

Le Plus

L'HEBDO DE NOTRE RÉGION

MERCREDI 27 MARS 2019 GRANBY • VOLUME 34 • N° 12

CHRONIQUE

Le yoga dans tous ses états

PAGE 8



SIGNÉE DOMINIQUE TREMBLAY



LES ÉLÈVES DE L'ÉCOLE ST-VINCENT GOÛTENT AUX TÉNÉBRIONS

PAGE 4

BOUFFE DU FUTUR?

PHOTO JULIE CATUDAL

JOURNÉE MONDIALE DU THÉÂTRE

UN ART EN PLEINE SANTÉ DANS LA RÉGION

PAGE 5

CUISINES COLLECTIVES DE LA MONTÉRÉGIE

UNE INVITATION À JOUER DANS LA TERRE

PAGE 10



123 RF

MA MAISON

SECTION SPÉCIALE À L'INTÉRIEUR

<p>Fondue chinoise de boeuf</p> <p>Fondue chinoise de dinde</p> <p>Fondue chinoise de porc</p> <p>(Produits congelés)</p>	<p>799\$ 17⁶¹\$/kg</p>	<p>99¢ ch.</p>	<p>399\$ /lb 8,80\$/kg</p>
	<p>899\$ 19⁸²\$/kg</p>	<p>379\$ ch.</p>	<p>229\$ /100 g</p>
	<p>699\$ 15⁴¹\$/kg</p>		

Rabais en vigueur du 28 mars au 3 avril 2019

BOUCHERIE LES 2 DION

9, BOUL. MOUNTAIN, GRANBY
450 777-0267

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

Horaires :
Lundi au samedi : 8 h à 18 h
Dimanche : 8 h à 13 h



Dans un souci d'offrir l'information la plus complète au plus grand nombre, l'hebdo *Le Plus* se transformera ce printemps. — PHOTO CATHERINE TRUDEAU

Informers Plus

CHRISTIAN MALO

Directeur général
La Voix de l'Est



Chaque jour, *La Voix de l'Est* informe toute la région en publiant son journal papier en plus

d'alimenter son site internet et d'offrir une édition numérique pour tablette et téléphone intelligent. L'équipe de *La Voix de l'Est* publie également *Le Plus*,

votre journal hebdomadaire gratuit au service de sa communauté. Dans un souci d'offrir l'information la plus complète au plus grand nombre, l'hebdo *Le Plus* se transformera ce printemps. Tous les mardis, dès le 30 avril prochain, vous recevrez dans votre Publisac une toute nouvelle publication intitulée *La Voix de l'Est Plus* qui comprendra tout ce que vous aimez du *Plus*, — ses chroniques, ses

reportages, ses rubriques communautaires —, ainsi que les actualités du quotidien *La Voix de l'Est*. Ce journal *La Voix de l'Est Plus* sera aussi livré à tous les abonnés de *La Voix de l'Est* le mardi matin.

Tous y gagneront. Et nos annonceurs aussi puisque *La Voix de l'Est Plus* permettra de rejoindre les lecteurs du *Plus* et de *La Voix de l'Est* en même temps.

La plus récente enquête menée par Vividata, organisme indépendant de mesure de lectorat des journaux, révèle que vous êtes plus nombreux que jamais à nous lire.

Avec cette transformation du *Plus* que nous préparons, avec le contenu bonifié que nous vous livrerons, nous sommes persuadés que vous aurez encore *Plus* de plaisir à nous lire.



CLINIQUE PODIATRIQUE DE GRANBY

66, rue Court, bureau 214, Granby
450 991-4117

www.CliniquePodiatriqueGranby.ca

Le podiatre : le professionnel de confiance pour la santé de vos pieds

**Douleurs de talons?
Nous avons plusieurs solutions
pour vous aider!**

Couvert par la majorité des régimes d'assurance privés. Aucune référence médicale nécessaire.

D^{re} Geneviève Payette,
podiatre
Membre de l'Ordre des podiatres du Québec



Se faire prendre aux tripes



ENTRE LES LIGNES

Isabelle Gaboriault
isabelle.gaboriault@lavoixdelest.ca

Trois cent soixante-quinze mille films et séries sont proposés sur Netflix. Quand je décide de passer deux heures devant la télé, j'en perds la moitié à pitonner pour trouver ce que je vais finalement écouter. Trop de choix, c'est comme pas assez. Mais, curieusement, chaque fois je finis par faire défiler un documentaire. Des biographies, mais surtout des documentaires animaliers. Comme si ça répondait à un besoin.

Eh bien, croyez-le ou non, une étude menée par la chaîne anglaise BBC et des chercheurs de l'université de Berkely, en

Californie, vient de me faire réaliser que c'est sans doute le cas!

Selon eux, assister à la migration d'un troupeau d'éléphants au Niger, aux premiers pas d'un girafon en Ouganda ou à la quête de nourriture d'un ours polaire sur la banquise en Arctique agirait positivement sur notre santé mentale!

Plus j'y pense, plus ç'a du bon sens. En plus, avec la grosseur de nos téléviseurs, c'est comme si on y était! Personnellement, devant ces images magiques venant souvent du bout du monde, je tombe chaque fois dans un état méditatif qui me fait du bien. Je pense que c'est ce qu'on appelle « décrocher ». En plus, c'est touchant.

L'étude dont je vous parle a justement été réalisée à la suite du succès qu'a connu la série *Planet Earth II*, un documentaire animalier présenté en six épisodes sur les ondes de la BBC. Au total, plus de 11 millions de personnes l'ont regardée faisant en sorte que quelque part, y'a un dauphin d'eau douce désormais beaucoup plus populaire que bien des YouTubeurs!

Devant le phénomène est né le *Real happiness project* auquel ont participé 7500 personnes issues de pays anglo-saxons. À chacun, on a fait visionner des documentaires animaliers, des films dramatiques et des vidéos pédagogiques. Pendant qu'ils étaient captivés par ce qu'on leur présentait, leurs expressions étaient analysées, en direct, par un logiciel de reconnaissance du visage: le *Crowd Emotion*. Au terme de la diffusion, les participants devaient aussi faire part aux chercheurs de leur état d'esprit,

ceux-ci souhaitant évaluer leurs niveaux d'émotion.

Finalement, d'après le logiciel *Crowd Emotion*, les candidats auraient éprouvé plusieurs émotions positives, comme l'émerveillement et la joie, devant les images d'animaux. Selon les résultats obtenus, l'exposition à la nature semblait même diminuer le stress, la nervosité, la peur, l'anxiété et la fatigue.

Le fait de voir un bébé panda jouer comme un enfant ou d'assister à la longue marche des manchots empereurs serait toutefois plus grand chez les femmes que chez les hommes et plus important chez les jeunes âgés de 16 à 24 ans.

Selon le professeur qui a mené cette étude, le plaisir et l'émerveillement forment la base du bonheur.

« Si les gens ressentent des sensations d'émerveillement, ils sont plus susceptibles de faire preuve d'empathie et d'entraide, et de

mieux gérer leur stress », qu'il dit.

Voilà donc pourquoi je me suis retrouvée un jour devant *Afrique sauvage*. Un soir à écouter *Terres de glace*. Un matin à visionner *Au cœur des océans: la planète bleue* et à un autre moment donné, à me laisser éblouir par *Life: l'aventure de la vie*.

Parce qu'il y a ça aussi. C'est tellement beau. Juste la couleur de certains oiseaux, c'est à vous couper le souffle.

À elle seule, la beauté nous permet de nous extraire de notre quotidien un temps.

« Devant la beauté, notre mental se calme, faisait d'ailleurs remarquer un certain philosophe. Se crée alors un lien d'harmonie corps/esprit, qui nous donne le sentiment de n'être plus qu'un avec le monde qui nous entoure. »

Le printemps s'installe tranquillement. Pourquoi ne pas profiter du moment pour cultiver l'émerveillement.

Et si on osait...

bénévolat!

Semaine de l'action bénévole
45^e édition
Du 7 au 13 avril 2019

UN CAHIER SPÉCIAL À NE PAS MANQUER
LE MERCREDI 3 AVRIL DANS **Le Plus**

Des insectes pour collation

CYNTHIA LAFLAMME

cynthia.laflamme@lavoixdelest.ca

« Ça sent les chips! » Le nez dans un sac contenant un produit encore jamais goûté par sa classe, l'enseignante Julie Desautels tente d'éveiller la curiosité de ses élèves de première année. C'est que personne, incluant Madame Julie, n'a mangé de ténébrions meuniers à ce jour, plus précisément leurs larves, des vers de farine préparés pour l'alimentation.

Devant l'inconnu, il faut éviter de grimacer et plutôt montrer une ouverture pour donner l'exemple. C'est d'ailleurs Madame Julie qui goûte en premier. Elle prend une petite poignée de larves séchées dans sa main et en croque quelques-uns. Ces insectes, aliments de l'avenir, goûtent la noisette grillée. « C'est bon! »

Aussitôt, les airs dégoûtés des enfants changent. Ils ont envie d'essayer, eux aussi. Judicieusement, elle donne quelques vers aux volontaires. Devant les commentaires positifs de leurs camarades, les plus difficiles leur emboîtent le

pas. Seul un garçon hésite avant de se laisser tenter par la version sucrée, soit des ténébrions plongés dans le beurre d'érable. Qui aurait pu résister?

Mardi, un étudiant au programme de gestion et technologies d'entreprise agricole au Cégep de Saint-Jean-sur-Richelieu, Bertrand Espougue, était de passage à l'école primaire Saint-Vincent de Saint-Césaire pour rencontrer les élèves. Comme l'école a choisi la thématique de l'insecte pour l'année scolaire, M. Espougue a été invité à parler des ténébrions.

LES ENFANTS EMBALLÉS

« Il y a plein de goût chez les insectes. Il y a une fourmi qui goûte le citron », a-t-il lancé aux élèves, surpris. Il suffit d'en faire tremper dans de l'eau pour obtenir une limonade naturelle, a-t-il ajouté. Une autre fourmi, en Australie celle-là, produirait même du miel! « C'était vraiment intéressant, a-t-il avoué. Les enfants sont emballés. C'est facile de les faire essayer. Des enfants, c'est toujours extrême dans leurs réactions. »

Cette année, les libellules et les abeilles sont à l'honneur chez les

premières et deuxièmes années. « Chaque année, on avait un thème de la rentrée... qui finissait par s'éteindre, explique l'enseignante Isabelle Pomerleau. On s'est donc donné pour mission de faire vivre le thème durant toute l'année. »

Selon les classes, certains enfants sont repartis à la maison avec des ténébrions ou des enseignantes ont cuisiné des biscuits composés d'insectes pour leurs élèves.

VERS L'AVENIR

Bertrand Espougue et Jérémie Côté se sont lancés dans l'élevage de ténébrions à leur première session au Cégep. M. Espougue arrivait tout juste de France lorsqu'il a visité l'Insectarium de Montréal.

« J'y ai goûté à un taco aux vers à soie et c'était vraiment bon! »

Depuis, il a fait des recherches sur les insectes comestibles au Québec et l'impact de leur consommation sur l'environnement. Lui et son collègue ont lancé un élevage de ténébrions dans un local du Cégep de Saint-Jean-sur-Richelieu, qui s'est ensuite transformé en projet de recherche. Leur Ferme a même remporté le concours national de OSEntreprendre, catégorie



Les enfants de l'école St-Vincent ont été piqués de curiosité dans la classe de Julie Desautels. — PHOTO JULIE CATUDAL

cégépiens. « C'est rendu que le Cégep veut en faire un projet de recherche, souligne M. Espougue. Le but serait de développer une expertise et des outils pour que des agriculteurs québécois puissent se mettre à la production d'insectes. Il y a des entreprises françaises qui se préparent à en vendre en Amérique du Nord pour l'élevage animal et de poissons. Ce serait dommage [de ne pas profiter de ce marché] alors qu'au final, on peut

largement produire des insectes pour le Canada. »

Un kilogramme de ces insectes se vend actuellement 120 \$. L'élevage de ténébrions meuniers requiert 2000 fois moins d'eau et dix fois moins de nourriture que pour le bœuf. Ces vers contiennent aussi 10 % plus de protéines que le bœuf.

« C'est pas mal l'avenir », conclut Bertrand Espougue, avant de filer vers un prochain groupe d'enfants curieux...

› FONDATION MÉRITE MÉNARD

Le vendredi 29 mars, de 19h30 à 23h, la Fondation Mérite Ménard de l'école secondaire de la Haute-Ville de Granby invite la population à une soirée dansante pour se dégourdir les jambes. Ça se passe à la salle communautaire de Roxton Pond. Pour l'occasion, le stage band de l'Harmonie de Granby (**notre photo**) sera sur place, ainsi qu'une équipe d'animation pour organiser différents jeux. C'est 15\$ par personne, incluant un léger goûter. Pour inciter les personnes âgées à socialiser, un service de transport à partir des Galeries de Granby, du parc Terry-Fox et du McDonald's de la Gare de Granby sera mis à leur disposition. L'objectif est d'accueillir 200 participants. Les profits de cette soirée permettront de financer certains projets de l'école. Pour plus d'information, consultez la page Facebook de la Fondation Mérite Ménard, à fondationmeritemenard@outlook.com ou au 450-372-5454. Les billets sont disponibles au secrétariat de l'école de la Haute-Ville en semaine, entre 8h et 16h. — ARCHIVES LE PLUS



Le Plus

Une division de La Voix de l'Est

450-375-4555

redaction@hebdoleplus.qc.ca

Heures de tombée

Rédaction: jeudi à 16h

Publicité: jeudi à 16h

76, rue Dufferin,

Granby, Québec, J2G 9L4

Président et éditeur:

Alain Turcotte

Coordonnatrice:

Isabelle Gaboriault

Directeur principal des ventes:

Sylvain Denault

Directeur général:

Christian Malo







Exclusif aux femmes

Orientation | Recherche d'emploi

AVEC NOUS, TU PEUX:

- Expérimenter des métiers présentant des perspectives d'emploi favorables.
- Valider un choix de formation et trouver un emploi à ton image.
- Faire des stages en entreprise.

DÉJÀ 20 ANS D'EXPERTISE!

PLACES LIMITÉES
INSCRIS-TOI!

Avenue
profession'elle

Avec la participation financière de:

Québec 

Granby et Cowansville: 450 378-2212 # 242

Un théâtre toujours bien vivant



CYNTHIA LAFLAMME
cynthia.laflamme@lavoixdelest.ca

Le théâtre est bien vivant à Granby. Avec le Théâtre de l'Ancien presbytère, les troupes professionnelles qui performant au Palace, l'art dramatique enseigné dans les écoles et les matchs d'improvisation, cet art a toujours sa place dans la vie des gens. La troupe amateur l'Atelier théâtre le prouve bien en allant chercher l'intérêt des 55 ans et plus depuis maintenant 26 ans.

Encore aujourd'hui, cette troupe compte environ 35 membres qui travaillent tant sur la scène que dans les coulisses, ce qui la rend autosuffisante. À l'invitation du président de la troupe, Hubert Lebrun, pour souligner la Journée mondiale du théâtre le 27 mars, *Le Plus* a assisté récemment à une répétition de la pièce *La veuve noire*, qui sera présentée début mai.

Le plus jeune membre n'a pas 55 ans, mais il est le pionnier de la troupe. Présent depuis 26 ans, au départ en tant que coiffeur, il est aujourd'hui metteur en scène. Toujours coiffeur, Stéphane Therrien peut se permettre de prendre congé deux matins par semaine pour les répétitions.

Attentif, il assiste à la répétition et donne quelques instructions. Il arrête les comédiens amateurs lorsqu'il y a un détail à changer. Il se repose sur Aline Goulet, postée derrière un lutrin sur lequel repose le texte, lorsqu'il doit revenir en arrière dans les dialogues.

Il met en scène les pièces de la troupe depuis maintenant cinq ans, mais il a occupé tous les rôles au fil des ans. « J'ai vu la troupe changer, évoluer, grandir, passer par toutes les émotions par lesquelles une troupe peut passer », dit-il.

Certains sont sortis de leur timidité, se sont émancipés à travers les paroles, la personnalité et la posture d'un personnage. D'autres ont costumé ou maquillé les comédiens. Il y a aussi les décors et l'assistance à la mise en scène.

26 ANS DE SOLIDARITÉ

Après 26 ans de théâtre, ce qui fait que la troupe tient toujours et qu'elle rejoint autant de gens est la « solidarité entre chacun et l'amour que se portent les uns pour les autres », croit M. Therrien.

« C'est un beau groupe, agréable,



La troupe amateur Atelier théâtre en répétition pour la présentation de *La veuve noire*, en mai. — CHRISTOPHE BOISSEAU-DION

souligne-t-il. Tout le monde s'aime, s'encourage et s'aide. Tout le monde grandit ensemble à travers la troupe. J'ai vu des coquilles s'ouvrir complètement, se transformer. Qu'est-ce qui fait que je reste? La passion. L'amour du théâtre, l'amour des gens et, plus loin que ça, l'amour de voir les gens évoluer. De les voir changer. Si j'arrive à faire s'ouvrir les autres, moi aussi je grandis. C'est tout ça qui fait que je reste et qui fait que je vais rester encore longtemps.»

Pour que la troupe se maintienne, il y a aussi la nécessité d'avoir un metteur en scène chaque année, ajoute Jean Cadieux, vice-président de l'organisation. Il y a des années où il leur a été difficile d'en trouver un. « Quand Anne Tremblay a accepté la mise en scène pendant quelques années, elle a pris Stéphane pour assistant avec l'idée de le préparer. »

MM Therrien et Cadieux soulignent aussi l'importance d'Aline Goulet, l'aînée de la troupe. Elle n'est montée sur scène qu'une fois depuis 1997, puisqu'elle adore son rôle d'assistante du metteur en scène, qu'elle tient depuis des années.

« Elle est mon bras droit, mon bras gauche et ma tête à penser! », souligne M. Therrien.

La vitalité est évidente dans la salle de répétition de l'Escale. Mais elle l'est aussi dans les gradins, lorsque vient le temps des représentations. La troupe amateur a même déjà rempli le Palace de Granby. Cette année, le public aura trois occasions de voir *La veuve noire*, soit les 3 et 4 mai, à 19 h 30, et le 5 mai, à 14 h, à l'auditorium du Cégep de Granby. Les billets sont en vente auprès des membres de la troupe.

Centre de Santé dentaire
Robert Cabana d.d. denturologiste
Consultez une équipe de plus de 40 ans d'expérience

Robert Cabana d.d. Denturologiste
Dr Jasmin Rouleau-Gagnon Dentiste généraliste
Dr Éric Chatelain Dentiste généraliste

114, rue St-Charles Sud, Granby • 450 372-6511
www.robertcabana.com

5363437

COURS SYLVA BERGERON

Fondé en 1959

ATTEIGNEZ VOS BUTS

- Prenez confiance en vous
- Soyez bien avec vous et avec les autres
- Enfin, retrouvez votre bien-être intérieur

DÉBARRASSEZ-VOUS DE VOS SOUFFRANCES INUTILES

- Anxiété, craintes, frustration
- Gêne, peurs, susceptibilité
- Inacceptation de soi et des autres



DÉMONSTRATION GRATUITE

GRANBY

le mardi 2 avril 2019 à 19 h 30 à la Salle des Missionnaires
691, rue Dufferin

Inf. : Normand Desjardins
450 659-3934

Institut de culture personnelle du Québec Inc.
sylvabergeron.com



5388393

Atmosphère Zen

Clinique santé

10 ans d'expérience

Traitement des pieds

Vous avez de la difficulté à couper vos ongles?
Votre corne sous les pieds vous fait souffrir?

Je peux vous aider!

Mes soins sont adaptés aux diabétiques.

Instruments stérilisés pour votre plus grande protection.

- Bains de pieds à remous
- Prévention d'ongles incarnés
- Orthonyxie
- Coupes d'ongles et amincissement
- Cors
- Durillons
- Callosités

FRANCE DOSTIE
Infirmière auxiliaire
Sur rendez-vous
450 574-3039

Membre de L'OIIAQ

106-B, rue St-Jacques,
Granby

5371979

Saviez-vous que...

Par : Mario Chaput, ND. A. de la Clinique Avril

L'utilisation de produits de santé naturels riches en jeunes pousses de myrtilles et noyer, fournit certains flavonoïdes utiles pour réduire les risques de complications associées au diabète (reins, yeux, pieds). On retrouve également ces flavonoïdes dans certains aliments (bleuets, oignons rouges, mûres). Ces flavonoïdes peuvent s'utiliser parallèlement avec les médicaments essentiels.

Parlez-en à votre naturopathe...

Je vous invite à une conférence gratuite sur le sujet
le mercredi 10 avril 2019, à 19 h 15,
à la Clinique Avril
11, rue Évangéline, Granby
Pour réservations : 450 994-4794

• Les tests et conseils naturopathiques proposés ne remplacent pas la nécessité d'une consultation médicale en première intention.

Cernez vos besoins par le bilan naturopathique avec Mario Chaput, ND. A. Coût : 80 \$, taxes incluses

5362784



NATUREMÉDIC
CLINIQUE DE CANNABIS MÉDICAL

Prescription de cannabis médical* pour douleurs chroniques, insomnie, anxiété, maladie de Crohn, sclérose en plaques, fibromyalgie et cancer.

- Rencontre en personne avec un médecin accrédité du Collège des Médecins du Québec (pas de Skype).
- Plan de traitement personnalisé et suivi médical effectués par nos infirmiers(ères) conseillers(ères) en cannabis médical.
- Reçus pour impôts

PRENEZ UN RENDEZ-VOUS DÈS AUJOURD'HUI SUR
WWW.NATUREMEDIC.CA/RENDEZ-VOUS/

Montréal • Magog • Roxton Pond • St-Sauveur
1-819-588-1205 info@naturemedic.ca

*Selon éligibilité au traitement.

VOUS AVEZ **55 ANS ET PLUS?**

VOUS ÊTES À LA RECHERCHE D'UN **EMPLOI?**

ICTA INITIATIVE CIBLÉE pour TRAVAILLEURS ÂGÉS
...la force de l'expérience!

LE PROCHAIN GROUPE DÉBUTE LE 8 AVRIL 2019
PLACES LIMITÉES!

*Les personnes de 50 à 54 ans peuvent être admissibles sous réserve d'une évaluation.

Possibilité d'une allocation de participation, sous réserve d'une évaluation

Informez-vous dès aujourd'hui! www.semogranby.ca

450 777-3771 (La Haute-Yamaska) **450 263-0122** (Brome-Missisquoi)

avec la participation financière de :

SEM SERVICE EXTÉRIEUR - MAIN D'ŒUVRE DE GRANBY & RÉGION

Québec **Canada**



Les Constructions Odyssees

R.B.Q. : 8224-6174-30

Bâtisseur de votre avenir!

Le cidre: entre tradition et innovation (partie 1)

MARIE-MICHELE GRENIER

SOMMELIÈRE

CHRONIQUE

marie-michele.grenier@hebdoleplus.qc.ca



LE TOAST DE MARIE-MICHÈLE

Importé de la France par Jacques Cartier, le cidre figure parmi les plus anciennes boissons alcoolisées au monde. Au Québec, la première installation pour le fabriquer remonte au milieu du 17^e siècle. N'ayant pas eu un parcours facile, l'histoire stipule que le cidre a été illégal au Québec durant près d'une cinquantaine d'années suivant 1921. Pourquoi? Seulement parce qu'on avait oublié de l'inclure dans la réglementation sur les boissons alcooliques. Il redevient légal dans les années 70 et suscite un fort engouement. Malheureusement, les cidres produits pour répondre à la grande demande ne sont pas toujours qualitatifs et lui font une mauvaise presse. Vers 1988, les premiers permis de productions artisanales sont libérés. On s'éloigne alors d'une production industrielle au profit de cidres plus raffinés reflétant le terroir. Aujourd'hui, l'industrie du cidre a le vent dans les voiles. Les cidriculteurs sont innovateurs. Ils expérimentent, exploitent de nouvelles variétés de pomme, et de nouvelles méthodes de production. La gamme de produits dérivés de la pomme est vaste! En voici quelques-uns.

CIDRE DE GLACE

Créé au Québec, c'est un peu grâce à lui que le cidre obtient le succès qu'on lui connaît aujourd'hui. La pomme étant moins sucrée que le raisin, le cidre de glace est une belle alternative au

vin de glace. Qu'il soit fait avec des pommes gelées (cryoextraction) ou du moût de pomme gelé (cryoconcentration), il demeure un incontournable pour terminer le repas en beauté. Doté d'une belle fraîcheur et d'une texture onctueuse, il est excellent avec un plateau de fromages.

CIDRE TRANQUILLE

Le cidre tranquille est sans effervescence. Aux arômes de fruits frais et croquants, léger et facile à boire, on le compare souvent aux vins blancs. Il rehaussera vos plats de volaille ou de poisson. On pourrait aussi le servir avec une cuisine asiatique.

CIDRE EFFERVESCENT

Sauf exception, l'effervescence des cidres est souvent obtenue de façon naturelle lors de la fermentation alcoolique. Le cidre mousseux peut être sec, demi-sec ou doux, selon le taux de sucre résiduel. Idéal à l'apéro, lorsqu'il est sec et s'il contient un peu de sucre résiduel, il accompagne les brunchs à merveille.

CIDRE FERMIER

Nouvelle tendance dans l'univers du cidre! Le cidre fermier est élaboré dans le même esprit que le vin nature. On y fait le moins d'interventions possible. La fermentation est spontanée, les levures sont naturelles et il n'y a pas d'ajout de sulfites. Son nom lui rend justice, puisqu'il en résulte un produit plus rustique, aux arômes terreux, rappelant la

ferme. Très intéressant pour ceux qui aiment sortir de leur zone de confort.

CIDRE AROMATISÉ

Aux herbes, à l'érable, aux petits fruits ou aux épices, les cidres aromatisés gagnent en popularité. Il s'agit d'un cidre traditionnel auquel on ajoute les arômes souhaités. Certaines cidreries innovent en lui ajoutant du houblon. Ces cidres houblonnés ont, bien sûr, la cote auprès des amateurs de bières.

CIDRE FORTIFIÉ

Pour obtenir un cidre fortifié, on assemble un cidre (plusieurs cidreries utilisent un cidre de glace) à un alcool fort (une eau-de-vie de pomme, par exemple). Généralement, on le laisse vieillir quelque temps en barrique, ce qui apporte une belle complexité. Le résultat final titre autour de 18% d'alcool. Si vous n'êtes pas amateur de la puissance que contiennent certains spiritueux en fin de repas, le cidre fortifié est une très belle alternative.

Vous savez?

Patience un peu jusqu'à la semaine prochaine pour découvrir quelques cidreries coup de cœur!



Vins au Féminin twitter: @mm_grenier

Ouvert aux visiteurs tous les dimanches de 13 h à 15 h
457, rue du Lys Blanc, Granby

450 776-2676 • lesconstructionsodyssees.com

Suivez-nous sur





C'EST L'HEURE TOYOTA

LE TOUT NOUVEAU **RAV4 FWD LE 2019**

COMPLÈTEMENT REDESSINÉ

À PARTIR DE

30 304\$*

*FRAIS DE TRANSPORT ET PRÉPARATION INCLUS. TAXES EN SUS.



PROFITEZ DE NOS DERNIERS MODÈLES 2018 EN STOCK
INCLUANT LE CAMRY 2018 AVEC JUSQU'À

4000\$

D'INCITATIF EN LOCATION OU EN ACHAT.

165, RUE DE SALABERRY

TOYOTA COWANSVILLE

450 263-8888

GROUPE
ST-LOUIS

ICI CHAQUE CLIENT EST UNIQUE



TOYOTA
COWANSVILLE

MAZDA
COWANSVILLE

NISSAN
COWANSVILLE

RUE DE SALABERRY, COWANSVILLE • 450 263-8888



Déjeuner avec FRANÇOIS BONNARDEL

Participez à un déjeuner de style cabane à sucre avec votre député et ministre des Transports, François Bonnardel.

Des musiciens seront sur place pour jouer de la musique folklorique!

MEMBRES ET ENFANTS : ENTRÉE GRATUITE
Sachez que vous pouvez devenir membre de la CAQ sur place!

LE DIMANCHE 31 MARS DE 8 H à 11 H

SALLE DES CHEVALIERS DE COLOMB
620, rue Dufferin, Granby

POUR INFORMATION : François Lemay
TÉL. : 450 577-3795 / COURRIEL : francois_lemay@hotmail.com

AUCUNE CONFIRMATION OU RÉSERVATION REQUISE

5386014

Mesdames, connaissez-vous Avenue profession'elle?

Publireportage

Des métiers, il y en a pour tous les goûts et pour tous les profils de femmes. Et en 2019, ce n'est pas le choix qui manque!
« Saviez-vous qu'il existe plus de 250 métiers traditionnellement masculins? » demande Julie Bérubé, conseillère socioprofessionnelle chez Avenue profession'elle (AP).

Depuis plus de 20 ans, AP se donne pour mission l'intégration socioprofessionnelle des femmes en les soutenant dans l'apprentissage et la pratique d'un métier à prédominance masculine.

« La sensibilisation aux métiers majoritairement masculins reste au cœur de notre mission, mais depuis 2016, nous avons élargi celle-ci pour ainsi en faire bénéficier la clientèle ayant un intérêt pour des secteurs plus traditionnels » affirme Véronique Tardif, conseillère en emploi.

En participant à l'une des formules de groupe, les femmes apprennent à mieux se connaître afin de choisir un métier qui leur convient, expérimentent des secteurs en demande, s'informent sur différents métiers, découvrent des méthodes efficaces pour se trouver un emploi et effectuent des stages en entreprise pour valider leur nouveau choix de carrière. Par la suite, les participantes visent un retour en emploi ou en formation et profitent d'un suivi pour le maintien de leur objectif.

**VOUS DÉSIREZ D'AVANTAGE DE RENSEIGNEMENTS OU VOUS VOULEZ VOUS INSCRIRE
POUR LE PROCHAIN GROUPE? CONTACTEZ L'ÉQUIPE D'AP AU 450 378-2212, POSTE 243.**



Avenue
profession'elle

Avec la participation financière de :

Québec

Granby et Cowansville: 450 378-2212 # 242



À contre-courant

**DOMINIQUE
TREMBLAY**

CHRONIQUE

dominique.tremblay@hebdoleplus.qc.ca



LE YOGA DANS TOUS SES ÉTATS

Mardi matin. Je me sens à contre-courant. J'ai les pieds pesants et la tête pleine. La semaine fait tout juste commencer. J'ai une chronique à écrire et l'inspiration ne vient pas. Ma tête est agitée et j'ai une lourdeur au plexus. Depuis le décès subit de ma mère, en janvier dernier, ma concentration est mise à rude épreuve.

En ce mardi matin, j'ai plusieurs « choix ». Me « perdre » sur Internet pour rêver aux vacances d'été, faire ma pratique de yoga, aller marcher, prendre un deuxième café qui, je le sais, ne me fera aucun bien. Tout cela est possible, mais je suis prise avec mon inertie. Mon mental agité me ramène en boucle des pensées inutiles et futiles et je me questionne sur ce dont j'ai besoin (à part, bien sûr, que le printemps arrive!). Je ne trouve pas de réponses.

Le mental est un spécialiste pour nous projeter dans un avenir meilleur et, ainsi, nous faire fuir l'instant présent. Heureusement, il y a aussi ce besoin de me donner de l'espace afin de me retrouver et de me connecter à quelque chose difficile à nommer. Ce quelque chose qui s'expérimente au fil des moments que le yoga m'offre. Ces instants qui permettent de me ressourcer afin d'apercevoir ce qui est réellement là. Aucun mode d'emploi n'est fourni avec les grands événements de la vie : la naissance, les enfants, la vie amoureuse,

la maladie, la mort... Les vécus profonds s'intègrent à d'autres niveaux : énergétique, vibratoire, émotionnel.

Je vis l'expérience de cette perte profondément dans mon ventre et toute une gamme d'ondes de turbulences affecte mes autres centres d'énergie.

On a toujours le choix, mais il faut aussi avoir le support pour faire des choix. Le yoga me donne cet appui et me permet d'être à la fois en désunion et en union. Ces forces qui se complètent et bâtissent ensemble ce que nous sommes. La pratique ne se fait pas que sur le tapis de yoga, elle est partout et en tous lieux. On dit que le yoga aide à « faire le vide », à alléger la charge trop lourde que l'on porte sur nos épaules. Je dis aussi qu'il aide à faire le plein. Un plein réel et authentique, sans feux d'artifice, sans artifices tout court.

Le yoga transforme la personne non seulement à travers ce qu'elle fait, mais surtout par ce qu'elle est. Bien sûr, on peut voir assez rapidement les progrès dans notre corps et sur la qualité de notre respiration, mais les plus grands changements se trouvent dans la partie silencieuse du yoga.

Le printemps est finalement arrivé. Promesse de temps plus clément et de renouveau. Chaque jour nous pouvons être témoins de ce renouveau, à nous d'y apercevoir les parcelles de lumière!

Namasté!



Centre de Santé dentaire

Robert Cabana d.d.
denturologiste

Fabrication et réparation de prothèses dentaires de précision et sur implants

CONSULTATION SANS FRAIS

Laissez-moi vous offrir un sourire authentique!

450 360-3808

114, rue St-Charles Sud, Granby

Julie Michaud d.d.
denturologiste



5378592

CHRONIQUE

À TOUT BOUT DE CHAMP



La famille Beaudry: des vies d'engagement



—PHOTOS TIRÉES DU RAPPORT ANNUEL D'AGROPUR 2013

Le décès récent, le 1^{er} mars dernier, d'Aldocia Parent-Beaudry, qui se trouvait à l'aube de ses 106 ans, nous a incité à mettre en valeur l'engagement communautaire de la grande famille Beaudry au fil du temps.

M^{me} Beaudry était la dernière survivante d'une lignée de bâtisseurs du monde agricole de la région de Granby.

Petit rappel historique. On est au milieu des années 1930. Le Canada, tout comme l'ensemble de la planète, vit la Grande Dépression. Les agriculteurs n'y échappent pas. Alors que Granby est animée par des pionniers comme l'agronome Alpha Mondou et l'agriculteur Omer Deslauriers, les agriculteurs d'ici réfléchissent aux moyens d'améliorer leur sort, tant au niveau de

l'approvisionnement de leur ferme que pour l'écoulement de leur production. La formule coopérative leur apparaît donc comme LA solution. C'est dans ce contexte que naît, en 1938, la Société coopérative agricole du Canton de Granby devenue, au fil des ans, Agropur, coopérative laitière. Spécifions que le père de M^{me} Parent-Beaudry (Gédéas Parent) a été le premier président d'Agropur. La Coopérative réunit alors 88 agriculteurs de villages voisins de Granby. Déjà, l'entreprise a une vision d'action régionale plutôt que strictement paroissiale, comme il était coutume dans le temps.

Rolland Beaudry, l'époux d'Aldocia, est du nombre des fondateurs. Il exercera pendant plusieurs années le rôle de secrétaire de l'organisation. Un de ses frères, Roger, a aussi fait sa marque dans l'histoire d'Agropur. Il en a été administrateur pendant plusieurs

années. Sa notoriété comme éleveur de mérite de bovins laitiers de race Ayrshire a largement dépassé les frontières du pays. Son fils François a, depuis, pris dignement la relève sur le rang Beaudry. Revenons à la famille de Rolland et d'Aldocia, parents de sept enfants, pour souligner l'engagement particulier de l'un deux, Robert, qui exploite aujourd'hui l'entreprise ancestrale avec sa famille.

Robert est un éternel défenseur des formules de groupe. Il a été l'un des instigateurs du Club conseil Gestrie Sol, un organisme sans but lucratif voué à l'amélioration des pratiques culturelles dans une perspective environnementale. Il en assume aujourd'hui la présidence. Là ne se termine pas son engagement communautaire. Il a aussi été très actif à la section régionale de l'UPA où il défend et soutient, notamment, les dossiers du lait, mais aussi les petites entreprises et la relève agricole. À

ce propos, il a récemment été de la création d'un microfinancement agricole avec la MRC de la Haute-Yamaska, facilitant l'accès de projets plus marginaux au crédit agricole. Les dossiers laitiers, agricoles, financiers ou ruraux (UPA, Agropur, Syndicat de gestion, ACFA, CSCME) l'animent et lui assurent un transfert d'information vers son entreprise.

Il a personnellement soutenu six projets issus de la jeunesse agricole en l'encourageant et en l'aidant par l'entremise de ses nombreux moyens et contacts. En plus d'élever ses quatre garçons, deux jeunes entrepreneurs non-apparentés ont pu bénéficier de son appui. En plus d'eux, il n'hésite jamais à réseauter ou à appuyer toute jeunesse ambitieuse et allumée gravitant à ces côtés. selon la multiple de chapeaux qu'il peut porter.

Nous profitons donc de ce moment pour souligner la carrière de Robert comme un acteur important pour l'avancement du milieu du service agronomique et environnemental non lié et des formules de groupe.

Un honneur qui rejaillit sur l'ensemble de la grande famille Beaudry.

Club conseil Gestrie-Sol

Cette chronique est rendue possible grâce au soutien financier de l'UPA.



Venez voir de plus près!

Grand choix de verres et montures de QUALITÉ à PRIX COMPÉTITIF

Votre amie opticienne

CENTRE VISUEL LISE DUCHESNE, O.D.D.

53 Drummond, Granby 450 777-3372

www.centrevisuelliseduchesne.ca



CUISINES COLLECTIVES DE LA MONTÉRÉGIE

Ensemble, les mains dans la terre

BILLIE-ANNE LEDUC

billie-anne.leduc@lavoixdelest.ca

Cet été, il sera encore possible de planter, d'arroser, de désherber et de récolter en communauté aux trois jardins collectifs mis gratuitement à la disposition des citoyens et gérés par les Cuisines Collectives de la Montérégie. Le printemps étant à nos portes, les inscriptions sont officiellement ouvertes aux jardins des parcs Miner et Richelieu, ainsi qu'au Centre culturel St-Benoit.

« Mettre les mains dans la terre c'est un antidépresseur. Ça ravive quelque chose en nous, une joie de vivre. Ça nous fait sortir dehors, nous fait rencontrer des gens. Ça nous reconnecte avec nous-mêmes », fait remarquer l'animatrice des jardins collectifs, Catherine Bernard. Celle-ci se trouvera dans les jardins deux fois par semaine afin d'offrir un soutien et de coordonner le tout. Ayant produit pas moins de 339 kg

de légumes l'an passé, les trois lieux offriront une nouveauté cette année : des jardins surélevés, permettant à ceux souffrant de problèmes physiques ou aux prises avec un handicap de participer, eux aussi, au jardinage.

FORMATIONS ET ATELIERS

Une multitude de formations intéressantes et au goût du jour seront aussi organisées, que ce soit les traditionnelles séances de cannage, en passant par la lactofermentation et autres techniques de conservation. Un atelier de fabrication de baumes naturels à l'aide d'herbes et de plantes sera, par exemple, donné par une herboriste de la région. Offertes à coûts réduits pour les jardiniers inscrits, mais ouvertes à tous, ces formations permettront à la communauté de se regrouper, d'échanger et d'apprendre. Avant tout pour « briser l'isolement », affirme Catherine Bernard, les jardins, les formations et les *potluck* organisés visent à offrir des légumes frais aux gens pendant toute l'année, mais aussi

de tisser des liens. « L'idée est que les gens aient de l'intérêt pendant toute la saison : de mars à octobre-novembre. On veut créer le sentiment d'appartenance aux jardins », ajoute la directrice des Cuisines Collectives, Martine St-Germain.

OUVERTS À TOUS

Tous les types de jardiniers sont les bienvenus. Il s'agit véritablement de créer un dialogue et de favoriser l'entraide. Les jardins collectifs bénéficieront de la présence précieuse et sporadique du jardinier responsable de la Ferme Héritage Miner, François Lamontagne, possédant plus d'un tour dans son sac. « Notre mission, c'est l'éducation, l'autonomie des gens, autant les plus nantis que ceux en difficulté financière. L'objectif des jardins c'est la santé et de mettre à disposition des aliments frais », précise Martine St-Germain. Nul besoin toutefois de s'équiper d'un attirail coûteux. Les outils se trouveront sur place, prêts à l'utilisation.

Une douzaine de jardins sont



La directrice générale des Cuisines Collectives de la Montérégie, Martine St-Germain, et l'animatrice des jardins collectifs, Catherine Bernard.

— CHRISTOPHE BOISSEAU-DION

disponibles à Granby, Waterloo et Roxton Pond. Qu'ils soient collectifs ou communautaires, ils sont ouverts à tous, à coûts variables. Pour plus d'information, consultez le *Granby vous informe* ou abonnez-vous à la page Facebook « Catherine Jardins Granby ».

Catherine Bernard invite d'ailleurs la communauté aux séances d'information et d'inscriptions qui

se tiendront le mardi 2 avril pour le Jardin du Centre communautaire St-Benoit et le jeudi 4 avril pour le Jardin Richelieu. C'est à 18 h30 dans les locaux des Cuisines Collectives de la Montérégie.

Il est à noter également que les Jardins collectifs sont à la recherche de commandites de matériaux, de cabanons, de balances, de cèdres et de plants.



Girardot & MÉNARD
COMPLEXE FUNÉRAIRE



Julie Girardot

NOUVEAUX RITUELS

MON ÉQUIPE ET MOI SOMMES HEUREUX DE VOUS ANNONCER LA CRÉATION DE NOUVEAUX CONCEPTS, AFIN DE RÉPONDRE À LA DEMANDE DES FAMILLES DÉSIRANT UN RITUEL RÉINVENTÉ.

RITUEL ÉVÉNEMENTIEL

Signé GIRARDOT & MÉNARD




Au cœur de notre salle lounge intime et chaleureuse et de notre grande salle de réception lumineuse vous serez conviés à partager vos souvenirs dans une atmosphère conviviale et distinctive. Ce nouveau rituel se veut à l'image de la vie de la personne aimée qui nous a quittés.

Nos salles peuvent être aménagées avec une ambiance musicale personnalisée et selon la thématique souhaitée, telle que : LE COCKTAIL DINATOIRE, LES SAVEURS DU MONDE, LE VINS ET FROMAGES, LE BRUNCH DU DIMANCHE, LE CONCERT INTIME.

Pour l'amour de la vie, LE COMPLEXE FUNÉRAIRE GIRARDOT & MÉNARD, PROFESSIONNEL EN RITUELS FUNÉRAIRES D'EXCEPTION.

470, rue Dufferin, Granby 450 372-4498 www.girardot-menard.com



CENTRE DE SANTÉ
DENTAIRE
Dre VALÉRIE KHALIL
S.E.N.C.R.L.

On s'occupe de votre sourire!

Une équipe qui vous accueille dans une ambiance chaleureuse, dynamique et personnalisée.

Prenez rendez-vous dès maintenant!






475, rue Dufferin, Granby
450 360-0660
www.dentistgranby.com Dre Valérie Khalil Dr Robert Lechasseur



Innové pour exalter

L'ÉVÉNEMENT MON CHOIX

Un choix simple pour le temps des sucres.

NISSAN INTELLIGENT MOBILITY^{MC}

JUSQU'À

2 000\$ DE RABAIS*

ou

JUSQU'À

1% DE RÉDUCTION DU TAUX[†]

ou

JUSQU'À

3 PAIEMENTS À NOS FRAIS[‡] VALEUR JUSQU'À 2 000 \$

Sur modèles sélectionnés. Les montants de 2 000 \$ sont sur le Murano. Le KICKS est exclu de ces offres.



ROGUE

LOUEZ LE **ROGUE S À TRACTION AVANT** POUR **298 \$ / MOIS** AVEC 2995 \$ EN COMPTANT INITIAL PENDANT **24 MOIS**, INCLUANT 1500 \$ DE RABAIS MON CHOIX.

C'EST COMME PAYER LOCATION COURTE DURÉE

69\$^{}** /SEMAINE **24 MOIS**

VALEUR AU DÉTAIL DE **27 208\$**



QASHQAI

LOUEZ LE **QASHQAI S À TRACTION AVANT** POUR **255 \$ / MOIS** AVEC 2795 \$ EN COMPTANT INITIAL PENDANT **36 MOIS**, INCLUANT 1000 \$ DE RABAIS MON CHOIX.

C'EST COMME PAYER

59\$^{}** /SEMAINE

VALEUR AU DÉTAIL DE

24 263\$



MICRA SV 2018

LOUEZ LA **MICRA SV À BOÎTE AUTOMATIQUE** POUR **172 \$ / MOIS** AVEC 1595 \$ EN COMPTANT INITIAL PENDANT **60 MOIS**, INCLUANT 750 \$ DE RABAIS MON CHOIX.

C'EST COMME PAYER

39\$^{}** /SEMAINE

VALEUR AU DÉTAIL DE

16 613\$

LE TOUT NOUVEAU KICKS

LOUEZ LE **KICKS S** POUR **213 \$ / MOIS** AVEC 2195 \$ EN COMPTANT INITIAL PENDANT **60 MOIS**

C'EST COMME PAYER

49\$^{}** /SEMAINE

VALEUR AU DÉTAIL DE

19 908\$



CONSULTEZ CHOISISSEZNISSAN.CA POUR PLUS DE DÉTAILS

L'ASSOCIATION DES CONCESSIONNAIRES NISSAN DU QUÉBEC

Offres en vigueur du 1^{er} mars au 31 mars 2019. Les offres de location par l'entremise de NCF sont basées sur une allocation de 20 000 km / an (allocation totale de 40 000 / 60 000 / 100 000 km pour un terme de 24 / 36 / 60 mois) avec kilométrage additionnel à 0,10 \$ / km. Le premier paiement et le versement comptant le cas échéant sont 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. Pour les offres à la location, les taxes, immatriculation, droits spécifiques sur les pneus neufs (15 \$) et les assurances sont en sus, et exigées à la signature du contrat. ** Les paiements ne peuvent être faits hebdomadairement. Ils sont uniquement mentionnés à titre informatif. * Le rabais Mon Choix de 2 000 \$ / 1 000 \$ / 1 500 \$ / 2 000 \$ / 7 500 \$ est applicable à l'achat ou au comptant, à la location ou au financement à taux standard, sur approbation de crédit, uniquement par l'entremise de NCF, d'un modèle Pathfinder 2019 / Murano 2019 / Rogue 2019 / Qashqai 2019 / Sentra 2019 / Micra 2018. Ce rabais ne peut être combiné à un taux de location ou de financement subventionné et sera déduit du prix de vente négocié avant les taxes. † Offre de durée limitée par l'entremise de Nissan Canada Financial Services Inc. (NCF) sur approbation de crédit. Réduction du taux allant jusqu'à 1% offerte sur modèles Rogue 2019 / Sentra 2019 / Qashqai 2019 / Murano 2019 / Pathfinder 2019 / Micra 2018 neufs, financés ou loués, d'un concessionnaire Nissan participant. Le client recevra une réduction allant jusqu'à 1% sur les taux de financement ou de location présentement offerts par l'entremise de NCF, jusqu'à un minimum de 0%. ‡ Dispense de paiement de jusqu'à 1 500 \$ / 1 000 \$ / 1 500 \$ / 2 000 \$ / 7 500 \$ est disponible à la location ou au financement d'un modèle Rogue 2019 / Sentra 2019 / Qashqai 2019 / Murano 2019 / Pathfinder 2019 / Micra 2018 neuf et non-immatriculé auparavant d'un concessionnaire Nissan autorisé au Canada, sur approbation de crédit. Jusqu'à 3 premiers paiements mensuels de location ou financement (excluant les taxes) seront annulés, jusqu'au montant maximal précisé ci-dessus. Suite aux paiements annulés, le client sera obligé de faire tous les autres paiements à la location ou au financement prévus pendant la durée du contrat. Si le montant total des 3 paiements à la location ou au financement dépasse le montant maximal précisé ci-dessus, le client devra payer la différence. Si le montant total des 3 paiements à la location ou au financement revient à moins que le montant maximal précisé ci-dessus, le client ne sera pas crédité pour la différence. La valeur des paiements à la location ou au financement d'un client dépendra de la durée de la période de location ou au financement et de l'acompte, le cas échéant, telle que sélectionnée par le client. Les offres sont sous réserve de l'approbation de crédit par Nissan Canada Finance, elles peuvent être modifiées, prolongées ou annulées sans préavis. Les concessionnaires peuvent fixer leurs propres prix. Visitez www.choisissezniissan.ca ou votre concessionnaire Nissan du Québec participant pour tous les détails. Des conditions s'appliquent. © Nissan Canada inc., 2019.

Votre journal

ÉVOLUE.

Votre journal se

TRANSFORME.

Votre journal

CHANGE.

Tous les mardis,

le contenu en information

que vous aimez du *Plus*

vous parviendra par

le biais de votre quotidien

La Voix de l'Est.



Vous en aurez **PLUS**. Vous en saurez **PLUS**. Vous en lirez **PLUS**.

Surveillez
laVoixde l'Est-Plus
 le 30 avril prochain!

» DICTÉE DU MOIS

Félicitations à tous les participants de mars. Karina Francoeur et Michel Mercure gagnent le prix offert par le journal Le Plus. Les gagnants pourront choisir leur livre au Centre Alpha situé au 125, rue Principale (sous-sol de l'église Sainte-Famille). Téléphone et télécopieur 450-378-9788. Merci à l'hebdo Le Plus, qui agit comme commanditaire, ainsi qu'aux Chevaliers de Colomb, conseil 9842.

Voici le corrigé de mars. (dix fautes)

Le parc de la misère

Je ne savais même pas si c'était un homme ou une femme. Cette personne se tenait devant moi, squelettique, **broyée** par la drogue. Elle aurait pu avoir 20 ou 60 ans. On aurait dit un zombie.

Depuis quelques mois, je travaille près d'un parc qui sert de refuge aux miséreux de la ville. Ils sont partout. Dormant entre des sacs de poubelle, tirant sur des restants de mégots dans des entrées de commerces, demandant la charité, assis sur la glace. Et, parfois, **hurlant** à pleins poumons au beau milieu de la rue pour chasser les démons qui les hantent.

Dutrizac dit que c'est pire la nuit. Des sans-**abri** se battent pour un **fond** de bouteille. Des ombres grouillant devant des hôtels de passe minables. Et puis la racaille, tout autour. On les voit, faisant leur deal entre deux autos, chuchotant à l'oreille de « leurs » filles, profitant de la misère **ambiante** pour remplir leurs poches. Des voutours tournant autour de leurs proies, flairant les clients, un cellulaire collé à l'oreille. L'autre jour, deux policiers écoutaient avec une patience infinie une jeune fille en larmes. Ils lui touchaient doucement l'épaule. Que tous ceux qui ne cessent de cracher sur les flics **aillent** faire un tour près de ce parc, au petit matin, ils y croiseront des policiers avec un cœur gros comme ça. Ce n'est pas parce qu'on a un **revolver** à la ceinture qu'on est insensible à la misère humaine. Ce n'est pas parce qu'on représente l'ordre et l'autorité qu'on est **incapable** de compassion, d'attendrissement, de bonté. Cette misère, je ne la confronte que dix minutes par jour, et ça me vire à l'envers. Eux la **côtoient** tous les jours. Jour après jour, nuit après nuit, les mêmes fantômes perdus, les mêmes **silhouettes** squelettiques ravagées par la poudre et l'alcool.

Richard Martineau
Le parc de la misère

EN BREF

Groupe fibromyalgie

GRANBY — Café-rencontre le mercredi 3 avril à 13h30 au Centre communautaire St-Benoit, local 208. Jasette, tricot, coloriage et ateliers de peinture pour les intéressés. Apportez votre matériel. Information: Danielle Fournier au 450-372-3401.

Les Filles d'Isabelle

GRANBY — Le cercle Marie-Immaculée# 720 de Granby invite ses membres à la prochaine rencontre mensuelle. C'est le lundi 1^{er} avril à 19h à la salle des Chevaliers de Colomb située au 620, rue Dufferin.

Âge d'or

ROXTON POND — Danse le vendredi 5 avril à 19h45 au Centre communautaire situé au 905, rue St-Jean. Animation musicale par Jacques Therrien. Assemblée générale le mercredi 17 avril à 19h. Un souper sera servi à 17h pour les membres du club de Roxton Pond seulement.

ACTIVITÉS COMMUNAUTAIRES

Chez Entr'Elles

GRANBY — Café-rencontre tous les mercredis matin, de 9h à 11h30, gratuit et sans inscription. Le sujet du mercredi 3 avril, autant au Centre de femmes Entr'elles que celui du jeudi 4 avril au CAB aux 4 vents, situé au 107, rue Lewis Ouest à Waterloo, sera À travers mes âges. Pour information: 450-375-4042. Entr'elles est situé au 170, rue Saint-Antoine Nord, bureau 321.

Autodéfense

GRANBY — Le CALACS, en collaboration avec la Table Jeunesse de la Haute-Yamaska, organise deux ateliers de prévention de

la violence et d'autodéfense. Un atelier pour jeunes filles de 12 à 16 ans aura lieu le vendredi 29 mars, de 9h30 à 16h30, à la Maison soutien aux Aidants de Granby (197, rue Paré). Un autre, mère-fille (de 12 à 16 ans), se tiendra le samedi 30 mars, de 9h30 à 16h30, toujours à la Maison soutien aux Aidants. Pour information et inscriptions, contactez le CALACS au 450-375-3338.

Club d'horticulture

COWANSVILLE — Conférence le lundi 1^{er} avril, à 19h, sur les nouveautés 2019 en compagnie de Dominique Martel, spécialiste en horticulture. C'est à la salle

Pauline Martel de la bibliothèque de Cowansville située au 608, rue Sud, entrée par la rue John. Pour information: 450-263-3626, au 450-522-7149 ou au www.clubhorticulturecowansville.com

Alcooliques Anonymes

GRANBY — Votre consommation d'alcool est devenue un problème dans votre vie? Alcooliques Anonymes peut vous aider. Des réunions se tiennent à Farnham, le mercredi à 20h, au 1330, rue Principale, et à Cowansville, Bedford, Rougemont et Granby. Informations: 450-405-9321.



CAMP DE SÉLECTION - 2019-2020 DU 3 AU 10 AVRIL

ARÉNA
LÉONARD-GRONDIN
DE GRANBY



Louis-Xavier Lachapelle,
Jérémy Nadeau-Fortin, Jordan Chagnon
PREP SCHOOL

MERCREDI 3 AVRIL
18 H 00 - 19 H 30
19 H 30 - 21 H 00

GLACE B
M14-M15
M17-M18

LUNDI 8 AVRIL
17 H 30 - 19 H 00
19 H 00 - 20 H 30

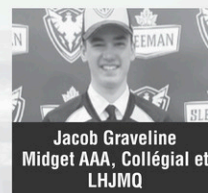
GLACE A
M12
M13

MARDI 9 AVRIL
18 H 00 - 19 H 30
19 H 30 - 21 H 00

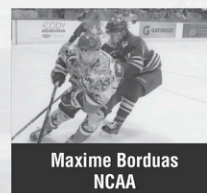
GLACE B
M14-M15
M17-M18

MERCREDI 10 AVRIL
17 H 30 - 19 H 00
19 H 00 - 20 H 30

GLACE A
M12
M13



Jacob Graveline
Midget AAA, Collégial et
LHJMQ



Maxime Borduas
NCAA



Shawn Milord
Collégial AAA, repêché
LHJMQ



Raphaël Bouchard
Collégial AAA et junior
AAA

Inscription : allez sur www.verbedivin.com onglet Titans, onglet Camp de sélection et remplir le formulaire avant le 1^{er} avril.

* Lors de la première pratique, nous demandons d'emmener le bulletin scolaire de l'année en cours, ainsi que 50 \$ pour les frais d'inscription.

POUR TOUTES INFORMATIONS, VOUS POUVEZ COMMUNIQUER AVEC
JEAN-VINCENT PIETTE, COORDONNATEUR TITANS HOCKEY,
AU 450 378-1074, POSTE 230 OU HOCKEY@VERBEDIVIN.COM

Petites annonces

Du lundi au vendredi de 8h30 à 16h30*

450 375-8888
classees@lavoixdelest.ca

*Avant 16h pour parution le lendemain.
 Le vendredi avant 16h pour parution dans *Le Plus*.

laVoixdeL'Est

Pour des résultats...

BERNARD EST LÀ!

BERNARD ROUSSELLE
 COURTIER IMMOBILIER
 450 521-7211

Sutton
 L'immobilier nous habite
 AGENCE IMMOBILIERE

VISA MasterCard Interac

PRENEZ NOTE QUE:
 Nos annonceurs sont priés de vérifier la première parution de leurs annonces.
 Notre journal se rend responsable d'une seule insertion erronée.
 Toute erreur ou annulation dans les éditions du MARDI au SAMEDI doit être soulignée AVANT 16h pour être corrigée ou annulée le lendemain.
 Toute erreur ou annulation dans Le Plus ou pour le SPÉCIAL TRIO MÉDIA doit être soulignée avant le VENDREDI, 16h pour être corrigée ou annulée.

386139V

2667

Logements d'immeubles vendus depuis 2000

Yves Forand
 Courtier immobilier

Cell. : 450 375-1621
 Bur. : 450 378-4120

RE/MAX Professionnel inc. Agence Immobilière

7644 Propriétés à vendre

Maison à vendre- 132 Hall- East Farnham, terrain 43,000 pc. 3 CAC, Garage détaché, PRIX RÉDUIT, VENDEUR MOTIVÉ
Maison mobile avec terrain- 266 Decelles-Brigham- abordable \$ 119,000 - terrain de 31,000 pc
Maison construit en 2009 - avec Terrain de 36 acres - Bolton Ouest- ch Stukely
 Visitez mon site ; www.philleonard.com
 Tel 450-263-1231
 Appel moi pour plus détails; Philip Leonard CTR-Royal Lepage au Sommet

7663 Propriétés à revenus

À SACRIFIER DUPLEX tout rénové, campagne St-Césaire, 20,000\$ en bas de l'évaluation municipale. 514 603-5847.

7685 Condos à vendre

BROMONT, condo ski in/ski out, 4½, stat. int., asc., foyer gaz, dernier étage, 514-814-4168

7686 Commerces et bâtisses commerciales à vendre

PETITE entreprise en coupe de gazon avec équipement complet ou à l'unité, possibilité de contrat pour 2019. Infos: 450-522-2612.

Abonnez-vous...
450 375-4555

7687 Terrains, terres et fermes à vendre

2 TERRAINS COMMERCIAL
 totalisant environ 100 000 pi.ca, sur route achalandée à Granby, idéal pour chaîne hôtelière, restaurant ou autres. Près du Zoo
1 888 221-1776

RECHERCHE, terrain de chasse, 100 acres et +, à long terme, personne fiable et respectueux, peut fournir réf., Yves : 450-522-8622

7736 À partager ou recherché



Recherche log. 3½ ou 4½ pour le 1er juillet. Doit accepter petit chien Schnauzer de 3 ans propre et non jappeur. 450 994-6018

7737 Logements à louer Granby

1er avril, 4 1/2 au 319 rue Bouchard. Immeuble et secteur tranquille, idéal pour personne retraité ou couple. Petit chien accepté 15 lbs, près d'un dépanneur, centre commercial. Situé au deuxième balcon. Enquête et références obligatoires. \$575 450-522-7890.

1er mai, 2 1/2 au 307 rue Bouchard, semi meubles (poêle -frigo), électricité incluse, buanderie dans l'immeuble, petit chien accepté 15 lbs. Demi sous-sol grandes fenêtres. Près d'un dépanneur et centre commercial. Enquête et références obligatoires. \$525. 450-522-7890.

2½ GILL, libre imm.;
 189 GATIEN, 50 ans et +, pour juillet; imm. récent.,
CONDO sur St-Michel, libre mai ou juin, rénové à neuf . 450 776-0031

2½ PRÈS centre d'achat, maison privé s/sol pour personne seule travailleur(euse). Ch./écl., câble, Wi-Fi, stat. incl., 450 \$/mois libre 1er avril 450 378-2156 après 18 h.

238 St-Hubert, près des services.
 4½, 3e étage, balcon, porte-patio, libre imm., nouveaux planchers, s. de lavage, endroit tranquille. Info : 450 777-5599

3½ SEMI-MEUBLÉ et 4½
 Idéal 55 ans et +. 450-775-5310

7738 Logements à louer en région

3½ SUR DEUX ÉTAGES dans une maison, Cowansville, près hôpital, entrée lav., séch., bois franc refait à neuf, s/bains et cuisine neuve, thermopompe, déneigement incl., 600\$/mois, pas de chien, libre,
 4½, BAS de duplex, pl. bois franc, thermopompe, tranquille, pas de chien, grande galerie, libre 1er avril, ou poss. avant, 650\$.
 450-775-4386.

COWANSVILLE - rue Nord, grand 4½ style condo, 2e étage, foyer, aire ouverte, 2 portes-patio et galeries, bain tourbillon avec douche séparée, grand «locker», balayeuse centrale et plus. Références et étude de crédit exigées. Concierge sur place. 1 petit chien permis. 720\$/mois. Libre. Tél. : 450-260-5189

7761 Chambres à louer

Pour personnes autonomes et semi-autonomes, en répit, début alzheimer, trouble cognitif, chambre avec s/d'eau, animation, messe mensuelle, tout incl., vous êtes chez vous.
28 Gareau, Roxton Pond 450 378-1821.

7762 Maisons à louer

Au centre-ville, 4 chambre à l'étage, 2 s/bain complètes, salon, cuisine, s/manger, cave en béton, thermopompe. Enquête de crédit requis. 1,025\$/mois 438 887-1257.

7767 Bureaux et locaux à louer

3 LOCAUX COMMERCIAUX
 Immeuble 110 St-Charles Sud, un à l'étage 1,014 pi², un de 260 pi² et un de 1638 pi² avec s/sol, prix à discuter 450 372-6511.

JE RECHERCHE petite local (garage) avec porte de 8 pi, si possible isolé, 450-521-0462

LOCAL à louer pour (2) coiffeur (se)s situé au 246 boul. Boivin, Granby Info : 450 776-3354

7768 Entrepôts, garages et stationnements à louer

GO CUBE GRANBY
 l'entrepôt mobile qui vient chez-vous
 Cube d'entreposage, 1-866-462-8231

7783 Massothérapie et soins thérapeutiques

Granby JOSÉE Massage
 450-956-7717 (ligne info)
 clientèle xxx-xxx-5150 (gina01@live.ca)

7787 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 Brisson. 1-866-566-7081

compte sur moi

leucan

Faites une différence pour les enfants

leucan.qc.ca
 1 800 361-9643

415437

DEVIENS... MACHINISTE

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

PHOTOGRAPHIE : © STEVE PELLERIN

DÉBUT DE LA FORMATION:

2018	2019
✓ 27 août	✓ 8 janvier
✓ 2 octobre	✓ 4 février
✓ 5 novembre	✓ 4 mars
✓ 3 décembre	✓ 1 ^{er} avril
	✓ 6 mai
	✓ 3 juin

CAMPUS Education des adultes et Formation professionnelle
 BROME-MISSISQUOI Adult Education and Vocational Training

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

CENTRE DE SANTÉ DENTAIRE
 Dre VALÉRIE KHALIL

ON S'OCCUPE DE VOTRE SOURIRE!

Votre denturologiste à Granby depuis déjà 10 ans

CONSULTATION GRATUITE

Isabelle Lefebvre
 Denturologiste

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

7786 Services financiers et impôts

7786 Services financiers et impôts

Comptabilité

IMPÔT

T.E.D. transmission électronique
Remboursement environ 2 semaines

35 ANS D'EXPÉRIENCE

- Particulier
- À votre compte
- Comptabilité (PME)

Comptabilité/Impôt Françoise Cadorette

158, rue Cartier, Granby **450 777-3844** Sur rendez-vous

7786 Services financiers et impôts

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

7788 Services professionnels et divers

SAAQ-SAAQ-SAAQ Victime d'un accident automobile? Vous avez des blessures? Contactez-nous. Consultation gratuite. M. Dion Avocats tél 1 855-282-2022 www.sossaaq.com

Les Entreprises P. BOMBARDIER

Service d'entretien paysager
Tonte de pelouses
Taille de haie et arbustes
Déneigement (souffleuse)

Pose de:
Tourbe
Haie de cèdres
Arbres de gros calibre
Pavé et murets

Estimation gratuite
Tél.: 450 777.3021
Meilleur prix garanti
Granby - Bromont
Roxton - St-Alphonse
Shefford - Waterloo

7795 Réparation, rénovation et construction

Artisan ébéniste et menuisier. Rénovation générale int. et ext., patio, rampes, remise et +. Info : 450 522-5904, tarif 25\$/h

HOMME À TOUT FAIRE
s/sol, s/bains, cuisine,
Jacques : 450 531-5885

PORTES DE GARAGE
6 pi X 7 pi • 8 pi X 7 pi • 9 pi X 7 pi
en inventaire



Fenestrie 299 Denison Est, Granby (route 112)
Portes & Fenêtres **450 372-0067**

7795 Réparation, rénovation et construction

PEINTURE - TIRAGE DE JOINTS ETC... Sans poussière - MAISON - BUREAU ETC... (450) 375-1446 Merci ! Philippe 25 ans exp.

RÉNOVATION ANDRÉ ST-AMANT
Entrepreneur général et spécialisé, int./ext. Estimation gratuite. RBQ 5626-8683-01 514-654-7759 ou 450-375-6306

SERGE BEAUREGARD
ENTREPRENEUR SPÉCIALISÉ
Peinture int. et ext., joints, rénovations. RBQ 8147-5113-07. Info : 450 578-3786

7797 Paysagement et services extérieurs

ABATTAGE, TAILLE D'ARBRES, ET HAIES DE CÈDRES, ETC.
450 777-7565 / 450 360-9550

ARBRES "LE PETIT ÉCUREUIL"
Arboriculture, déboisement, abattage, élagage d'arbres, déneigement de toiture, estimation gratuite. Prix comp. 450 577-0220.

7799 Déménagement, transport et entreposage

TRANSPORT ET DÉMÉNAGEMENT
Local et longue distance
COMPLÉT 1^e JUILLET
À l'heure ou à forfait. Ass.-responsabilité. 450 777-7565, cell 450 360-9550

7816 Agences de rencontres

CONTACTS directs et rencontres sur le service # 1 au Québec! Conversations, rencontres inattendues, des aventures inoubliables vous attendent. Goûtez la différence... Appelez le 1 866-553-5652 pour les écouter ou bien, pour leur parler, depuis votre cellulaire, faites le #(carré)6910 (des frais peuvent s'appliquer) L'aventure est au bout de la ligne . www.lesseductrices.com

7817 Amitié et rencontres

CHERCHE JEUNE COPAIN
pour partager mon intimité, mes loisirs. Moi : esprit ouvert, chaud lapin. 450 888-3710

7795 Réparation, rénovation et construction

7818 Ésotérisme et cartomancie

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)

Médium Québec réunit toujours pour vous les meilleurs voyant(e)s du Québec, reconnus pour leurs dons, leur sérieux, la qualité de leurs prédictions... Écoutez-les au 1-866-503-0830 et choisissez votre conseiller(e) personnel(le). Depuis votre cellulaire faite le #(carré)5722. Pour les voir et mieux les connaître: www.MediumQuebec.com

7819 Messages personnels

★ A1 ROMANCE ENR ★
Service d'accompagnement. Nouveautés et rénovations. 450 405-4902

7833 Possibilités d'affaires

À votre compte. Adhérez au succès! Routes de distributions exclusives, produits santé (Nestlé, Natrel, etc.) Clientèle incluse dans votre région. Mise de fonds nécessaire. Rendez-vous 1-877-358-3023

7834 Offres d'emploi

AGENT(E) PROMOTIONNEL, 20\$/h + prime rendement, info Isabelle au 450-209-4143 (texto ou tél.) ou envoyer C.V. à : ibelanger@vertdure.com

Aide-Paysagiste à temps plein
bonne forme physique, salaire à discuter. Pour info contacter Richard : 450 777-6797

BOUCHER(E) demandé(e), temps plein, Marché St-Valérien, faites parvenir votre C.V. par télécopieur 450-549-2141, par courriel : marchestvalerien2003@hotmail.ca

CHAUFFEUR CLASSE 1
Dompeur et plancher mobile. Temps plein
Alain : 450 360-9715 alain@distag.ca

85% TAUX de placement en emploi

SP3000 À votre service depuis 1997

CHERCHEURS D'EMPLOI
BESOIN D'ACTUALISATION?

BUREAUTIQUE COMPTABILITÉ SERVICE À LA CLIENTÈLE

Cours offerts :
■ Windows 10, Office 2016, Acoma
■ Simulation de travail de bureau
■ Aide à la recherche d'emploi
■ 2 demi-journées d'anglais par semaine

35 heures/semaine
Jusqu'à 15 semaines
Nouvelle session offerte tous les mois

Pour info : info@sp3000.org
450 372-0005
47, rue Drummond, Granby

Avec la participation financière de:

Québec

7834 Offres d'emploi

ATTENTION!!
Cherche camelot pour distribuer La Voix de l'Est à Granby
Pour les rues : de Matane, Gérard, Deslandes, terrebonne, témiscaminque, trois pistoles.
Travail tôt le matin.
LAISSEZ VOTRE MESSAGE au 450 375-4555, poste 4529

Cherche **mécanicien agricole** (personne qui se débrouille bien en mécanique sans nécessairement avoir son diplôme) 514 269-5575

CHERCHE personne ayant une passion pour le jardinage et les fleurs, temps plein ou partiel pour travail dans les serres 450 830-9701

CHERCHE personne pour travaux des champs pour une période de 2 mois dès le 15 avril 450 830-0708

COFFREUR DE BÉTON demandé, avec ou sans expérience, carte santé et sécurité obligatoire, Granby, 450 534-3685. **Sur rendez-vous : 450 242-8888**

LAC BROME terrain de camping
recherche journalier pour travail d'infrastructures et travaux divers. **Sur rendez-vous : 450 242-8888**

LES BALCONS DE L'ESTRIE
fabriquant de balcons en fibre de verre ont **PLUSIEURS POSTES À COMBLER POUR NOUS CONTACTER**
a.gazaille@balconsdelestrie.com
450-777-1818 Annie ou Alexandre

LES ROTISSERIES DUHAMEL, recherche des cuisiniers et livreurs, temps partiel et temps plein (jour, soir et fin de sem.), Contactez David ou Benjamin, 450-372-7583.

MENUISIER/CONTREMAÎTRE
Bonus / hebdomadaire / possibilité de véhicule fournis, travail à temps pleins, commercial et résidentiel, payé CCQ, compagnie établie depuis 20 ans, recherche partenaire de travail dynamique afin de compléter notre équipe.
Bernard Grondin : 450-405-8950

MULTI CARROSSERIES est à la recherche d'un(e) débosseleur(se) et d'un démonteur(se) /remonteur(se) d'expérience. Salaire compétitif, uniforme incl. et assurance collective. Toute personne sérieuse avec exp. dans le domaine est le bienvenu. 450 378-2693 Jean

OPPORTUNITÉ D'EMPLOI pour les 50 ans et +, début 8 avril, Contactez Stéfanie, 450 777-3771 poste 209

RECHERCHE chauffeur partiel classe 3 et classe 5, livraison Montréal et les environs. 450-521-9736, 450-994-3680

RECHERCHE **chauffeur(se)** de camion 20' et 26', classe 3 ou 5, pour livraison dans un rayon de 150km autour de Granby . 450 378-7373
ou info@livraisonindependante.com

7834 Offres d'emploi

RECHERCHE personne avec exp. avec pelle mécanique, pour travailler sur ferme agricole, pas besoin de cartes, temps plein ou temps partiel, poss. de logement, 450-360-9016

RESTO 55 situé à Ange-Gardien

recherche
Aide cuisinier (ère)
Apportez CV au
103 route 235, Ange-Gardien ou
courriel : nicole.sortie55@hotmail.com
Info : 450 293-2149 (Michel)

TRAVAIL saisonnier comme préposé(e) d'entretien paysager. Personne responsable et en bonne forme physique. Poste à temps plein, possédant un véhicule.
Nous contacter au 450 372-4409. Ostiguy Concepteur Paysager.

7851 Automobiles

A1 FINANCEMENT AUTO
aucun enquête de crédit
GARAGE ST-GERMAIN : 450 777-2540

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 ou 514 830-0098
1 888-446-5250
www.robertcloutierautos.com

À voir auto, camion, 4x4. Financement maison aucun cas refusé. Voitures 2010 à 2017, léger dépôt, aucun endosseur.
1-866-566-7081
www.financementbrisson.net

À VOIR! AUTO-CAMION-4X4. Financement maison, aucun cas refusé! 1 866 566-7081
www.financementbrisson.info

7873 Divers à vendre

ACHETONS ANTIQUÉS À DOMICILE: Meubles, Tableaux reconnus, Or 10 @ 24k Monnaies, Argenterie Sterling, Cristal, Luminaires, Ensemble de Vaisselle, Sculptures, Bronzes, Objets Décoratifs, Cruches, Horloges, Tricoteuse à bas, Hélices d'avion, etc.
www.tableauxantiques.com 514-891-0699

Liquidation d'Armoires
Fabriques sur mesure
450-266-4444

7882 Meubles et électroménagers

VENTE DE LIQUIDATION
Ens. cuisinière et réfrigérateur comme neufs spécial 475\$.
Aussi réfrigérateurs, cuisinières usagés 100\$. Garantie 3 mois.
450 777-7565 ou 450 360-9550

Don In Memoriam

Versez un don à la mémoire de l'être cher et aidez les victimes de traumatismes crâniens.

FONDATION NEUROTRAUMA
MARIE-ROBERT

www.fondationneurotrauma.ca
877 702-2662

Décor Nature
AMÉNAGEMENT PAYSAGER
Conception | Réalisation

- ✓ Vous êtes mûr pour un changement
- ✓ Vous avez une expérience reconnue
- ✓ Vous voulez travailler avec les meilleurs
- ✓ Vous désirez de bonnes conditions

Profitez d'une expertise professionnelle et faites partie d'une équipe de premier plan
Un simple rendez-vous juste pour voir...

450 266-4442 / info@decornature.com



C'EST LE TEMPS DE RÉSERVER

VOTRE DATE D'INSTALLATION!

RÉSERVEZ VOTRE DATE POUR :

LE CHANGEMENT
De votre toile de piscine hors terre ou creusée



- L'INSTALLATION :**
- D'un chauffe-piscine
 - D'une piscine creusée sur mesure ou en fibre de verre
 - D'une piscine hors terre ronde ou ovale
 - D'une piscine de bois hors terre ou semi-creusée
 - De votre spa Jacuzzi

Venez choisir les couleurs et vos options et profitez-en dès cet été!!!

SOHO

de 18 pieds
Installée et équipée

3 699⁹⁹\$

OU

76⁶²\$
/60 mois

VENEZ DÉCOUVRIR NOS NOUVELLES COLLECTIONS DE MEUBLES DE JARDIN 2019!

Nous payons l'équivalent DES 2 TAXES OU **PAYEZ EN 36 versements SANS INTÉRÊT**



Chauffe-eau
à partir de **519⁹⁹\$**



CLUB PISCINE

SUPER fitness

GRANBY 450 777-6611

HEURES D'OUVERTURE • Lun., mar., mer.: 9 h à 18 h • Jeu., ven.: 9 h à 21 h • Sam.: 9 h à 17 h • Dim.: 10 h à 17 h