieds et dos sont les endroits les plus sujets aux douleurs articulaires, lesquelles sont bien souvent réveillées par le froid hivernal. Qui d'entre nous ne se souvient pas d'un grand-père ou d'une grand-mère ou même d'un voisin âgé capable de prédire avec beaucoup d'exactitude la température du lendemain en se frottant la hanche ou le bas du dos? Les douleurs peuvent être soulagées au moyen d'analgésiques ou d'anti-inflammatoires, soit pharmaceutiques, soit avec des produits efficaces que l'on peut retrouver dans les magasins de produits naturels. Les plantes ont une action certaine sur la douleur, telles l'ortie, l'arnica ou la griffe du diable pour ne citer que les plus connues.

Il n'est pas superflu de rappeler que nous sommes des animaux évolués qui avons perdu leurs poils au cours de l'évolution. Nous devons donc nous protéger du froid, en hiver et tout le reste de l'année, et nous devons adopter, pour prévenir la douleur articulaire, une alimentation équilibrée, riche en fruits et légumes, boire suffisamment de liquides, de l'eau de préférence, et surtout, ne pas oublier l'activité physique pour réduire la douleur et la raideur.



lesquelles nous ne sommes pas capables de nous défendre pour diverses raisons.

La principale raison des maladies saisonnières est l'état de stress dans lequel vit la plupart d'entre nous, état provoqué par la dégradation de notre environnement et notre mode de vie personnel, aggravé par les brusques changements climatiques dépassant nos capacités d'adaptation. Le froid est une agression climatique majeure pour notre organisme.

Il faut savoir que nous sommes des « homéothermes », c'est-à-dire que notre température devrait être uniforme (37°) en état de bonne santé. L'augmentation de cette température entraîne la fièvre, phénomène naturel provoqué suite à une attaque microbienne, destinée à accélérer la vitesse de circulation et la production de nos globules blancs (nos guerriers naturels) destinés à lutter contre les envahisseurs. Localement, une piqûre, une morsure, un

zones dénudées (tête, cou, gorge, voies respiratoires supérieures (sinus), poumons, ventre... et déclencher une série de troubles, ce que l'on nomme les rhumatismes. Mais s'il est indéniable que le climat influence la santé, il n'est pas possible d'en tirer des généralités. En effet, chacun d'entre nous réagit de manière différente à tel ou tel climat et il n'existe malheureusement pas un climat idéal pour tous; tout le monde n'ayant pas les mêmes besoins!

Les rhumatismes désignent les maladies causant des douleurs et de l'inflammation au niveau des articulations, des tendons et des ligaments. Selon les cas, il peut s'agir d'affections chroniques, aiguës, suite à un traumatisme ou à une blessure. Malheureusement, ils peuvent survenir à tout âge et ne sont pas forcément liés à la vieillesse, bien que, malgré tout, plus fréquents chez les aînés. S'aggravant avec l'âge, les problèmes articulaires font

Coup de coeur



POUR LES ARTICULATIONS DOULOUREUSES

Non toxique et sans incompatibilité médicamenteuse, le MSM doit être pris de façon régulière chaque jour pendant une période prolongée. Les premiers résultats bénéfiques apparaissent après trois semaines environ. Les effets indésirables sont rares.

Grâce au soufre qu'il renferme, le MSM contribuerait à maintenir en bon état les tissus conjonctifs (tendons, derme profond, collagène, cartilage, etc.). Il est actuellement proposé pour soulager les douleurs liées à l'arthrose ainsi que pour toute douleur articulaire.

5 Saveurs
Votre marché sans prétention!
10 ans de Saveurs!
450.569.9819
2160, boul. Curé-Labelle Saint-Jérôme
5saveurs.com
facebook.com/5saveurs

RACHELLE-BÉRY
épicerie santé
DÉCOUVREZ UN NOUVEAU MONDE DE SAVEURS...
377, RUE PRINCIPALE, SAINT-SAUVEUR

Vert Lime studio
manucure • pédicure
Manucure, Pédicure
Pose d'ongle et recouvrement
Reconstruction d'ongle
Extension de cils
Rehaussement de cils
Maquillage Permanent
MicroBlading • Microneedling
Bijoux dentaire • Perçage d'oreille
Soins de pieds
1403, boul. Ste-Adèle
450 516-0395

CLINIQUE de DENTUROLOGIE
Sainte-Adèle
DIANE LACELLE
denturologiste
- Urgence réparation 7 jours/7
- Prothèses de précision
- Esthétique et sourire naturel
- Service à domicile
1405, boul. Ste-Adèle, Ste-Adèle
450 745-0339

Catherine Bénard
Diplômée en Technique Podologique
SOINS DE PIEDS
REÇUS ASSURANCE
Mycose
Avant
Après
Callosités
Construction ongle au gel
Coupe ongles épais • Ongles incarnés • Talons fissurés • Cors
Ongles mycosés (champignons)
SUR RENDEZ-VOUS UNIQUEMENT
Sainte-Agathe-des-Monts | 819 507-0165 | www.pedipodo.ca

Le Pied D'Estale
Soins spécialisés pour les pieds
36 A, avenue Filion, Saint-Sauveur
514 910-3046 • www.soindespieds.ca
Rolande Morlon
Podologue Diplômée
De bons pieds pour aller plus loin
Reçus pour assurances/impôts CERTIFICAT CADEAU DISPONIBLE!

LE MÉTIER DE PAROLIER DANS LES LAURENTIDES

SUR LES TRACES DE KLÔ PELGAG

JEAN-PATRICE DESJARDINS – Tout auteur de chansons souhaiterait atteindre le niveau de Klô Pelgag, auteure de l'année au dernier Gala de l'ADISQ. La plupart travaillent dans l'ombre, se nourrissant de l'espoir de voir leurs textes se faufiler vers la tête des palmarès. Nous avons déniché deux paroliers dans les Laurentides : Nath Farley et Robert Rivest.



Nath Farley dans son atelier d'écriture et de musique.

Quand il a entendu son texte chanté par les Haut-parleurs au Happening émergent en septembre dernier, l'auteur Robert Rivest a revu dans sa tête le long chemin que peut prendre un texte avant d'être chanté, lui qui a commencé à écrire des poèmes dans son garde-robe. « J'avais une lumière au plafond, je faisais semblant de dormir et dès que les parents étaient couchés, je me

levais pour écrire. Plus tard, j'ai mis mes souffrances sur papier pour mieux me libérer et j'ai compris que je devais écrire pour ceux qui ne le peuvent pas », explique le Donatien.

La Piedmontaise Nath Farley a écrit ses premières chansons pour un groupe au cégep. Elle a suivi des cours d'écriture de



Robert Rivest compose aussi pour lui et joue parfois ses chansons sur scène.

chansons avec Gaëlle et Robert Léger. Puis, elle est devenue membre de la SPACQ (association d'auteurs). Sa rampe de lancement vers le métier de parolière est venue quand un de ses textes a été choisi parmi les trois textes finalistes au Festival de la chanson de Petite-Vallée en 2015. Au début de 2017, elle a remporté un prix de la chanson SOCAN grâce à un texte, *L'inverse*.

et Louise Selby. Elle commence à recevoir des commandes.

Contrairement à la plupart des paroliers, Robert compose aussi de la musique. Nath Farley gratte un peu la guitare, mais ne compose pas. Elle a cependant une salle de travail à la maison avec des instruments de musique sur lesquels sont nées des chansons, lorsqu'elle montre ses textes à des compositeurs.

« Avec Félix Leroux, j'écrivais directement à ses côtés, en faisant les corrections *live*. Avec les Haut-Parleurs, c'est différent. J'envoie mes textes à Martin Perreault (guitariste du groupe) et il fait la musique », explique Robert Rivest.

COMMENT EST-ON RÉMUNÉRÉ?

« On est rémunéré au pourcentage. Habituellement, en comptant la production, les montages, les associations, il reste 12 % au parolier », affirme Robert Rivest.

Une fois le texte remis au compositeur, le parolier espère que la chanson chemine vers le succès. « J'ai participé à l'écriture de quelques chansons avec La Chicane lors d'une tentative de retour, mais non, pas de succès. Il suffit pourtant qu'une chanson ait du succès... puis ça part! »

« Je ne le fais pas pour gagner ma vie, ma paie c'est d'entendre une de mes chansons sur scène applaudie par le public. C'est de réussir à toucher les gens », conclut Nath Farley.

UNE QUESTION DE RÉSEAUTAGE

Nath Farley, qui écrit autant en français qu'en anglais, mise beaucoup sur le réseautage. « J'approche des compositeurs et des interprètes, comme Kerry Bullis avec lequel une quinzaine de chansons sont en chantier. »

Elle écrit pour de nombreux interprètes des Laurentides, dont Roxanne Garceau, Jordan Desjardins, Lili-Ann De Francesco

LES CINÉMAS CARREFOUR DU NORD

VOICI NOS PRIX RÉDUITS!

LES MARDIS 6.25\$ LES MERCREDIS 7.75\$ LES JEUDIS 2 POUR 1 LES APRES-MIDIS 8.75\$

POUR PLUS DE DÉTAILS CINEMAST-JEROME.COM

TÉLÉPHONE: 450-436-5944

AUTOROUTE DES LAURENTIDES, SORTIE 45

HORAIRE DU VENDREDI 24 NOV. AU JEUDI 30 NOV. 2017

CINÉ-RÉPERTOIRE : PETIT PAYSAN (G) lundi 27 novembre : 13h00 - 16h00 - 18h00 - 21h45

AVENTURIERS VOYAGEURS : RÉPUBLIQUE TCHÈQUE lundi 27 novembre : 13h00

COCO 3D (G) (v.f.) tous les jours: 21h45

LA LIGUE DES JUSTICIERS 3D (G) (v.f.) tous les jours : 21h45

LE DISTRIBUTEUR N'ACCEPTE PAS LA TARIFICATION DU MERCREDI POUR CE FILM. LE PRIX SERA AU TARIF RÉGULIER.

THOR: RAGNAROK 3D (G-) (v.f.) tous les jours: 21h45

COCO 2D (G) (v.f.) tous les jours : 12h45 - 15h45 - 18h45

LA LIGUE DES JUSTICIERS 2D (G) (v.f.) tous les jours : 12h45 - 15h45 - 18h45

LE DISTRIBUTEUR N'ACCEPTE PAS LA TARIFICATION DU MERCREDI POUR CE FILM. LE PRIX SERA AU TARIF RÉGULIER.

JUNIOR MAJEUR (G) (v.f.) jeudi 23 nov.: 19h00 - 21h45 tous les jours: 12h45 - 15h45 - 18h45 - 21h45

THOR: RAGNAROK 2D (G-) (v.f.) tous les jours: 12h45 - 15h45 - 18h45

L'ÉTOILE DE NOËL (G) (v.f.) ven. sam. dim. mar. mer. jeu.: 12h30 - 14h30 - 16h30 - 18h45 - 21h00

lun.: 12h30 - 14h30 - 16h30 - 18h45

MERVEILLEUX (G) (v.f.)

ven. sam. dim. mar. mer. jeu.: 12h45 - 15h45 - 18h45 - 21h45 lun.: 15h45 - 18h45 - 21h45

LES MÈRES INDIGNES SE TAPENT NOËL (13+) (v.f.) ven. sam. dim. mar. mer. jeu.: 12h45 - 15h45 - 18h45 - 21h45

lun.: 12h45 - 15h45 - 21h45

LE CRIME DE L'ORIENT EXPRESS (G) (v.f.) ven. sam. dim. mar. mer. jeu.: 12h45 - 15h45 - 18h45 - 21h45

lun.: 12h45 - 18h45 - 21h45

LE RETOUR DE PAPA 2 (G-) ven. sam. dim. mar. mer. jeu.: 12h45 - 15h45 - 18h45 - 21h45 lun.: 15h45 - 18h45 - 21h45

NOUVELLE SAISON 17 18

LE DIMANCHE 10 DÉC. À 12H55 - LE DIMANCHE 17 DÉC. À 12H55

CASSE-NOISETTE

BOLSHOI BALLET

NOËL ET CIE GRATUIT

LE SAMEDI 2 DÉCEMBRE À 10H

APPORTEZ VOS DENRÉES NON PERISSABLES POUR Y ASSISTER.

PLACES LIMITÉES, ARRIVEZ TÔT!

LE FILM PRENDRA L'AFFICHE LE MERCREDI 6 DÉCEMBRE

BARBARA

UN FILM DE MATHIEU AMALRIC

LES PIZZAS SONT DE RETOUR!

LE CADEAU PARFAIT.

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

Billetterie en ligne sur notre site web

www.cinemapine.com

Ligne Info-films 24 heures

450 229-PINE (7463) • 1 866 739-PINE (7463)

DU 24 au 30 Novembre 2017

Complexe 1: 24 rue Morin, Sainte-Adèle

JUNIOR MAJEUR en français :

VENDREDI : 19H30, SAMEDI : 14H30 - 19H30, DIMANCHE : 14H30 - 19H15

LUNDI, MARDI, MERCREDI, JEUDI : 19H15

COCO 2D en français :

VENDREDI : 19H30, SAMEDI : 14H30 - 19H30, DIMANCHE : 14H30 - 19H15

LUNDI, MARDI, MERCREDI, JEUDI : 19H15

PASSION VAN GOGH en français :

VENDREDI : 19H30, SAMEDI : 14H30 - 19H30, DIMANCHE : 14H30 - 19H15

LUNDI, MARDI, MERCREDI, JEUDI : 19H15

PIEDS NUS DANS L'AUBE en français :

VENDREDI : 19H30, SAMEDI : 14H30 - 19H30, DIMANCHE : 14H30 - 19H15

LUNDI, MARDI, MERCREDI, JEUDI : 19H15

BARBARA en français :

VENDREDI : 19H30, SAMEDI : 14H30 - 19H30, DIMANCHE : 14H30 - 19H15

LUNDI, MARDI, MERCREDI, JEUDI : 19H15

Complexe 2: 1146, rue Valiquette

2D JUSTICE LEAGUE en anglais :

VENDREDI : 20H15, SAMEDI : 15H15, DIMANCHE : 15H15, LUNDI, JEUDI : 20H00

WONDER en anglais :

VENDREDI : 20H15, DIMANCHE : 15H15, LUNDI, MERCREDI : 20H00

MURDER ON THE ORIENT EXPRESS en anglais: VENDREDI, SAMEDI : 20H15 - 20H15, DIMANCHE : 15H15, MARDI, MERCREDI : 20H00

2D JUSTICE LEAGUE en français :

SAMEDI : 15H15 - 20H15, DIMANCHE : 20H00, MARDI, MERCREDI : 20H00

MERVEILLEUX en français :

SAMEDI : 15H15 - 20H15, DIMANCHE : 20H00, MARDI, JEUDI : 20H00

MURDER ON THE ORIENT EXPRESS en français : SAMEDI : 15H15, DIMANCHE, LUNDI, JEUDI : 20H00

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

OPÉRAS

16-64 ANS: 23.49\$*

65 ANS ET PLUS (AVEC PREUVE): 21.74\$*

***TAXES EN SUS.**

5 ANS ET MOINS 5.66\$* - 6 À 15 ANS 9.13\$*

16 À 64 ANS 10.88\$*

65 ANS ET PLUS (AVEC PREUVE) 9.13\$*

SURPLUS (EN TOUT TEMPS) POUR FILM EN 3D 3.04\$*

MARDI (SAISONNIER SEULEMENT) 7.39\$*

MERCREDI ET JEUDI (SAISONNIER SEULEMENT) 8.69\$*

Nos certificats cadeaux sont en vente à la Tabagie le Calumet

La promotion Plaisir à 2 avec le restaurant Spago est de retour!

1128 boul. de Sainte-Adèle, Ste-Adèle tél 450 229-2724.

Les programmes et horaires sont sujets à changements sans préavis. Veuillez téléphoner quotidiennement au cinéma pour confirmation.

Au théâtre ce soir... Le père Noël est une ordure!

MARTINE LAVAL – Fondé en 2010 par Étienne Boivin et Jacques Rigal, le théâtre Entre Amis est une troupe de théâtre amateur de haut calibre qui fait son chemin avec succès, produisant des pièces de qualité avec des comédiens de grand talent. Onzième production en sept ans, *Le père Noël est une ordure* sera présentée au théâtre du Marais les 24 et 25 novembre à 20 h. Une soirée qui se promet grinçante et pourtant... divertissante.

SYNOPSIS

La nuit de Noël, dans les bureaux de Détresse-Amitié, Pierre et Thérèse répondent aux appels de gens qui cherchent un peu de réconfort en ce soir bien particulier. Les deux bénévoles seront perturbés par l'arrivée de personnages aussi marginaux et farfelus que pathétiques et désespérés, enchaînant catastrophes, quiproquos, dérapages et absurdités, qui vous feront crouler de rire du début à la fin!

Cette comédie grinçante du théâtre du Splendid (1979) a traversé les époques sans prendre une ride. Plus que jamais d'actualité, c'est en utilisant un humour irrésistible que l'on aborde des sujets difficiles comme le mal de vivre, la pauvreté et même le suicide. Un tour de force où la charge dramatique devient comique, permettant ainsi d'explorer

ces zones pénibles de la condition humaine avec une légèreté dans le ton. Un chef-d'œuvre de l'humour noir.

COMÉDIE ET DRAME S'ENTREMÊLENT

« La meilleure comédie se fait lorsqu'on est très près du drame, explique Étienne Boivin en entrevue. Lorsque le sujet permet d'amener des sujets très difficiles par la comédie, je trouve qu'on est à notre meilleur dans ce genre. Dans la pièce, il est question de suicide, de mal-être et on en rit, parce que plus c'est tragique et difficile, plus c'est drôle, grâce au rythme qu'installe le metteur en scène Jacques Rigal qui transforme ces situations lourdement dramatiques normalement difficiles à recevoir pour le public. C'est alors que tout vire au plaisir. En plus, on a gardé l'accent français, car la pièce est tellement connue et popu-



laire, que des gens nous disaient connaître les répliques par cœur. On n'a donc pas voulu la dénaturer et on s'en sort très bien... ce qui ajoute du rire! »

Avec Étienne Boivin, Marie-Ève Plante, Tony Juarez, Béatrice Plisson, Marko Bolduc, François Jobin et les voix de Virginie Rochon et Éric Hallynck.

Mise en scène de Jacques Rigal. Décors d'Éric Hallynck. Trois fois nominée aux Prix Arlequins pour ses décors, et finalement

récipiendaire du prix pour la pièce *Toc Toc* en 2015.

Le théâtre Entre Amis cumule huit nominations aux Arlequins remis annuellement par la Fédération québécoise du théâtre amateur (FQTA), et il en a remporté deux.

Au théâtre du Marais les 24 et 25 novembre, 20 h.

www.theatredumarais.com
819 322-1414 et sur Facebook



THÉÂTRE
GILLES-VIGNEAULT

DE CONCERT AVEC
 Desjardins

DÉCOUVREZ
**Le plus
grand théâtre
des Laurentides**

Journées portes ouvertes
Faites l'expérience d'un parcours surprise!

Samedi 25 et dimanche 26 novembre
10 h à 16 h - GRATUIT -

theatregillesvigneault.com
118, rue de la Gare, Saint-Jérôme
Restez informés  


















LA PETITE BOÎTE À LUNCH

UNE SOURCE INÉPUISABLE DE SAVOUREUX BONHEURS CULINAIRES



MARTINE
LAVAL

La petite boîte à lunch, c'est d'abord un coup d'œil accueillant dans un décor rétro tout en turquoise et petits pois.

C'est une multitude de cloches à gâteaux emplies de gourmandises, des comptoirs colorés de soupes, salades et sandwiches, de jolis mots écrits aux tableaux. Bref, une ambiance invitant à un moment savoureux. À quelques pas de là, le Magasin général en est le prolongement qui offre de jolis bonheurs culinaires de toutes sortes.

Rachel Fournier est l'esprit créatif derrière La petite boîte à lunch qui a maintenant huit ans. Son envie première : offrir à ses convives un service rapide, de qualité, de bonnes portions d'aliments sains à un prix raisonnable, des mets préparés à emporter qui facilitent la vie, une panoplie de gourmandises à se pamlécher dont ses fameux cupcakes, et son renommé gâteau aux carottes sans gluten.



Au menu : un comptoir de sandwiches gourmets grillés, des wraps, des grilled cheese variés, des salades, des rouleaux de printemps et des desserts décadents. Pour 10,95 \$, vous avez un sandwich, un choix de soupe, une salade ou un jus de légumes et un cupcake.

Spécialisée en service traiteur pour toutes occasions quel qu'en soit le prétexte et le thème, La petite boîte à lunch prépare bouchées fines, buffets froids, repas chauds, boîtes à lunch déjeuners, dîners ou collations pour repas d'affaires et événements,

cupcakes et gâteaux signés au logo désiré. Par souci de l'environnement, tout est livré dans les plats et sur les plateaux de l'entreprise, comme si c'était vous qui aviez tout préparé. Il suffit simplement de les rapporter, une fois l'événement terminé.

Au Magasin général juste à côté, on prolonge le plaisir avec des produits locaux, bios, des créations de nos artistes, des produits uniques pour la maison, la cuisine, des soins du corps, des cadeaux d'hôtesse, des aliments d'épicerie fine et des créations de La petite boîte à lunch.

Pour Noël, l'équipe est prête à vous cuisiner un menu traditionnel de ragoût de boulettes et pattes de cochon, tourtières de la maison et mijotés de dinde, ou un menu gourmet de rôti de dinde farci, de jarrets d'agneau et de carrés de porc en croûte avec accompagnements, sans oublier bûches de Noël et petites gâteries des Fêtes... Manifestez-vous et réservez tôt par contre!

La petite boîte à lunch, une source inépuisable de petits bonheurs culinaires!

Place du patrimoine

7, avenue de l'Église, Saint-Sauveur
450 227-7557 et sur Facebook

Saint-Jérôme

PACINI

TERRASSE

- Pâtes et grillades à l'italienne
- Déjeuner week-end
- Salle semi-privée pour groupe

5, rue de Martigny Est, Saint-Jérôme
450 432-6628

Saint-Jérôme

évoilà5

RECEVEZ • CUISINEZ • PROFITEZ

1245, boul. Jean-Baptiste Rolland Ouest
Saint-Jérôme 450-504-6555 | www.evoila5.com

Piedmont

ON VOUS LIVRE DU BONHEUR

TRAITEUR StHubert

725 Ch. Jean Adam,
PIEDMONT/ ST-SAUVEUR
450 227-4664 • 1 844 343-0333

Saint-Sauveur

l'œufrier

BOUFFERIE DE VILLE

NOUVEAU

SPÉCIAL LÈVE-TÔT!

DU LUNDI AU VENDREDI
DE 6 H À 8 H 30
(SAUF LES JOURS FÉRIÉS)

275, RUE PRINCIPALE, SAINT-SAUVEUR 450 227-3315

Sainte-Agathe

Boulettes à la Mikes

À partir de 9,99 \$

MIKES STE-AGATHE
621, RUE PRINCIPALE
819 326-5311

Sainte-Agathe

La Vigneto

Restaurant FINE CUISINE ITALIENNE
Pizza fine

RÉSERVEZ DÈS MAINTENANT POUR VOS PARTY DES FÊTES

APPORTEZ VOTRE VIN

VASTE CHOIX DE PÂTES ET PIZZAS

6, RUE PRINCIPALE EST, SAINTE-AGATHE-DES-MONTS • 819 321-2727 • www.restaurant-auberge.com

Sainte-Adèle

Ste-Adèle Sushi

UNE SEULE ET UNIQUE
SUCCURSALE À SAINTE-ADÈLE

Nous n'avons aucune affiliation avec Sushi St-Sauveur...
Méfiez-vous des imitations!

Nos recettes sont secrètes et uniques.
Haute qualité de poissons et fruits de mer.

Mardi au samedi 11h à 21h - Dimanche 15h à 20h
Fermé le Lundi

Suivez-nous 555, boul. Sainte-Adèle, local 110 J8B 1A7
Tél. : 450 229-8388 | www.ste-adelesushi.com



PLANCHE À NEIGE TRUCHON VISE UN NOUVEAU TRIOMPHE EN CHINE

LUC ROBERT – Le planchiste Antoine Truchon connaît un bon début de saison en Europe. L'athlète de Sainte-Adèle se concentre uniquement sur son calendrier d'épreuves de Slope Style et de Big Air.



PHOTOS : COURTOISIE

Le Québécois a récemment terminé en 4^e place au Big Air présenté à la Coupe du monde de Milan, en Italie. Moins de deux points séparaient Truchon d'une place sur le podium. Les juges lui ont attribué un total de 160,00 points, pour ses deux meilleurs sauts de la finale.

Déçu en 2014 de ne pas avoir obtenu sa qualification olympique, Truchon ne s'en fait guère pour les Jeux de PyeongChang.

« Je n'ai aucune chance d'être aux Jeux olympiques de 2018, car je ne fais pas partie de l'équipe nationale. Le circuit de slopestyle demeure ma priorité. Je n'ai donc pas de compétitions préparatoires, comme plusieurs autres, avant les olympiques », a-t-il confié.

Le Laurentien de bientôt 27 ans s'applique à peaufiner ses sauts en vue de la prochaine épreuve chinoise à l'affiche, laquelle il a remportée en février 2017.

« Ma prochaine compétition sera le Banana Open, en Chine, du 29 novembre au 3 décembre. Je travaille sur



l'impeccabilité de mes techniques et de nouveaux trucs, par moi-même, car je n'ai pas d'entraîneur. Je mise sur le *switch back side 1260*, pour m'affirmer. Le *front 1080 double* était ma marque de commerce. Mais le niveau a

beaucoup évolué, ce qui rend ce truc faible (quotient de difficulté et points récoltés), même en qualifications. »

En saison hivernale, Truchon se balade de site de compétitions en site de compétitions. À l'entraînement, il habite en Autriche, à Absolut Park.

« Durant la saison, je participe aux Big Air et Slope Style. Je voyage en fonction de la qualité de l'événement. La logistique des lieux, le temps de pratique et la manière dont l'événement prend soin des participants représentent les critères qui m'attirent. Je reviendrai à Québec du 22 au 25 mars 2018 pour le Jamboree Big Air. Cette année, il présentera seulement les épreuves de sauts. »

« L'été, je reste à Whistler pour pratiquer le vélo de montagne. Je fais de l'enduro ou de la descente en vélo. Je travaille à temps partiel, dans la construction, pour balancer mes fins de mois et réparer mes vélos. Je m'inscris de temps en temps aux courses locales à Whistler, appelées Phat Wednesdays. »



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

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

Financé par le
gouvernement
du Canada

Canada



FORUM PLEIN AIR 2017

Un tournant pour le plein air au Québec

SANDRA MATHIEU – Une participation record de près de 300 professionnels du plein air, du sport et du loisir se sont donné rendez-vous dans le cadre du Forum plein air 2017, les 16 et 17 novembre derniers, à l'hôtel Le Chantecler à Sainte-Adèle.



PHOTO : RICHARD LEDUC, LOISIRS LAURENTIDES

Le sous-ministre adjoint au Loisir et au Sport du ministère de l'Éducation, de l'Enseignement supérieur et de la Recherche, Robert Bédard, a remis aux participants des copies de l'Avis sur le plein air Au Québec, on bouge en plein air!

Le Regroupement des URLS du Québec, en collaboration avec l'Association des camps du Québec et le ministère de l'Éducation et de l'Enseignement supérieur, avait concocté

un programme diversifié sous le thème Habitez votre espace de plein air.

De nombreux ateliers et conférences avaient pour but de faire évoluer chacun son espace plein air, d'explorer sa nature et de mieux aider à la compréhension d'un développement en harmonie avec ses occupants et permettre ainsi à tous de profiter d'un terrain de jeu immense qu'est le territoire québécois avec ses lacs et rivières, ses parcs et ses sentiers.

Ces deux journées de partage et d'échanges ont permis aux intervenants de tous les milieux d'en apprendre plus sur les meilleures pratiques ici et ailleurs et sur les actions concrètes à mettre de l'avant. Parmi les sujets traités, notons : le bénévolat, la cohabitation dans les sentiers, le plein air en ville, l'interprétation de la nature, la sécurité civile en contexte de plein air, la signalisation, les espaces famille, l'importance

des sentiers récréatifs pour le développement des régions, la pérennisation des sentiers, etc.

La conférence d'ouverture Théorie du Big Bang - Les débuts du plein air au Québec, de 1899 à 1949 de Pierre Bélec, témoin important de l'évolution du plein air et auteur de l'ouvrage Le Québec en plein air : d'hier à aujourd'hui, a mis la table à une journée plutôt encourageante pour l'avenir du plein air au Québec. La région des Laurentides y était d'ailleurs présentée comme le berceau du plein air au Québec, mais aussi un leader à ses heures, que l'on pense à l'accessibilité aux sports comme l'escalade, le ski alpin, le ski de fond, et aux infrastructures comme les auberges de jeunesse et les refuges.

« Tous les milieux sont présentement en action. On est véritablement en train de créer notre culture du plein air au Québec et ça commence par les jeunes », a souligné l'éducateur physique Patrick Daigle, alors qu'il présentait le projet pilote d'initiation au plein air dans les écoles : Programme d'études en plein air (PÉPA), en compagnie de l'enseignant en plein air novateur Éric Laforest et de Mathieu Brunet, conseiller

stratégique à la vice-présidence Exploitation - parcs nationaux et campings pour la SÉPAQ.

Dévoilement de l'Avis sur le plein air



Le sous-ministre adjoint au Loisir et au Sport pour le ministère de l'Éducation, de l'Enseignement supérieur et de la Recherche, Robert Bédard, était présent le 17 novembre pour présenter les résultats de l'Étude des clientèles, des lieux de pratique et des retombées économiques et sociales des activités physiques de plein air. Les pistes d'action proposées ont généré beaucoup d'enthousiasme et des discussions animées.

Rappelons que le gouvernement du Québec a présenté, au printemps dernier, sa nouvelle politique de l'activité physique, du sport et du loisir Au Québec, on bouge en plein air! qui vise une augmentation de la pratique régulière d'activités physiques, sportives et récréatives dans l'ensemble de la population du Québec. En effet, la politique vise, d'ici 2027, à augmenter d'au moins 10 % la proportion de la population qui effectue le volume minimal recommandé d'activités physiques pendant ses temps libres et à l'augmenter de 20 % chez les jeunes âgés de 6 à 17 ans.

www.education.gouv.qc.ca

Un 3^e Transfat épique

SM – La 3^e édition du Transfat Laurentides s'est tenue samedi dernier dans les sentiers de Sainte-Adèle.



PHOTO : SYLVAIN RENAUD

Les conditions étaient idéales pour cet événement annuel de fat bike aventure : sol gelé et neige au sol.

Au total, 150 participants, 37 guides, 12 bénévoles de ravitaillement et 10 étudiants de Sport-Études avaient accepté l'invitation d'Espresso Sports et ont parcouru entre 25 et 40 kilomètres selon le groupe. Cette activité festive de vélo de montagne à pneus surdimensionnés en groupe a donné le ton à une saison qui promet. Les conditions étaient idéales pour cet événement annuel de fat bike aventure : sol gelé et neige au sol.

« Quand on a annoncé la date, l'activité a

affiché complet en quatre jours, s'enthousiasme Benoit Simard d'Espresso Sports. C'est maintenant un événement structuré et très attendu et les participants viennent d'un peu partout au Québec. Nous avons littéralement créé un petit village devant la boutique, l'ambiance était géniale. » Cette année, un projet spécial nommé Transfat ExtraGras (version Beta) s'est déroulé sur deux jours avec une nuitée en refuge.

Grâce à vous,
Suzanne a repris
goût à la vie.

ASSUREZ L'ESSENTIEL.



À mon réveil, j'avais de nombreuses séquelles.

J'ai grandi dans un milieu familial où régnait la violence. J'ai commencé à boire et à consommer très jeune. Je me suis beaucoup démolie et j'ai sombré. **Puis, à l'âge de 22 ans, j'ai fait un AVC et tout a basculé.** J'ai été plongée dans le coma pendant trois semaines. Aujourd'hui, je vis toujours avec de multiples séquelles physiques et motrices et je souffre également d'ataxie. Dans ma condition et avec mes moyens, **j'ai beaucoup de difficulté à me préparer des repas.** Je dois malgré tout suivre un régime sévère pour contrôler mes symptômes. Et tenter de mener une vie normale. **J'ai la chance d'avoir été acceptée dans une cuisine collective adaptée aux personnes à mobilité réduite.** Je peux maintenant préparer des plats nutritifs et j'apprends à mieux me nourrir. **Je me sens bien.** J'ai repris goût à la vie et j'ai plusieurs projets, dont celui d'écrire un livre sur ma vie.

Changez des vies pour la vie. Donnez.

maregioncentraide.com

cine 103.9 101.3

Accès LE Journal des Pays d'en-Haut



L'information du Nord
Vallée de la Rouge-Mont-Tremblant-Sainte-Agathe



Sudoku

JEU N°42

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

RÈGLES DU JEU :

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

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

RÉPONSE DU SUDOKU JEU N°42

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

RÉPONSE DU MOTS CROISÉS JEU N°42

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
1											
2											
3											
4											
5											
6											
7											
8											
9											
10											
11											
12											

Mots croisés

JEU N°42

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
1												
2												
3												
4												
5												
6												
7												
8												
9												
10												
11												
12												

HORIZONTALEMENT

- 1- Situé autour.
- 2- Se dit d'une substance contenant de l'opium. - Partie du bréviaire qui se récite à 15 heures.
- 3- Esclaves noirs. - Attachement tendre, affection.
- 4- Se dit de toute doctrine considérée comme sclérosée.
- 5- Échange de caresses affectueuses. - Cri d'acclamation.
- 6- Entoures en serrant étroitement.
- 7- Aven. - Arbres à feuillage persistant. - Personnel.
- 8- Allure, démarche. - Homosexuel. - Ville du Liban.
- 9- Déplaça à l'aide de cordages frappés en double au sommet d'un plan incliné. - Tranchée creusée sous un mur pour le renverser.
- 10- C'est-à-dire. - Douteux, suspect.
- 11- Père de l'Église grecque. - Dans le département de l'Aisne.
- 12- Point de la sphère céleste. - Étoffe d'une armure particulière (pl.).

VERTICALEMENT

- 1- Système de recrutement militaire fondé sur l'appel annuel du contingent.
- 2- Racine aux propriétés vomitives. - Mettra en sûreté.
- 3- Rigolarde. - Idem.
- 4- Chardon herbacé des lieux secs. - Crié, en parlant du lièvre.
- 5- Grandes quantités, immensités. - Pratiquer la chasse au pipeau.
- 6- Lac d'Écosse. - Organe formant saillie.
- 7- Cale en forme de V. - Extraits du suc de laitue.
- 8- Pleurniche, geint.
- 9- Injustes, contraires à l'équité. - Île d'Allemagne.
- 10- Se dit de choses qui sont apparentées (pl.). - Frappai.
- 11- Téléphone interurbain. - Cyclone tropical très violent, en Extrême-Orient.
- 12- Venue au monde. - De la Côte d'Azur.

Trouvez les 6 erreurs

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

Venez faire la fête Chez Milot !

Menu de groupe à partir de 34\$^{s/p.p.}

Réservez une de nos 2 salles

- Salle pour groupe allant jusqu'à 45 personnes
- Salle pour groupe entre 45 et 100 personnes

*Taxes et pourboires en sus

* Résultats disponibles en magasin

Venez faire la fête chez Milot !

Menu de groupe a partir de 34\$^{s/p.p.}

Réservez une de nos 2 salles

- Salle pour groupe allant jusqu'à 45 personnes
- Salle pour groupe entre 45 et 100 personnes

*Pourboires et taxes en sus

Horoscopes



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

Signes chanceux de la semaine :
GÉMEAUX, CANCER ET LION

Semaine du 22 au 28 novembre 2017



Bélier 21 mars - 20 avril

Vous serez d'un grand dynamisme et vous commencerez sûrement à organiser les différentes réceptions auxquelles vous participerez prochainement. Vous serez très généreux pendant le temps des Fêtes.



Taureau 21 avril - 20 mai

Le silence est d'or et la parole d'argent, dit-on! Vous bénéficierez d'une source d'inspiration extraordinaire. Le confort de votre foyer vous permettra de créer une grande œuvre d'art.



Gémeaux 21 mai - 21 juin

Vos amis prennent une place importante dans votre vie et un petit ménage s'imposera à travers ceux-ci. Vous pourriez aussi développer de nouvelles amitiés avec quelques collègues de bureau.



Cancer 22 juin - 23 juillet

Il est bien normal de faire la fête après avoir accompli un brillant exploit. Vous ne vous ferez pas prier tellement longtemps pour participer à une activité festive avec vos collègues de travail.



Lion 24 juillet - 23 août

Vous aurez beaucoup de plaisir cette semaine. Faites toutefois attention à la procrastination. Ce sera avec détermination que vous mettrez les bouchées doubles pour éviter toute forme de retard.



Vierge 24 août - 23 septembre

Si votre famille est le moins éparpillée à travers la province, vous commencerez à organiser une magnifique tournée pour le temps des Fêtes afin de visiter toute la parenté.



Balance 24 septembre - 23 octobre

Vous maîtriserez parfaitement l'art de la parole et de la négociation. Au travail ou ailleurs, vous parviendrez à conclure une entente, notamment pour le financement d'un projet en particulier.



Scorpion 24 octobre - 22 Novembre

Vous connaîtrez un grand succès au travail, particulièrement si vous êtes dans le domaine des ventes. Vous accroîtrez votre clientèle au point où votre patron ne pourra faire autrement que de vous promouvoir.



Sagittaire 23 Novembre - 21 décembre

Au travail, il serait important que vous ayez une apparence des plus soignées pour vous mettre en valeur et pour connaître un brillant succès. Le sens de l'humour sera également bien perçu par vos patrons.



Capricorne 22 décembre - 20 janvier

Il y aura peut-être quelques petites histoires d'ordre familial à régler. N'hésitez pas à en parler ouvertement, autrement le silence risque plutôt de jeter une forme de confusion à la maison.



Verseau 21 janvier - 18 février

Vous n'aurez certainement pas la langue dans votre poche et il y aura toujours quelqu'un avec qui discuter en toutes circonstances. Au travail, vous élargirez votre clientèle considérablement.



Poissons 19 février - 20 mars

Vous trouverez sûrement une somme d'argent dans une poche de votre vieux manteau de ski que vous aviez oublié l'année dernière, par exemple. L'humour permettra de faire passer quelques messages.

IMMOBILIER
100 À 200

MARCHANDISE
300 À 399

SERVICES
400 À 599

EMPLOI ET FORMATIONS
600 À 799

ÉVÈNEMENTS SPÉCIAUX
800 À 899

VÉHICULES
900 À 999

105 Propriétés à vendre

105 Propriétés à vendre

105 Propriétés à vendre

205 Logements / appartements à louer

205 Logements / appartements à louer

205 Logements / appartements à louer

**SAINT-SAUVEUR
AVEC VUE!**

Magnifique propriété avec de multiples possibilités dont multigénération!

Sur 3 365 m.c. Construction 1968 et 1981
Bordée par la rivière à Simon avec un accès.
272, rue Constantineau

**Sans agent. Prix demandé 485 000 \$
Ross MacDonald 514 743-4422**

160 Terrains à vendre

160 Terrains à vendre

TERRAINS À VENDRE

CLÉ EN MAIN ou AUTO CONSTRUCTION

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

Christian : **514 953-5777**

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

ST-SAUVEUR, bord du Lac duplex, 2x3-1/2, du proprio 723 069, 239,000\$. 450-712-6834.

160 Terrains à vendre

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

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

205 Logements / appartements à louer

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

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

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

3-1/2, 580\$, frais peint, meublé ou non, r.d.c., centre-ville St-Jérôme, tranquille, près gare, université. Libre 1er décembre. 819-597-2488

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

4-1/2, frais peint, à Ste-Adèle, près piste cyclable, non-fumeur, pas d'animaux, déneigé, foyer au gaz, idéal personne seule ou retraitée, 514-894-0833, 514-894-1940

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

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

4-1/2 Ste-Adèle, très propre, vue rivière, cabanon, déneigé, idéal personne retraitée, semi-retraitée, 680\$, libre. 450-602-1181

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

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

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

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

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

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

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

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

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

B I N G O

SAINTE-ADELE

Au 555, boul. Ste-Adèle

Les mardis et jeudis soir

Ascenseur, casse-croûte

Salle à louer

Info : **450-229-7095**

205 Logements / appartements à louer

205 Logements / appartements à louer

**SAINT-JÉRÔME
CENTRE-VILLE**

Près de polyvalente et centre sportif

4 1/2 au 1^{er} étage, avec stationnement.

Très propre. Libre.

À VOIR!

645\$/mois

450 512-0671 ou 514 991-7760

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

VAL-DAVID: Grand studio 1-1/2, demi sous-sol. Laveuse, sècheuse, poêle à combustion lente, câble fourni, déneigement, remise, inclus, 695\$/mois. Libre 1er décembre. Non-fumeur, 450-432-2554

À PRÉVOST

5 1/2

à 2 min. de la piste cyclable.

Très ensoleillé, 2 stationnements. 625\$/mois

Contactez : Pierre

450 822-6292

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

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

105 Propriétés à vendre

105 Propriétés à vendre

105 Propriétés à vendre

105 Propriétés à vendre

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

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

VOICI NOS "STARS" DE LA SEMAINE

Venez les visiter! Prenez rendez-vous!



2020, Ch. du Relais Val-Morin

Située dans un secteur de villégiature de Val-Morin, cette propriété de 3 CAC vous offre une belle luminosité... À quelques min du golf et du Lac Raymond. Vous serez vraiment étonnés par la grandeur de la chambre des maîtres. Prenez vite rendez-vous car à ce prix elle ne sera pas longtemps sur le marché...

MLS: 23200724 169 500 \$



87-93, Rue Thibodeau Sainte-Agathe-des-Monts

Un produit différent! Duplex en bon état avec en plus une petite maison de 4 pièces et terrain bien fleuri... Produit idéal pour investisseur ou propriétaire occupant... tout est à point... Prenez le temps de nous rencontrer pour en discuter et pour connaître tous les avantages de cette propriété...

MLS: 28492423 285 000 \$



24, Rue Gauthier Sainte-Agathe-des-Monts

Belle propriété de 5 chambres à coucher, située tous près des écoles et tous les services. Grand terrain. Salon et salle à manger à aires ouvertes. Sous-sol totalement aménagé avec salle de jeu et sortie extérieure. Idéale pour une grande famille.

MLS: 14624826 209 500 \$

819 324-7780 • 819 421-1414

CALENDRIER

COMMUNAUTAIRE ET CULTUREL

JACINTHE@JOURNALACCES.CA

OUVROIR SAINT-SAUVEUR – Prochaine vente, le jeudi 30 novembre, de 8h30 à 16h. Pour les meubles, de 7h30 à 13h. 382, rue Principale, St-Sauveur, 450.227.1445.

CONVOCATION assemblée générale annuelle à la MAISON DES JEUNES st-sauveur/piedmont, 57 rue de l'église, st-sauveur, le 29 novembre à 17h. Info: 450.227.4129. Bienvenue à tous!

SOUPE ET COMPAGNIE à St-Sauveur recherche des bénévoles, suite à notre projet auprès d'enfants des écoles avoisinantes. Nous recherchons des bénévoles optimistes, plein d'entrain et souhaitant aider à la cuisine et au service les lundi, mardi et jeudi. Vous pouvez nous joindre au 450-744-0207.

DEVENEZ UN ANGE DES CHATS - L'unique façon de stopper la surpopulation féline, laquelle découle toujours de la négligence humaine, est la méthode CSRM (capture-stérilise-relâche et maintien). De plus en plus de citoyens et de municipalités de la Belle Province adoptent cette méthode qui a fait ses preuves aux U.S.A. depuis + de 25 ans. Collaborer à la convalescence, à la socialisation et/ou à l'adoption des chats des Anges : c'est faire une B.A. qui contribue au bien-être de tout le monde.

Appelez-nous au (450) 227-6484. Les Anges des Chats CSRM sont une initiative citoyenne bénévole, sans but lucratif.

LE REGROUPEMENT DES HANDICAPÉS VISUELS DES LAURENTIDES - offre des ateliers, Yoga, mélange d'exercices adaptés, visites à domicile, rencontre, jeux adaptés, partage, écoute. Devenir membre du RHVL, c'est partager et se divertir avec des personnes qui ont vécu des situations similaires à la vôtre et qui maintenant ne vivent plus de l'isolement. N'hésitez pas à nous téléphoner au 450-432-9689.

DEVENEZ BÉNÉVOLE CROIX-ROUGE - Joignez-vous à l'équipe d'intervention de votre MRC. La Croix-Rouge aide les victimes de catastrophes, d'incendies et d'inondations. Ses bénévoles sont présents en tout temps pour apporter réconfort et chaleur humaine aux sinistrés.

En tant que bénévole Croix-Rouge, vous:

- Ferez partie d'une équipe spécialisée, dynamique et motivée
- Recevrez une formation reconnue en secourisme et en intervention d'urgence

Pour cela, envoyez votre candidature sur www.partenairescroixrouge.ca

205 Logements / appartements à louer

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

SAINT-SAUVEUR

Semi-détaché au sommet du Mont Suisse. 2 càc + 1 bureau sur 1 ½ étage avec mezzanine. Foyer, fraîchement peinturé 925 \$/mois entretien gazon et neige inclus. Disponible maintenant **514 946-6353**

STE-ADÈLE

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

Contactez Gaétan **514-792-2903**

210 Logements / appartements chauffés à louer

4-1/2, Morin-Heights, près village, parc. Poêle, frigidaire, 2 chambres, électricité, chauffage, eau et stationnement déneigé inclus, 650\$. Pas d'animaux, 450-226-1550 ou 450-858-1550

STUDIO, refait à neuf, Ste-Adèle, chauffés, eau chaude incluse. Calme, à pied centre-ville. 1^{er} novembre. 514-497-5077

215 Logements / appartements chauffés meublés à louer

2-1/2, 980 RUE PRINCIPALE PRÉ-VOST, 2^E ÉTAGE, ÉCLAIRÉ, CHAUFFÉ, MEUBLÉ, LIT MURAL, CÂBLE INCLUS, BALAYÉ CEN-TRALE. LIBRE 520\$. Non-fumeur. Pas d'animaux. Membre Locataires Avertis. 514-708-8123

220 Condos lofts et maisons de ville à louer

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

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

220 Condos lofts et maisons de ville à louer

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

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

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

225 Propriétés à louer

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

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

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

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

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

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

225 Propriétés à louer

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

240 Co-locations

CO-LOCATAIRE RECHERCHÉ

POUR PARTAGER MAISON À SAINT-SAUVEUR HYDRO-INTERNET INCLUS 450 \$/ MOIS

438 820-9788

245 Chambre à louer

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

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

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

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

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

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

270 Bureaux / locaux à louer

270 Bureaux / locaux à louer

BEAU grand local commercial, lumineux, pignon sur rue 1050 pi.ca., planchers de bois aspect rustique Centre ville Ste-Agathe-des-Monts. 1200\$/mois. Libre 1^{er} décembre. Nathalie 819-321-5788

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

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

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

MIRABEL (St-Janvier): rue de la Paix, à louer 3,000 pi.ca. + mezzanine 750 pi.ca. Local commercial/ industriel, porte 14' hauteur, 19' clairance, courant 550 volts, cour clôturée, 3 bureaux + réception. Information: 450-432-9862

MIRABEL St-Canut, 13,965 St-Simon, avec hall d'entrée salle d'attente, possibilité de 3 bureaux fermés, idéal pour professionnel, libre immédiatement. Secteur en pleine expansion 450-436-2238

305 Ameublement

VENTE de déménagement tout doit être vendu. Mobilier salle à dîner ou de bureau. Gros buffet antique, divan-lit, etc. 514-592-6081

310 Divers à vendre

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

270 Bureaux / locaux à louer

RECRUTEZ VOTRE PERSONNEL

AVEC



DISTRIBUTION DE SAINT-JÉRÔME À TREMBLANT

CONTACTEZ VOTRE REPRÉSENTANTE

450 227-7999

TOMBÉE LE VENDREDI À 17H

310 Divers à vendre

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

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

CABANONS (remises de jardin)

10 x 12 : 1975\$ / **2300\$**

10 x 16 : 2350\$ / **2725\$**

12 x 16 : 2600\$ / **3050\$**

15 x 20 : 3600\$ / **4350\$**

15 x 30 : 5150\$ / **6150\$**

Autres grandeurs disponibles.

RBQ#8213-9338-04.

450 632-0007

345 Antiquité / art / collections

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

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

365 Poêle / Fournaise / Bois de foyer

! Bois de chauffage, cordons/ sacs, 80% érable, sec/ semi-sec, bois d'allumage. Livraison rapide. 438-879-1449

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

404 Services domestiques offerts

404 Services domestiques offerts

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

415 Massothérapie / Soins thérapeutiques

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

!!! Bienvenue massage détente dans lieu apaisant. 819-323-8129

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

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

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

BON massage, agréable et confortable détente. À Morin-Heights à 6 minutes de St-Sauveur 9h00- 19h00, vendredi, samedi, dimanche. Manon: 450-921-1131, 514-546-0960

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

MASSAGE suédois 7/7, 8h30 à 16h30, Ste-Agathe, Information, Manon: 450-745-1471

MASSOTHÉRAPIE 1 heure/ 45\$. 1h30/ 60\$. 2h 75\$. Suédois. Promotion massage 1h et pédicure 1h- 70\$. Drainage lymphatique (combiné avec presso thérapie 55\$, massages pierres chaudes et bambou chaud 1h/ 50\$. Massage Lomi-Lomi (Hawaïen 55\$. Ca-deaux certificats Certifiée 15 ans. Professionnel seulement: Dimanche/ Lundi/ Mercredi/. Reçus. Boul. Ste-Adèle. Teresa, 514-886-1542

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

PROMO d'automne, massothérapie: 75 minutes/ 50\$. Kinésithérapie: 60 minutes/ 50\$. Sur rendez-vous. Reçus. St-Sauveur. Jean-Pierre. 450-675-4746

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

424 Astrologie / Occultisme

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

440 Déménagement / Transport / Entreposage

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

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

442 Constructions / Rénovations / Réparations

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

ceramique mrnicolas.com

Pose de céramique Ardoise et granit Douche sur mesure Expérience Travail propre

RBQ.56103849-01 **514.238.2653**

AAA - Rénovation générale. Peu importe votre projet nous nous déplaçons 7 jours sur 7. 30 ans d'expérience (Entrepreneur général) Licence RBQ 5738-8217-01, assurance responsabilité 2 millions. Estimation gratuite. 514-816-4949

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

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

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

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

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

446 Peinture / décoration

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

PEINTURE
Travaux intérieurs, extérieurs. Qualité de pro!
Estimation gratuite!
Luis: 450-224-1841

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

448 Lavage / Nettoyage

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

484 Services divers

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

480 Toitures / Couvreurs

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

484 Services divers

Com1Script
Correction, révision, traduction (18 langues et +), réécriture, rédaction et transcription.
1 877 231-6680 ★★★★★
info@com1script.com
www.com1script.com

Bazar

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

484 Services divers

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

485 Agence de rencontre avec permis

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

555 Argent à prêter

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

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

480 Toitures / Couvreurs

585 Services financiers divers

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

605 Emplois divers

NOUS sommes présentement à la recherche de représentants(es) à temps plein ou partiel (selon secteur). Salaire selon les résultats, possibilité de 30\$ à 50\$/h. Information: dianedesjardins57@hotmail.com Envoyez votre C.V. par la poste au Groupe CD/ 109-305 rue Lavolette, St-Jérôme, Qc J7Y 4H7 ou dianedesjardins57.com

665 Soins à domicile

DEMANDE d'aide à domicile, pour personne quadraplégique, St-Adèle, pour soins de base et maintien à domicile, 3 jours semaine am. seulement. Robert: 450-229-1718

685 Chauffeurs / Transports

CHAUFFEUR de pompier demandé, transport en vrac et de neige, situé à Pré-vost, demandez Alain: 450-675-2720 ou envoyez CV: adgtransport@hotmail.com

705 Formations diverses

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

845 Prières Remerciements



REMERCIEMENTS au Sacré-Coeur pour faveur obtenue. Que le Sacré-Coeur de Jésus soit loué, adoré et glorifié à travers le monde pour des siècles et des siècles, Amen. Dites cette prière 6 fois par jour pendant 9 jours et vos prières seront exaucées même si cela semble impossible. N'oubliez pas de remercier le Sacré-Coeur avec promesse de publication quand la faveur sera obtenue. J.S.

Faites un don en ligne et appuyez
Claude Robinson
clauderobinson.org

985 Autos à vendre



À QUI LA CHANCE ?
SUBARU FORESTER
2010 TOURING

Noire 5v. Manuel 178 000 km. En parfait état. Prête pour l'hiver. Freins, embrayage, batterie et + neufs. Historique d'entretien complet (concessionnaire et garage). Acc. Galerie de toit, attache remorque, cache bagages, tapis hiver-été etc... pneus été bon à 60%, 4 pneus hiver Blizzac 80, 3 mois d'usure sur jante acier. Véhicule de cie impeccable.
7000.00 \$ + les 2 taxes.
Visible au garage M.A. Pagé
730 Rte 117 à Piedmont (St-Sauveur)
Pour + info et essai, Phil 514 817 7422

845 Prières Remerciements



REMERCIEMENTS au Sacré-Coeur pour faveur obtenue. Que le Sacré-Coeur de Jésus soit loué, adoré et glorifié à travers le monde pour des siècles et des siècles, Amen. Dites cette prière 6 fois par jour pendant 9 jours et vos prières seront exaucées même si cela semble impossible. N'oubliez pas de remercier le Sacré-Coeur avec promesse de publication quand la faveur sera obtenue. N.L. et M.L.

950 Ferraille

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

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

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

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

955 Pièces / Accessoires

4 pneus d'hiver Toyo 235/65R17, monté sur roues d'acier, hubcaps 5,000 km, pour Kia Sorento 2015 ou Hyundai, 500\$ négociable, 819-425-5279

980 Camions Camionnettes à vendre

2013 Chevrolet Silverado Cheyenne EXT. boîte Leer 70.000 KM. 450-858-4404

985 Autos à vendre

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

985 Autos à vendre

Emplois

Senez de Carufel CPA Inc.
SAINTE-ADÈLE
OFFRE D'EMPLOI
Poste permanent, temps plein, disponible dès maintenant.
Une équipe dynamique dans un environnement en pleine croissance vous attend.
TECHNICIEN(NE) COMPTABLE À LA TENUE DE LIVRES
POUR TOUTE INFORMATION :
514 229-5080
ou CV : psenez@senezcpa.ca

SPORTS DENIS PARENT
DEPUIS 1973
Sports Denis Parent, boutique spécialisée dans le ski alpin à St-Sauveur recherche:
VENDEUR / VENDEUSE / CAISSIÈRE
*
TECHNICIEN SPÉCIALISÉ DANS LA VENTE DE SKIS ET DE SES DÉRIVÉS
*
OPÉRATEUR DE ROBOTS POUR LA MISE AU POINT DES SKIS
Transmettre votre CV à
admin@sportsdenisparent.com
AVANT LE 1^{ER} DÉCEMBRE 2017

Accès
DISTRIBUTION DE
SAINT-JÉRÔME À TREMBLANT
CONTACTEZ VOTRE REPRÉSENTANTE
450 227-7999
TOMBÉE LE VENDREDI À 17H

MONT GABRIEL RESORT & SPA
est à la recherche de candidats (es) pour combler les postes de
• **CONTRÔLEUR FINANCIER**
Contactez M. Martin Lavallée 450-227-7983 poste 271
mlavallee@montgabriel.com
• **PRÉPOSÉS À L'ENTRETIEN DES CHAMBRES**
Envoyez votre CV à : gouvernante@montgabriel.com ou téléphonez au 450 227-7983, poste 250
• **PLONGEUR**
• **AIDE CUISINIER**
Contactez Michel Gouletau 450 227-7983, poste 243
mgoulet@montgabriel.com

IGA Morin-Heights
RECHERCHE PERSONNEL DYNAMIQUE POUR COMBLER LES POSTES SUIVANTS :
• 1 ASSISTANT-GÉRANT DE VIANDE temps plein
• 1 ASSISTANT GÉRANT D'ÉPICERIE temps plein
• GÉRANT DE FRUITS ET LÉGUMES temps plein
• CAISSIÈRE
Faire parvenir votre C.V. a/s de Pierre Desmanches par courriel à : iga08587p.desmanches@sobeys.com par télécopieur au : 450 226-6981 ou par la poste ou en personne au : 680 chemin du Village, Morin-Heights, Qc J0R 1H0

SUIVEZ-NOUS SUR
f t

marteau et plumeau
coopérative de solidarité d'aide domestique
PRÉPOSÉ(E)S À L'AIDE DOMESTIQUE
Marteau et Plumeau est une coopérative de solidarité sociale qui offre des services d'aide domestique sur le territoire de la MRC des Pays-d'en-Haut, est à la recherche de personnes dynamiques avec expérience pertinente pour occuper des postes de préposé(e)s à l'aide domestique.
Un emploi pour vous:
- Vous souhaitez sortir de votre routine
- Vous voulez être en congé le soir et les fins de semaine
- Vous êtes disponible, en bonne santé et capable de travailler
- Vous possédez une voiture en bonne condition
- Vous désirez faire partie d'une équipe dynamique
Faire parvenir votre curriculum vitae par fax au 450 553-8194 ou par courriel à lany.morin@marteau-plumeau.com 450 229-6677, poste 211

Emplois

PAVAGE Jérôme
450 438 5389

RECHERCHE

■ **Déneigeurs classe 3**

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

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

>7412748

Henri Miron Auto

RECHERCHE UN
OPÉRATEUR LOADER
ET
DÉMONTÉUR PIÈCES AUTOMOBILES

Travail temps plein - Jour
«Expérience requise»

CV à l'attention de Luc Miron
1141 boul. de La Salette, St-Jérôme, J5L 2J8
info@henrimironauto.com
Tél.: 450 438-4807

7413033

Vous cherchez un emploi?

Intégration TRAVAIL Laurentides

peut vous aider!

Un service spécialisé de main-d'œuvre gratuit

- Avez-vous un handicap ou une limitation physique?
- Avez-vous une maladie dégénérative?
- Avez-vous un problème de santé mentale?
- Avez-vous des limitations neurologiques ou intellectuelles?
- Avez-vous un dossier judiciaire?
- Avez-vous eu des problèmes de dépendance aux drogues, médicaments ou alcool?

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

Intégration TRAVAIL Laurentides
avec vous depuis 1985

Sainte-Adèle 450 229-5889

J'ai ma place au travail!

Avec la participation financière

Québec

ALIMENTEZ VOTRE AVENIR
DÉCOUVREZ JUSQU'OU VOTRE CARRIÈRE PEUT VOUS MENER

Nous embauchons

Provigo Le Marché St-Sauveur
50, rue St-Denis

Nous vous invitons à faire parvenir votre CV par courriel à
Smp8453d@provigo.ca

Nous recherchons des

Commis dans tous les départements
(Joe Fresh, poissonnerie, fruit, charcuterie, épicerie, viandes, boulangerie, prêt-à-manger)

Temps partiel. Disponibles en tout temps (jour, soir, nuit et fin de semaine)

Nous offrons :

Salaire concurrentiel – Formation sur mesure – HORAIRE FLEXIBLE – Régime complet d'avantages sociaux – Programme de rabais (10%) – Programme de bourses d'études

UNE CARRIÈRE VOUS ATTEND

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

Provigo^{MC}
Le Marché

>7415273

Avis de décès et remerciements

MATTE EUCHER
1930-2017

À Saint-Jérôme le 18 novembre 2017, à l'âge de 86 ans, est décédé M. Eucher Matte époux de Mme Denise Pagé.

Outre son épouse, il laisse dans le deuil ses enfants François (Josée) et Sylvie, ses petits-enfants Marie-Andrée, Véronique et Gabrielle, ses beaux-frères, belles-sœurs, neveux et nièces ainsi que d'autres parents et amis.

La famille recevra les condoléances le samedi 25 novembre de 10h à 13h à la :
Maison Funéraire Trudel
214 Rue Principale,
St-Sauveur
450 438-1234

Un hommage lui sera rendu ce même samedi, à 13h, au salon.

Services funéraire

Crématel
Simplement la CRÉMATION

- Sans embaumement
- Sans cercueil
- Sans exposition

Transport du corps directement au crématorium

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

Immobilier

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

SAINTE-LUCIE-DES-LAURENTIDES
Bord du lac Dufresne (navigable/moteur). Sur une pointe du lac incluant 2 petites îles juste en face. Petit domaine paisible de 45 331 PC avec barrière à l'entrée. 3 CAC, grande aire ouverte avec magnifique vue du lac de plusieurs pièces. Véranda donnant sur le lac. Garage double avec étage de rangement+grande abri. Beau terrain paysagé et boisé.
MLS 23770551 499 000 \$

VAL-MORIN
Superbe résidence de prestige au domaine du Haut Quartier. Site exceptionnel de 51 545 PC très intime au bout d'une rue sans issue, belle vue sur la montagne et forêt. Construction 2008 de qualité supérieure offrant de belles boiseries, 5 CAC, plafond cathédrale, aire ouvertes, foyer comb. lente, Garage, Piscine creusée et chauffée et plus encore.
MLS 24554091 599 000 \$

SAINTE-AGATHE-DES-MONTS
Bâtisse commerciale construite en 2006, garage 4 portes, bureau, espace employé (cuisine, sdb avec douche). Emplacement ayant une excellente visibilité. Garage avec évacuateur de CO et dioxyde d'azote (diesel), drain séparateur, chauffage avec aérotherme au gaz naturel. Bureau avec climatisation et chauffage central. Zonage permettant plusieurs possibilités.
MLS 19973968 449 000 \$ + TPS/TVQ

SAINT-AGATHE-DES-MONTS
Spacieuse propriété de style suisse sur 2 étages et demi, en excellente condition. Magnifique salle à manger en verrière, grande cuisine au goût du jour. Salon avec foyer de pierres et plafond cathédrale. CCP avec foyer et SDB attenante. 2 immenses terrasses privées. Terrain de 48 493 PC boisé et paysagé. À proximité des services.
MLS 22989741 359 000 \$

VAL-DAVID
Grande canadienne lumineuse située à plus de 200 pieds de la route, terrain de 60 981 PC. Vue sur les montagnes. Garage, 3 chambres, vue sur les montagnes, beaucoup d'améliorations depuis 2014, toutes les fenêtres, porte, nouvelle cuisine et plancher de céramique, toiture, rampe extérieur, nouveau garage, terrassement, refait chapeau de cheminé, etc.
MLS 11185047 275 000 \$

SAINT-AGATHE-DES-MONTS
Triplex en très bonne condition. Logement principal spacieux de 3 CAC, immense pièce, lumineux. Stationnement additionnel avec façade sur la rue Byette à l'arrière. Proximité de la plage du Lac des Sables, des magasins, restos, services, etc. Logement principal sera libre pour l'acheteur. Excellent pour proprio occupant ou pour un investissement.
MLS 18804857 274 500 \$

SAINT-AGATHE-DES-MONTS
Triplex de style suisse. Domaine Chanteclair, aux limites de Val-David. 1x 6 1/2 sur 2 étages, et 2 x 3 1/2. Foyer pour chacun des logements. Possibilité d'accès au lac à la truite avec cotisation. Desservi par l'aqueduc et système Bionets.
MLS 27028018 249 000 \$

VAL-DAVID
Ski in/ski out, sur les pentes du Mont Vallée Bleue. Plain pied au goût du jour offrant beaucoup d'espace, sous-sol entièrement aménagé. Belle grande cuisine, SAM et salon à aire ouverte, foyer, 2 SDB complètes avec douche. Complètement meublé et équipé avec goût. Il ne manque que vous. Pente de ski accessible juste en face. Faites vite!
MLS 15489983 224 500 \$

SAINT-AGATHE-DES-MONTS
Spacieux et lumineux plain pied à distance de tout, épicerie, restos, village, etc. Bonne condition. 4 CAC, grande SFM avec foyer de pierres au sous-sol. Immense SDB avec bain podium et douche. Cuisine offrant beaucoup de rangement et espace de travail. Garage. Véranda grillagée 18x12. Belle cour arrière boisée et privée. Terrain de 11 324 PC. À voir!
MLS 18671155 219 000 \$

SUIVEZ-NOUS SUR

facebook.com/journalaccès@LeJournalAccès



AVIS PUBLIC

EST PAR LES PRÉSENTES DONNÉ PAR LA SOUSSignée QUE - :

Une session extraordinaire du Conseil municipal de Piedmont aura lieu **le lundi, 11 décembre 2017 à 19h00** en la salle de l'Hôtel de ville au 670 rue Principale à Piedmont au cours de laquelle le budget 2018 sera adopté ainsi que le programme triennal d'immobilisation.

Les délibérations du Conseil et la période de questions lors de cette session porteront exclusivement sur le budget et/ou le programme d'immobilisation.

DONNÉ À PIEDMONT, ce 15^e jour de novembre 2017.

Caroline Asselin
Directrice générale et greffière



AVIS PUBLIC

EST PAR LES PRÉSENTES DONNÉ PAR LE SOUSSigné, QUE :

RÈGLEMENT #848-01-17

La Municipalité de Piedmont a adopté un règlement portant le numéro 848-01-17, règlement modifiant le règlement #848-17 décrétant le remplacement d'une section de la conduite d'égout sanitaire chemin Hervé

Ledit règlement 848-01-17 a été approuvé comme suit :

Avis de motion 2 octobre 2017

Adoption du règlement 13 novembre 2017

Ledit règlement est présentement disponible à l'hôtel de ville et quiconque est intéressé, peut en prendre connaissance aux heures régulières de bureau, soit du lundi au jeudi de 8h00 à 16h30 et le vendredi de 8h00 à 12h00.

DONNÉ À PIEDMONT, CE 14^e JOUR DU MOIS DE NOVEMBRE 2017.

Caroline Asselin
Directrice générale et greffière



AVIS PUBLIC

AVIS EST PAR LES PRÉSENTES DONNÉ par la soussignée que lors de la séance ordinaire du conseil municipal, le 12 décembre 2017 à 19h30 en la salle du conseil municipal située au 2490, rue de l'Église à Val-David, le conseil devra statuer sur les deux (2) demandes de dérogation mineure suivantes :

- DM-2017-00073 :**
Adresse : Lot 3 883 251 cadastre du Québec
Lot projeté: 6 177 380 cadastre du Québec
Objet : permettre la création d'un lot d'une forme irrégulière comportant des lignes latérales brisées alors que le règlement de lotissement numéro 602 prohibe la création de lots de forme irrégulière
- DM-2017-00074 :**
Adresse : Lot 3 883 250 cadastre du Québec
Lot projeté: 6 177 379 cadastre du Québec
Objet : permettre la création d'un lot d'une forme irrégulière comportant des lignes latérales brisées à un angle inférieur à 75 degrés par rapport à l'emprise de la rue alors que le règlement de lotissement numéro 602 prohibe la création de lots de forme irrégulière.

Lors de cette séance, toute personne intéressée pourra se faire entendre par le conseil relativement à cette demande.

Donné à Val-David, le 22 novembre 2017

(SIGNÉ) Marie-Pier Pharand

Marie-Pier Pharand, avocate
Greffière

Directrice des affaires juridiques
et secrétaire-trésorière adjointe



ASSEMBLÉE PUBLIQUE DE CONSULTATION

VILLE DE SAINTE-ADÈLE

AVIS PUBLIC EST DONNÉ DE CE QUI SUIT:

Le conseil municipal a adopté, lors de la séance ordinaire du 20 novembre 2017, les projets suivants qui modifient la réglementation d'urbanisme :

- Le projet 1200-2012-PU-7, modifiant le plan d'urbanisme 1200-2012-PU;
- Le premier projet de règlement 1200-2012-Z-22, modifiant le règlement de zonage 1200-2012-Z;
- Le premier projet d'une résolution concernant une demande faite en vertu du règlement relatif aux projets particuliers de construction, de modification ou d'occupation d'un immeuble (1000-2008-PPC) pour le 4100, boulevard de Sainte-Adèle.

Pour faire suite à l'adoption de ces projets de règlement et de résolution se tiendra une assemblée publique de consultation le **jeudi 7 décembre 2017, à 19 h**, dans la salle du conseil, située au 1386, rue Dumouchel et ce, en conformité des dispositions de la *Loi sur l'aménagement et l'urbanisme*.

Au cours de cette assemblée, madame la mairesse ou un membre du conseil désigné par elle expliquera les projets de règlement ainsi que les conséquences de leur adoption. Elle entendra les personnes et organismes qui désirent s'exprimer.

Les projets visés par cette assemblée sont les suivants:

Règlement 1200-2012-PU-7

Titre : Projet de règlement 1200-2012-PU-7 amendant le règlement sur le plan d'urbanisme numéro 1200-2012-PU.

L'objet de ce règlement:

De clarifier certaines modalités d'interprétation du plan d'affectation et ainsi permettre le PPCMOI du 4100, boulevard de Sainte-Adèle.

Résolution en vertu du règlement 1000-2008-PPC

Titre : Projet particulier de construction, de modification ou d'occupation d'un immeuble pour le 4100, boulevard de Sainte-Adèle – ZONE RP-001

L'objet de cette résolution :

D'autoriser le projet « complexe éducatif canin » à l'intérieur des zones CP-003 et RP-001, lesquelles n'autorisent pas la sous-classe C07-08.

Règlement 1200-2012-Z-22

Titre : Projet de règlement 1200-2012-Z-22 amendant le règlement de zonage 1200-2012-Z.

L'objet de ce règlement :

De modifier certains usages dans la zone TM-003 et édicter des conditions à la grille.

La zone TM-003 est délimitée par le boulevard de Sainte-Adèle, avec la rue du Hameau (à l'est), la rue des réverbères et du chemin du Mont-Loup-Garou (au nord), tel qu'indiqué au plan de zonage disponible sur le site internet de la ville.

Les projets des deux règlements et de la résolution peuvent être consultés au Service du greffe, situé au 1381, boulevard de Sainte-Adèle, aux heures régulières de bureau. Toute personne qui voudrait obtenir des renseignements concernant ces projets de règlement est priée de communiquer avec le Service d'urbanisme ou le Service du greffe au numéro de téléphone suivant : (450) 229-2921, et ce, pendant les heures régulières de bureau.

FAIT À SAINTE-ADÈLE, ce 22 novembre 2017

Le greffier adjoint
Yan Senneville, OMA



AVIS PUBLIC Scrutin du 5 novembre 2017 DU RÉSULTAT DE L'ÉLECTION

AVIS PUBLIC est, par la présente, donné par Luc Lafontaine, président d'élection, que, après avoir pris connaissance des résultats complets de l'élection, les personnes suivantes ont été proclamées élues aux postes ci-après mentionnés :

Poste	Appartenance politique	Nom de la personne proclamée élue
Maire	Action Estérel – Équipe Dydzak	Joseph Dydzak
Conseillère au poste numéro 1	Action Estérel – Équipe Dydzak	Anna Dupuis Zuckerman
Conseillère au poste numéro 2	Action Estérel – Équipe Dydzak	Rachel Landry
Conseiller au poste numéro 3	Action Estérel – Équipe Dydzak	Pierre Lussier
Conseiller au poste numéro 4	Équipe Martine Beaugrand	Stefan Tremblay
Conseillère au poste numéro 5	Action Estérel – Équipe Dydzak	Christine Corriveau
Conseiller au poste numéro 6	Action Estérel – Équipe Dydzak	François Richer Laflièche

Donné à Ville d'Estérel, ce 15^e jour du mois de novembre 2017.

Luc Lafontaine, B.A.A., c.m.a.
Président d'élection



AVIS PUBLIC

PROMULGATION DU RÈGLEMENT # SQ-03-2012-A04 NOUVELLE VITESSE CHEMIN DES HAUTEURS

AVIS est, par la présente, donné à toutes les personnes intéressées de la Ville de Sainte-Marguerite-du-Lac-Masson :

QUE le règlement # SQ-03-2012-A04 modifiant le règlement # SQ-03-2012 concernant la circulation et le stationnement dans la Ville de Sainte-Marguerite-du-Lac-Masson pour réduire la limite de vitesse de circulation sur un tronçon du chemin des Hauteurs passant de 80 km/h à 50 km/h, en modifiant l'annexe N et en modifiant l'annexe A pour la mise à jour des arrêts obligatoires a été adopté selon la procédure suivante :

Avis de motion : 18 septembre 2017

Présentation du projet : 18 septembre 2017

Adoption du règlement : 5 octobre 2017

QUE la vitesse de circulation sur un tronçon du chemin des Hauteurs a été modifiée en passant de 80 km/h à 50 km/h entre la rue du Lac-Castor et la limite territoriale de Sainte-Marguerite-du-Lac-Masson et de Sainte-Adèle.



Les usagers de cette route sont incidemment invités à réduire leur vitesse sur ce tronçon selon ces nouvelles dispositions. Surveillez l'installation de la nouvelle signalisation.

QUE ce règlement peut être consulté durant les heures régulières du bureau, soit du lundi au vendredi de 8 h 30 à 12 h et de 13 h à 16 h 30. Le règlement # SQ-03-2012-A04 entrera en vigueur conformément à la Loi suivant la publication du présent avis.

DONNÉ à Ville de Sainte-Marguerite-du-Lac-Masson, ce 22 novembre 2017.

Judith Saint-Louis, Greffière

COMPTABLE



- Rapports financiers;
- Service conseil;
- Travailleurs autonomes;
- Impôts corporatifs;
- Impôts des particuliers;

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

CONSTRUCTION

**NOUS
ACHETONS
VOTRE TERRAIN
RÉSIDENTIEL**
450 226-3959

ÉCRITURE

DIFFICULTÉ À ÉCRIRE VOS TEXTES?

Laissez Mimi Legault
vous aider :

- lettres • discours • c.v.
- corrections
- travaux scolaires
- autobiographies

mimilego@cgocable.ca



ENTRAIDE

ALCOOLIQUE ANONYME

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

EXPÉDITION

The UPS Store
**SERVICE
D'EMBALLAGE
ET D'EXPÉDITION**

695-7, chemin Avila, Piedmont
Téléphone : 450 227-0044

LOCATION SPA

Ambiance spas
Faites-vous plaisir
Détendez-vous chez vous!

LOCATION DE SPA
WEEKEND • SEMAINE
1.888.303.2525
www.ambiancespas.com

MASSOTHÉRAPIE

Nicole Gajzer
Massothérapeute agréée
(F.Q.M.)

- Suédois
- Polarité
- Hawaïen (Lomi-Lomi)

Sur rendez-vous 514.895.8110
www.nicole-gajzer.com
Aussi: Thérapie quantique

MASSOTHÉRAPIE

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

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

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

PAYSAGEMENT

ABATTAGE, ÉMONDAGE ST SAUVEUR

**Abattage d'arbres dangereux,
émondage, déssouchage et
déboisement de terrain**
EXCAVATION
Assurance complète

Martin Binette • Cell.: 450 530-4521
www.equipepaysgistem.com

PAYSAGEMENT

Les PAS VERTS
ENTREPRENEUR PAYSAGISTE du Nord

- Escalier
- Pavé uni
- Muret
- Terrassement

Cell.: 819 325-0916
Tél.: 819 774-3306
www.lespasvertsduNord.com

PORTE ET FENÊTRE

LIQUIDATION
819 326-2400 des Laurentides

Installation • Vente • Service

Revêtement de planchers
Distributeur de portes et fenêtres
Changement de thermos

Mardi au jeudi : 8h à 17h
Vendredi : 8h à 18h • Samedi : 8h à 15h
199, route 117 Sainte-Agathe Nord

NATUROPATHE

Natura Terra
Sur rendez-vous seulement
Visites à domicile

Dominique Cloutier N.D.A.

Membre RITMA
Reçus pour assurances disponible
450 227-7955

VOTRE ESPACE SIMPLE

Soyez VU!

Carte professionnelle
26^{25\$}/semaine noir & blanc
34^{58\$}/semaine couleur

VOTRE ESPACE DOUBLE

Soyez VU!

Carte professionnelle
26^{25\$}/semaine noir & blanc
34^{58\$}/semaine couleur

RECRUTEZ VOTRE PERSONNEL

AVEC



DISTRIBUTION DE
SAINT-JÉRÔME À TREMBLANT
CONTACTEZ VOTRE REPRÉSENTANTE
450 227-7999

Promotion BLACK FRIDAY

Chevrolet
SPARK LT 2017

37\$ / semaine | **0\$** comptant | **48** mois



• **RABAIS** •
ADDITIONNEL DE
3 500\$*
EN LOCATION

**ON VOUS EN MET
PLEIN LA "VUS"**



CHEVROLET EQUINOX 2018

AUTOMATIQUE, CLIMATISEUR ET CAMÉRA DE RECUL

69\$ / SEM. | **0\$** COMPTANT

SUR 60 MOIS | PRIX SPÉCIAL

CHEVROLET TRAX 2017

AUTOMATIQUE, CLIMATISEUR ET CAMÉRA DE RECUL

19 995\$

20% SOUS LE PRIX DU MARCHÉ

GMC SIERRA 1500 2018
ÉDITION ÉLEVATION



99\$ / SEM. | **48** MOIS

QUANTITÉS LIMITÉES