

Revue Nez rouge

Région de Laval - Basses Laurentides

Éd. 2025 | VOL. 21



28 NOVEMBRE AU 31 DÉCEMBRE

UN RETOUR BIEN ACCORDÉ

Version numérique



Avec

LA BOTTINE SOURIANTE

Société de l'assurance automobile Québec



Opération Nez rouge
Laval - Basses Laurentides

Desjardins



GREGOIRE

Revue Nez rouge

Région de Laval - Basses Laurentides



Société de l'assurance
automobile
Québec



Opération
Nez rouge
Laval - Basses Laurentides



Informations : 450 664-1917
sportslaval.qc.ca

Visitez notre site Internet!
OPERATIONNEZROUGE.COM



Sommaire

2

Mot de M. Harry Kasparian -
Président d'honneur

3

Mot de M^{me} Stephanie Corneau -
Coordonnatrice

4

Un peu d'histoire!

5

Portraits de bénévoles

6

Un maître d'œuvre engagé pour
le sport et la jeunesse! - Sports Laval

8

L'application mobile de l'Opération
Nez rouge : l'outil indispensable
de la campagne

9

Notre centrale de coordination, sécuri-
taire et aux couleurs du temps des Fêtes!

10

Un comité organisateur à votre service!

11

À ne pas manquer en centrale
cette année!

12

Merci à nos commanditaires

14

Les mythes liés à l'alcool

15

Voici nos recettes de mocktails
(cocktails sans alcool)

16

Testez vos connaissances

Dépôt légal - Bibliothèque et Archives nationales du Québec, 2025 • Dépôt légal - Bibliothèque et Archives Canada, 2025



1591, rue Principale, bureau 201
Sainte-Julie QC J3E 1W6
Tél. : 1 855 908-2626

Directrice générale
Stéphanie Chicoine, adm. a.
Directeur des ventes
André Labonté

Directrice - Infographie
Nancy Bossé
Directrice - Relation et service client
Nancy Thibeault





Mot de M. Harry Kasparian -

Président d'honneur

Quel plaisir d'être de nouveau le président d'honneur de la campagne d'Opération Nez rouge Laval – Basse-Laurier! Après le succès retentissant de l'an dernier, c'est avec un enthousiasme renouvelé que HGrégoire entame une nouvelle année à la barre de la campagne. Nous avons hâte de vous retrouver sur les routes pendant la période des Fêtes.

Cette année, nous maintenons et renforçons notre engagement à vos côtés.

J'aimerais d'ailleurs profiter de l'occasion pour réitérer mes plus sincères remerciements à tous les bénévoles qui se dévouent chaque année. C'est grâce à votre engagement sur le terrain que Nez rouge peut accomplir sa mission cruciale. Nous sommes certains que vous serez encore de la partie cette année!

En terminant, il demeure plus que jamais crucial de rester sensible et vigilant face aux dangers de l'alcool au volant. Miser sur la sécurité n'est pas qu'un choix, c'est un devoir envers nos communautés.

Nous continuerons notre campagne de sensibilisation sur nos réseaux sociaux et aussi en personne. Nous vous invitons à vous joindre à la conversation et à partager nos messages pour faire de la sécurité une priorité de tous les instants!

Au plaisir de vous retrouver pour une campagne sécuritaire et mémorable pendant la période des Fêtes!

Harry Kasparian

Vice-président Marketing de HGrégoire
Président d'honneur de l'Opération Nez rouge
de la région de Laval – Basse-Laurier



Mot de M^{me} Stephanie Corneau -

Coordonnatrice

Cette année encore, j'ai le privilège de reprendre le rôle de coordonnatrice de l'Opération Nez rouge Laval – Basses Laurentides. Mon parcours avec Nez rouge a commencé il y a maintenant 20 ans, alors que je faisais mes premiers pas comme bénévole. Au fil des années, j'ai eu l'opportunité d'occuper pratiquement toutes les fonctions possibles, ce qui m'a permis de réaliser à quel point chaque rôle est essentiel au bon déroulement de la campagne.

Pour moi, être bénévole à l'Opération Nez rouge dépasse largement l'idée d'un simple engagement. C'est l'impression de retrouver une famille élargie, une communauté unie par une même mission : rendre nos routes plus sécuritaires. La centrale devient un lieu de retrouvailles, de rires et de complaisances, où règne une atmosphère unique de solidarité et de plaisir partagé. C'est cette chaleur humaine qui fait de chaque campagne une expérience marquante et inoubliable.

D'année en année, je suis toujours touchée par l'engagement remarquable de nos bénévoles et la fidélité des utilisateurs du service. Voir autant de personnes unir leurs efforts pour une même cause démontre à quel point l'Opération Nez rouge fait partie intégrante du paysage festif et sécuritaire de notre région. Cette mobilisation constante me rappelle chaque fois pourquoi notre mission est si importante et si précieuse.

J'invite chacun d'entre vous à vivre cette aventure en enfilant le dossard rouge. Ensemble, faisons en sorte que les routes soient sécuritaires et que le temps des Fêtes soit synonyme de bonheur, de partage et de beaux souvenirs.

Stephanie Corneau

Coordonnatrice – Opération Nez rouge
Laval – Basses Laurentides



Opération Nez rouge

Laval - Basses Laurentides



Un peu

d'histoire!

L'Opération Nez rouge est un organisme à but non lucratif dont la mission est de valoriser l'adoption d'un comportement responsable dans toutes situations de facultés affaiblies par une approche citoyenne non moralisatrice,

- en offrant un service de raccompagnement accessible, dispensé par et pour la communauté, dont les retombées financières profitent à des organismes locaux dédiés à la jeunesse ou au sport amateur;
- et en réalisant d'autres programmes de sensibilisation à la consommation responsable et à la sécurité routière.

Lancée en 1984 par le Club de natation Rouge et Or de l'Université Laval à Québec, l'Opération Nez rouge est devenue une tradition du temps des Fêtes ainsi qu'un modèle de campagne de prévention de la conduite avec les facultés affaiblies, et ce, non seulement au Québec, mais également ailleurs au Canada et en Europe.

Depuis sa création, l'Opération Nez rouge opte pour un discours neutre et non moralisateur à l'égard de la consommation d'alcool. En traitant avec humour des solutions de rechange à la conduite avec les facultés affaiblies, elle s'est attiré l'immense sympathie du public. Peu importe le moment de l'année, le discours de l'Opération Nez rouge rappelle qu'avant de sortir faire la fête, il est important de planifier son retour à la maison en toute sécurité en faisant appel à un ami sobre, à un taxi, au transport en commun ou encore en dormant sur place.

En plus d'être une vaste campagne de sécurité routière, l'Opération Nez rouge constitue également une activité de financement pour plus d'une centaine d'organismes qui œuvrent auprès des jeunes. L'Opération Nez rouge bénéficie de l'appui de différents intervenants, dont celui de la Société de l'assurance automobile du Québec et de Desjardins, qui agissent à titre de commanditaires principaux.

Portraits

de bénévoles



Marc-André Lepage

Au départ, j'ai choisi de m'impliquer à l'Opération Nez rouge parce que, plus jeune, j'avais eu mes propres défis avec la conduite en état d'ébriété (sans conséquences tragiques, heureusement). Pour moi, c'était une façon de contribuer à la sensibilisation et de montrer l'exemple à mes deux garçons, qui étaient alors adolescents.

Dès ma première saison, j'ai eu tellement de plaisir que le bénévolat est vite devenu une activité en soi. J'ai partagé des soirées incroyables avec des amis, des membres de ma famille, et même avec d'autres bénévoles que je ne connaissais pas du tout au départ. Chaque campagne me laisse des souvenirs inoubliables et une foule d'anecdotes — on pourrait presque écrire un livre avec toutes ces histoires! Ce qui me ramène chaque année, c'est la force de l'équipe et l'énergie unique qu'on retrouve chez Nez rouge.

Un mot ou une phrase pour résumer mon expérience :

« Tellement surprenant, qu'on y prend goût!! »



Aristides Arias

Ayant vu de la parenté lutter contre l'alcoolisme et vivre les conséquences d'une suspension de permis de conduire, je m'étais toujours dit que, si je pouvais aider quelqu'un à éviter les problèmes liés à la conduite avec les facultés affaiblies, je le ferais.

C'est exactement ce que j'ai trouvé avec l'Opération Nez rouge. Ce qui me ramène chaque année, ce sont les gens que je rencontre, leurs histoires, l'atmosphère à la centrale, et surtout le personnel, qui rend chaque expérience agréable et enrichissante.

Un mot ou une phrase pour résumer mon expérience :

« Au fond, ce qui décrit le mieux mon expérience à Nez rouge, c'est le sentiment profond de satisfaction de contribuer à ramener quelqu'un chez lui en toute sécurité. Et si je devais résumer tout ça en un seul mot, ce serait sans hésiter : Bonheur! »



Un maître d'œuvre engagé pour le sport et la jeunesse! -

Sports Laval

Chaque année, le Secrétariat national de l'Opération Nez rouge accorde gratuitement à des organismes sans but lucratif œuvrant auprès des jeunes et légalement constitués, l'autorisation de tenir une Opération Nez rouge sur un territoire défini. Une convention, renouvelable annuellement, lie chaque organisme à l'Opération Nez rouge afin de garantir une application optimale des normes exigées.

Par exemple, l'organisme maître d'œuvre doit faire la preuve tous les ans qu'il détient une promesse de collaboration d'une firme comptable et de médias. Il doit disposer d'une source de bénévoles qui lui permettra de répondre à la demande et faire la preuve d'une certaine expérience dans l'organisation d'événements communautaires d'envergure.

Pour suivre la philosophie de l'Opération Nez rouge, les dons reçus des commandites et des accompagnements sont versés au maître d'œuvre qui lui, à son tour, les versera au profit de la jeunesse sportive.

C'est donc depuis septembre 1999 que Sports Laval agit à titre de maître d'œuvre de l'Opération Nez rouge pour les régions de Laval et des Basses-Laurentides. L'organisme prenait alors le relais du Club de natation Laval qui était demeuré le maître d'œuvre durant

13 années. Les bénéficiaires de cette campagne de sécurité routière sont remis aujourd'hui de façon annuelle à Sports Laval.

Historique

Sports Laval a vu le jour en décembre 2003 à la suite d'une alliance stratégique survenue entre La Commission Sports Laval (CSL) et l'Association régionale du sport étudiant de Laval (ARSEL).

Mission

Favoriser le développement du sport pour les jeunes Lavallois et Lavalloises, de l'initiation à l'excellence, en rassemblant et en soutenant à cet effet les organisations scolaires et civiles.

Vision

Être devenu le chef de file régional en faveur du développement sportif et avoir ainsi contribué à :

- L'harmonisation du secteur sportif scolaire et civil;
- L'accroissement de la pratique sportive;
- L'accroissement de l'activité physique et l'adoption de saines habitudes de vie par les jeunes Lavallois et Lavalloises.

Nos valeurs

- **Concertation et partenariat**

Cette valeur se traduit par une approche de Sports Laval misant sur la recherche de consensus et l'encouragement de ses membres à poursuivre des objectifs communs et harmonisés. Elle vise aussi le développement de partenariats fructueux impliquant un partage équitable des investissements, des avantages et des risques.

- **Responsabilisation et appartenance**

Cette valeur se traduit par un engagement de Sports Laval envers son rôle de leader du développement du sport.

Il reconnaît que ses membres, individuellement et collectivement, sont responsables du développement de leur discipline et de la pratique sportive dans leur milieu respectif. Il est aussi important pour Sports Laval que les membres se sentent partie prenante de l'organisation et qu'ils s'y identifient.

- **Écoute et disponibilité**

Cette valeur se traduit par l'accessibilité et la disponibilité de l'équipe de Sports Laval, par sa capacité à écouter et à analyser les besoins de ses membres, et ce, afin de pouvoir y répondre directement ou les référer promptement vers les services appropriés.

- **Rigueur et transparence**

Cette valeur se traduit par la préoccupation du travail bien fait et avec professionnalisme, ainsi que par la volonté d'agir avec honnêteté, intégrité et équité. De plus, elle prône une circulation et une transmission efficaces des informations pertinentes et dans les meilleurs délais pour chacun des publics cibles.





Opération Nez rouge

Laval - Basses Laurentides

L'application mobile de l'Opération Nez rouge :

l'outil indispensable de la campagne



Au fil des années, l'application mobile de l'Opération Nez rouge a pris une place grandissante et transforme désormais l'expérience, autant pour les bénévoles que pour les clients. Véritable alliée technologique, elle rend la campagne plus simple, plus rapide et plus conviviale pour tous!

Ce que vous pouvez faire avec l'application

Pour les bénévoles

- **Inscription en ligne** simplifiée, accessible en quelques clics.
- **Informations pratiques** sur les dates et heures d'opération de la centrale ainsi que l'adresse.
- **Répartition intelligente** : les demandes de transport arrivent directement dans l'application, un peu comme Uber.
- **Carte intégrée** : permet de localiser facilement l'endroit de la demande de transport et de s'y rendre sans détour.
- **Notifications en temps réel** : les bénévoles consignent chaque étape directement dans l'application — de l'acceptation de la demande jusqu'au raccompagnement terminé. Ces mises à jour sont instantanément transmises aux personnes raccompagnées afin de les tenir informées en continu.
- **Les jalons de participation** : un système de récompenses virtuelles qui souligne l'engagement (inscription, soirées complétées, anniversaire, etc.). Chaque jalon peut être partagé sur les réseaux sociaux pour montrer fièrement son implication.

Pour les clients

- **Demande de transport directement depuis l'application.**
- **Suivi en temps réel** de l'équipe, avec la position et le temps estimé d'arrivée (comme Uber!).
- **Informations pratiques** sur les dates et heures d'opération de la centrale.
- **Lien électronique pour les dons** : après chaque raccompagnement, les clients reçoivent un lien sécurisé pour faire un don en ligne et appuyer la mission de l'Opération Nez rouge.

Une expérience modernisée

Grâce à l'application, la campagne devient plus fluide que jamais. Les bénévoles gagnent en efficacité, les clients en confiance, et l'organisation en visibilité. C'est une nouvelle façon de mettre la technologie au service d'une mission qui reste, elle, la même depuis 1984 : rendre nos routes plus sécuritaires pendant le temps des Fêtes.

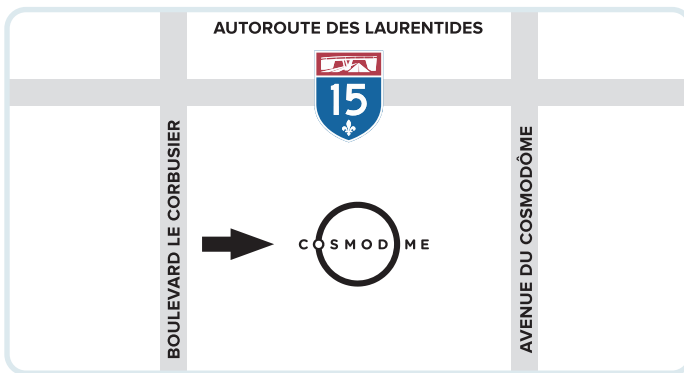
Téléchargez l'application de l'Opération Nez rouge et découvrez une nouvelle façon de vivre l'expérience!





Notre centrale de coordination, sécuritaire et aux couleurs

du temps des Fêtes!



Consultez notre calendrier d'opération pour vérifier nos journées et heures d'ouverture!

Dans le doute, ne vous abstenez surtout pas! Venez nous rencontrer à la centrale et nous vous convaincrions de vivre l'aventure Nez rouge avec nous!

Au plaisir!

Dates et heures de fonctionnement de l'Opération Nez rouge Laval-Basses Laurentides

Planifiez votre retour à la maison en toute sécurité! Appelez-nous au **514-666-4011** à l'intérieur de nos heures d'ouverture!

| Dimanche | Lundi | Mardi | Mercredi | Jeudi | Vendredi | Samedi |
|----------------------------------------|---------------------------------|----------------------------|----------------------------|----------------------------|----------------------------|----------------------------|
| 28 novembre au 31 décembre 2025 | | | | | 28 nov 19 h 30 - 3 h | 29 nov 19 h 30 - 3 h |
| 30 nov fermé | 1 ^{er} déc fermé | 2 déc fermé | 3 déc fermé | 4 déc 19 h 30 - 3 h | 5 déc 19 h 30 - 3 h | 6 déc 19 h 30 - 3 h |
| 7 déc fermé | 8 déc fermé | 9 déc fermé | 10 déc fermé | 11 déc 19 h 30 - 3 h | 12 déc 19 h 30 - 3 h | 13 déc 19 h 30 - 3 h |
| 14 déc fermé | 15 déc fermé | 16 déc fermé | 17 déc fermé | 18 déc 19 h 30 - 3 h | 19 déc 19 h 30 - 3 h | 20 déc 19 h 30 - 3 h |
| 21 déc 19 h 30 - 3 h | 22 déc 19 h 30 - 3 h | 23 déc 19 h 30 - 3 h | 24 déc 19 h 30 - 3 h | 25 déc 19 h 30 - 3 h | 26 déc 19 h 30 - 3 h | 27 déc 19 h 30 - 3 h |
| 28 déc 19 h 30 - 3 h | 29 déc 19 h 30 - 3 h | 30 déc 19 h 30 - 3 h | 31 déc 19 h 30 - 3 h | | | |



Opération Nez rouge

Laval - Basses Laurentides



Un comité organisateur

à votre service!

L'Opération Nez rouge, c'est bien plus qu'un service de raccompagnement : c'est devenu une véritable tradition du temps des Fêtes, autant pour les bénévoles que pour les utilisateurs! Mais derrière chaque campagne réussie se cache aussi le travail acharné du comité organisateur, qui dès le mois d'août met tout en œuvre pour préparer chaque détail de l'aventure.

Chaque secteur est pris en charge par un responsable qui veille au bon déroulement des opérations : téléphonie, accréditation, alimentation, matériel, formation, répartition, accueil et commandites. Rien n'est laissé au hasard! Et pour ajouter une touche festive, notre équipe de promotion sillonne les bureaux, les salles de réception, les bars et les restaurants, accompagnée de la mascotte Nez Rouge, afin de faire rayonner notre mission partout dans la région.

Comité 2025

Stephanie Corneau

Coordonnatrice

Stéphane Bolduc

Responsable de la promotion

Marie-Soleil Blanchard

Responsable de l'accueil et des commandites

Serge Thibaudeau

Responsable de la répartition

Mike English

Responsable de la téléphonie

Isabelle Miron

Responsable de la Centrale d'opération
de Mascouche-Lanaudière-Sud



À ne pas manquer

en centrale cette année!

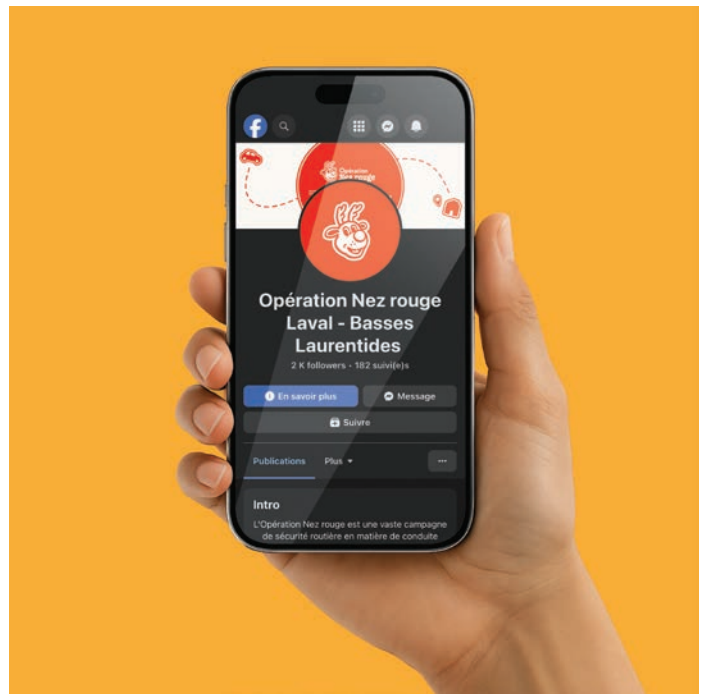


À chaque campagne, l'ambiance en centrale atteint un autre niveau grâce à nos soirées thématiques qui mettent de la couleur et de la bonne humeur dans les équipes! C'est l'occasion parfaite de se déguiser, de rire et de créer des souvenirs mémorables entre bénévoles.

Cette année, préparez-vous à encore plus de plaisir avec nos thèmes festifs :

- Le classique chandail laid de Noël
- Soirée chandail de hockey
- Soirée hawaïenne
- Et grande nouveauté : la dernière soirée thématique sera choisie par les bénévoles, lors d'un tirage au sort.

Suivez la page Facebook de l'Opération Nez rouge Laval – Basses Laurentides pour y connaître les dates des différentes soirées thématiques.



Et comme toujours, plusieurs prix de présence seront tirés parmi les participants... une belle façon de récompenser votre implication tout en s'amusant!

Merci à nos

commanditaires

Ils soutiennent fièrement nos bénévoles et notre mission!

Présentateur officiel :



Partenaires majeurs :



SYNDICAT QUÉBÉCOIS DE LA
CONSTRUCTION



Partenaire télécommunication :



Partenaires actualité :

L'ÉVEIL

Partenaire impression :



NORDINFO

Lettreur officiel :





Opération Nez rouge

Laval - Basses Laurentides

Les mythes liés à l'alcool

Un bon café noir, ça dégrise.

Le café donne l'impression de nous remuer les méninges.

Pourquoi? Parce que la caféine stimule sans toutefois diminuer l'alcoolémie.

Comme je n'ai pas bu depuis une heure, je peux prendre le volant.

En une heure, le corps n'élimine que l'alcool contenu dans une seule consommation (une bière, un verre de vin, un verre de spiritueux), soit environ 15 mg.

Donc, pour éliminer environ 70 mg d'alcool (4 à 5 consommations) dans notre organisme, il faudra en moyenne 5 heures.

J'ai dansé, j'ai donc transpiré tout l'alcool que j'ai pris.

Moins de 10 % de l'alcool consommé peut être éliminé par d'autres moyens que le foie, comme l'urine, la respiration et la transpiration.

Je mange en buvant, donc tout est beau.

Manger en buvant ne fait que ralentir pour un court moment le passage de l'alcool dans le sang. Attention aux délais de réaction!

On dort mieux après avoir consommé quelques verres.

L'alcool contribue peut-être à vous endormir, mais il altère la qualité de votre sommeil et vous prive de son action réparatrice.

J'ai pas bu de fort, juste de la bière.

Une bouteille ou une canette de bière (format régulier) contient la même quantité d'alcool qu'une coupe de vin ou qu'un shooter de spiritueux.

J'ai l'habitude de boire, l'alcool me rentre moins dedans.

Ceux qui boivent souvent ressentent moins les effets de l'alcool, mais la quantité d'alcool dans le sang est la même pour tout un chacun.

De plus, le risque d'avoir les facultés de conduite affaiblies est le même.

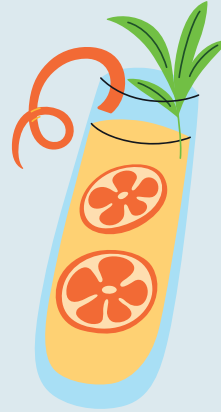


Opération Nez rouge

Laval - Basses Laurentides

Éduc  Valcool

La modération a bien meilleur goût.



Voici nos recettes





de mocktails (cocktails sans alcool)



Spritz d'hiver

Création de Monsieur Cocktail

Ingrédients :

-  45 ml d'apéritif italien sans alcool
-  45 ml d'eau pétillante canneberge et mangue
-  45 ml d'eau de source gazéifiée au citron
-  Rondelle d'agrumes (pour décorer)



Instructions :

Dans un verre rempli de glace, ajouter tous les ingrédients (sauf le pétillant) et mélanger à la cuillère jusqu'à ce que vos doigts deviennent très froids. Compléter avec les eaux pétillantes. Décorer d'une rondelle d'agrumes.



Virgin-tonic

Ingrédients :

-  45 ml d'infusion maison de genièvre, cassis, cardamome, clou de girofle et sauge
-  Eau tonique Littoral à l'hibiscus

Instructions :

Dans une casserole, infuser dans un demi-litre d'eau, 10 baies de genièvre, 3 feuilles de sauge, 3 clous de girofle, 3 gousses de cardamome et 3 baies de cassis, pendant 10 minutes. Laisser refroidir.

Dans un verre, mélanger l'infusion, la glace et allonger avec l'eau tonique. Mélanger à la cuillère puis garnir d'une tranche de citron et d'une feuille de sauge.



Opération Nez rouge

Laval - Basses Laurentides

Testez

VOS CONNAISSANCES

- En quelle année Montréal a-t-elle joint la mission de l'Opération Nez rouge?
 - 1984
 - 1987
 - 1989
 - 1994
- Dans quelle ville l'Opération Nez rouge a-t-elle été créée?
 - Nicolet
 - Montréal
 - Sherbrooke
 - Québec
- Quelle province du Canada est la première à s'être jointe à la mission?
 - Alberta
 - Nouvelle-Écosse
 - Nouveau-Brunswick
 - Colombie-Britannique
- En quelle année Opération Nez rouge a-t-elle lancé la nouvelle application mobile?
 - 2010
 - 2012
 - 2013
 - 2014
- Quelles villes étaient en action en 1985 pour la deuxième année de l'Opération Nez rouge?
 - Québec, Saguenay et Rimouski
 - Québec, Sherbrooke et Ottawa
 - Québec, Lévis et Saguenay
 - Québec, Lévis et Sherbrooke
- Qui a tenu le rôle du premier porte-parole de l'Opération Nez rouge?
 - Julien Poulin
 - Pierre Verville
 - Mario Jean
 - Dany Turcotte
- Dans quelle tranche d'âge retrouve-t-on le plus grand nombre de bénévoles s'étant impliqués en 2023 à Montréal?
 - 18-25 ans
 - 26-35 ans
 - 36-45 ans
 - 46 ans et plus
- Quelle organisation est à l'origine de la création de l'Opération Nez rouge?
 - La Société de l'assurance automobile du Québec
 - Le Club de natation Rouge et Or de l'Université Laval
 - Le ministère des Transports
 - L'Association des étudiants en *Techniques policières* de Nicolet
- Lors de la campagne 2024 de l'Opération Nez rouge de Montréal, quel est le montant total en dons qui a été amassé?
 - 27 715 \$
 - 31 369 \$
 - 22 034 \$
 - 42 051 \$
- À quoi fait référence le nom Opération Nez rouge?
 - Au petit renne au nez rouge du père Noël
 - À un exercice militaire que tenaient les Forces armées canadiennes durant le mois de février
 - Au nez rouge des clients en état d'ébriété
 - Toutes les réponses sont bonnes

Réponses : 1. c) 2. d) 3. b) 4. c) 5. a) 6. d) 7. c) 8. b) 9. a) 10. d)

Notre revue annuelle en version numérique!

Consultez-la dès maintenant au

RevueNezRouge.ca



VERSION
IMPRIMÉE

VERSION
NUMÉRIQUE