

Tremblant Express

Nature | Sport | Lifestyle

11
2025

Mont-Tremblant
Québec – Canada

Bains en eaux froides : du bien-être en nature
Cold water bathing: well-being in nature

**Marchés des fêtes : Régalez-vous,
magasinez et scintillez**
Holiday markets: Sip, shop & sparkle

Campus Santé Mont-Tremblant
Redéfinir les soins de santé communautaires
Transforming community healthcare

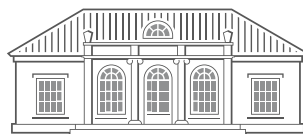


Quand le rêve prend demeure

FOLLOW YOUR DREAM, HOME™

Que vous cherchiez à acheter, vendre, bâtir ou louer une propriété dans les Laurentides, laissez-nous vous aider à accomplir vos rêves.

Whether you are buying, selling, building, or renting a property, let us help you find, or part with, your dream Laurentian retreat.



tremblant@evrealestate.com • 819 681-5000 • tremblant.evrealestate.com

Franke Mercedes-Benz • Passionnés depuis 1957



"GLC 300 4Matic
Le couteau suisse
des Vus Mercedes".
Location 758 \$ par mois*!

Photo: Bernard Franke



Démo en location

3,99 %*

48 mois

Paiement au mois

758 \$*

*Taxes en sus

Rabais 10 392\$

0 \$ Comptant*

Expire le 31 octobre 2025

Département des ventes

Ouvert les samedis

For English information, please call.

Mercedes-Benz



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

*© Mercedes-Benz Franke Sainte-Agathe. Inventaire # 71360, GLC 4Matic 2025 démo. Prix de vente 70 042 \$, 758,43 \$ par mois pour 48 mois, 12 000 km par année et valeur résiduelle de 30 498 \$. Les prix indiqués n'incluent pas TVQ, TPS ni les frais d'immatriculation, d'assurance et d'enregistrement du véhicule. Les offres peuvent changer sans préavis et ne peuvent être jumelées à aucune autre offre. L'offre prend fin le 31 octobre 2025. Ouvert les samedis.



SAUF INDICATION CONTRAIRE, TOUS LES SPECTACLES DÉBUTENT À 20 H.



VIVEZ NOS SOIRÉES SIGNATURES OÙ CHAQUE INSTANT FAIT VIBRER VOS SENS!

Experience our Signature Nights, where every moment awakens your senses!



JEUDI
THURSDAY

JAZZ
MUSIQUE « LIVE »

CHOUX GRAS

BRASSERIE CULINAIRE

19H - 7PM



JEUDI
THURSDAY

**MIXO
LOGIE**
Mixology

COCKTAIL VEDETTE
FEATURED COCKTAIL

16\$

Saveurs à découvrir
Flavors to discover

AXE

LOUNGE BAR

19H - 7PM



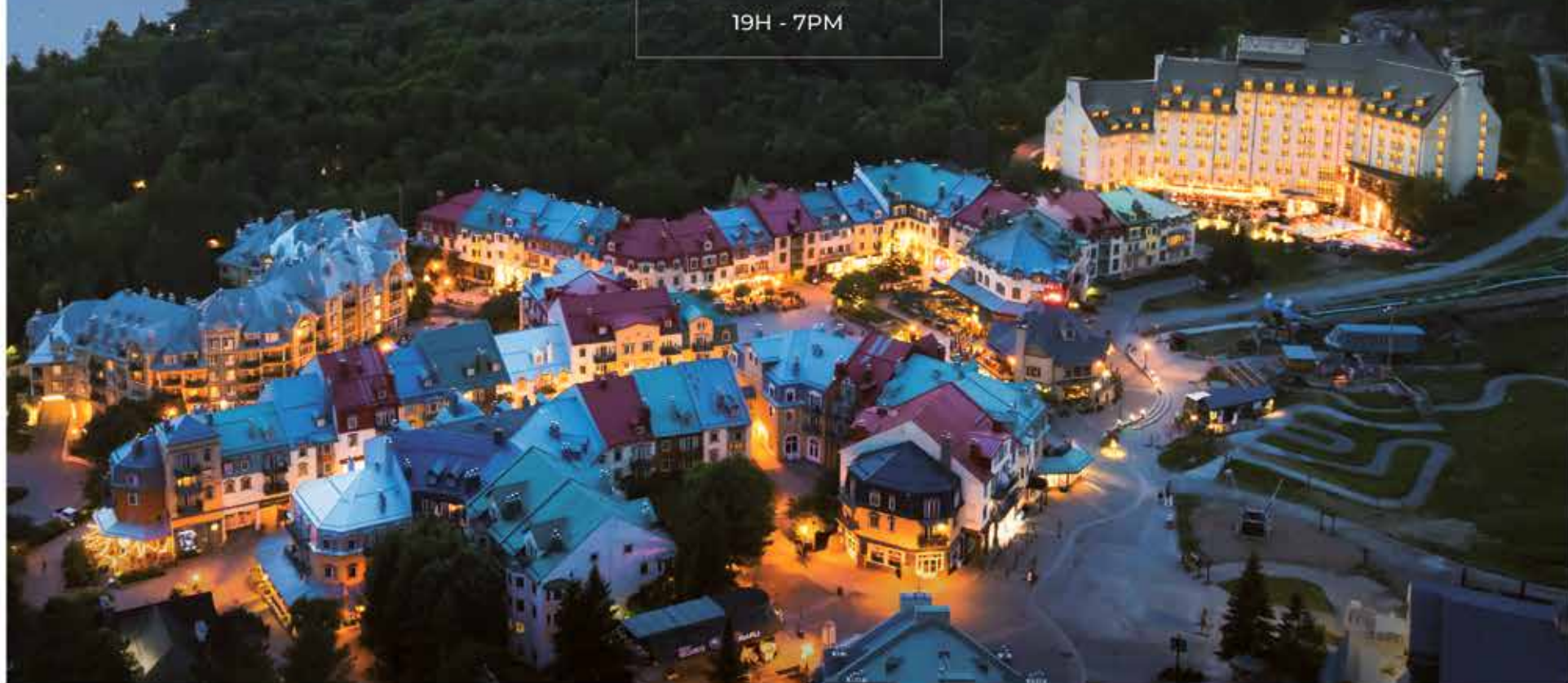
TOUS LES JOURS
EVERYDAY

**BAR À
HÙITRES**
Oyster Bar

AXE

LOUNGE BAR

16H - 20H / 4PM - 8PM



BOISÉ DE LA MARQUISE



QUELQUES TERRAINS SEULEMENT

À partir de 450 000 \$ + taxes

**Faites de cette vue votre quotidien :
Une occasion unique de posséder l'exception !**

Découvrez un domaine exclusif où la nature et le raffinement s'unissent pour créer un cadre de vie incomparable.

Au cœur de Saint-Sauveur, Le Boisé de la Marquise signé Magalex propose des terrains d'exception, pensés pour accueillir des résidences de prestige à la hauteur de vos ambitions.

Chaque parcelle a été soigneusement sélectionnée pour offrir une intimité absolue, des panoramas enchanteurs et un environnement qui conjugue quiétude et grandeur.

Ici, chaque détail incarne l'art de vivre !

Magalex, c'est aussi...

- Habitations de prestige,
- Métamorphoses résidentielles,
- Construction commerciale.



POUR RÉSERVER VOTRE TERRAIN, ÉCRIVEZ-NOUS AU VENTES@MAGALEX.CA
OU APPELEZ-NOUS AU 450 475-6883, POSTE 100.

MAGALEX

PLUS QU'UNE MAISON,
UN HÉRITAGE.

Tremblant Express

Culture | Sport | Lifestyle

Volume 32 no 11 – NOVEMBRE | NOVEMBER 2025

PROCHAINE ÉDITION : DÉCEMBRE (28 NOVEMBRE)

Réservation publicité : 7 novembre • Matériel final : 14 novembre

NEXT ISSUE: DECEMBER (NOVEMBER 28)

Ad reservation: November 7 • Final ad supplied: November 14

Direction

PROPRIÉTAIRE - ÉDITEUR | OWNER - EDITOR

David Coderre – david@tremblantexpress.com

DIRECTRICE COMMERCIALE | COMMERCIAL DIRECTOR

Dominique Langelier – dominique@tremblantexpress.com

DIRECTRICE ADMINISTRATIVE | ADMINISTRATIVE DIRECTOR

Myriam Delage – info@tremblantexpress.com

Notre équipe | Our team

RÉDACTEURS | WRITERS

Marie-Pierre Belisle-Kennedy, Cathy Bergman,
Jane Chisholm & Fabienne Macé

TRADUCTION | TRANSLATION

Marie-Pierre Belisle-Kennedy, Dominique Bernard & Anne Johnston

RÉVISION | CORRECTION

Anne Johnston, Dominique Bernard & Lysanne Ethier

DIRECTION ARTISTIQUE | ART DIRECTION

Isabelle David

DOCTEUR ORDI | DR. COMPUTER

Pierre Goyette

Collaborateurs | Contributors

Marc-Antoine Baril Lessard, Cathy Bergman, Stéphanie Drolet, Peter Duncan,
Me Bryan-Éric Lane, Dre Marie-Andrée LeBlanc, Patric Poitras, Robert Roy & Jo Simonetti

Production

GRAPHISME & INFOGRAPHIE | GRAPHIC DEPARTMENT

Isabelle David

IMPRESSION | PRINTING

Groupe Chicoine Imprimerie

TIRAGE LIMITÉ | LIMITED PRINT RUN

15 000 exemplaires | 15,000 copies

POINTS DE CHUTE | DROP-OFF POINTS

Mont-Tremblant, Saint-Sauveur, Montréal,
Laval, Boisbriand, Blainville, Gatineau, Ottawa

DISTRIBUTION

Messageries Dynamiques (Québec) - FMP Distribution (Ottawa)

SITE INTERNET | WEBSITE

Octantis

TREMBLANT EXPRESS

C.P. 4444, Mont-Tremblant, QC J8E 1A1
819 425-7875 • tremblantexpress.com

Publié par | published by Éditions Infomedia. Tous droits réservés. Le contenu du journal ne peut être reproduit sans l'autorisation écrite des Éditions Infomedia. **Nous ne sommes pas responsables des erreurs dans les textes et publicités fournis.** | We are not responsible for errors in texts and advertisements provided. Convention de la poste publication: 40696502. Dépôt légal: Bibliothèque nationale du Québec 1709-2388, Bibliothèque nationale du Canada 1492-4544.



Recyclez SVP
Please recycle



**NOUS SOMMES OUVERTS
WE'RE OPEN!**



2245, chemin du Village | Mont-Tremblant
819 425-8985 – info@skilachance.com





CHŒUR
TREMBLANT

Accompagné de ses musiciens
présente

2025

Vivement Noël

Un concert pour entamer la magie des fêtes

30 novembre à 16 h
Église Saint-Jovite, Mont-Tremblant

LOUIS BABIN
directeur artistique

INFORMATION : 873-279-2848 | CHOEURTREMBLANT.COM

Billets : 30 \$ - VIP 55 \$ | Entrée libre pour les moins de 18 ans

En vente chez Hamster l'Apostrophe Plus
1090, rue de Saint-Jovite, Mont-Tremblant (argent comptant)



Ville de
MONT-TREMBLANT



FORGET
MONT-TREMBLANT



Desjardins
Caisse de Mont-Tremblant



Sommaire | Content

NOVEMBRE | NOVEMBER 2025

10 Éditorial | Editorial

Actualités | News

12 Campus Santé Mont-Tremblant

Redéfinir les soins de santé communautaires
Transforming community healthcare

13 Chefs à la rescousse/Chefs to the rescue

Quand la bonne cuisine fait du bien | Where good food does good

29 Guignolées à Mont-Tremblant | Food and funds drives

Art de vivre | Lifestyle

14 Marchés des fêtes : Régalez-vous, magasinez et scintillez Holiday markets: Sip, shop & sparkle

28 Chœur Tremblant présente « Vivement Noël! »

Chœur Tremblant presents its Christmas concert

42 Préparez votre propriété pour l'hiver | Get your property ready for winter

Culture

15 K. Maro & Da Costa : *Les âmes rebelles* | K. Maro & Da Costa in concert

30 L'art est dans les feuilles | Art among in the leaves

Sport

16 Bains en eaux froides : du bien-être en nature Cold water bathing: well-being in nature

18 Coupe du monde Tremblant PwC | PwC Tremblant FIS Alpine World Cup

20 24h Tremblant célèbre 25 ans | 24h Tremblant: a quarter century

Plus fort ensemble | Stronger together

Les Petits Pots Tremblant

31 De l'argile à la création | From clay to creation

48 Vos événements | Your events

Plaisirs gourmands | Gourmet pleasures par/by tremblantrestaurants.ca

22 Restaurant du mois | Restaurant of the month: Les Mercenaires Culinaires

24 Gastronomie boréale | Boreal gastronomy

Chroniques | Columns

32 Hors zone | Outside the zone

34 Chronique de Peter Duncan | Peter Duncan's column

36 Forme physique | Fitness

37 Patrouille de ski | Ski patrol

38 Bien-être et soins personnels | Wellness and well-being

40 Passion automobile | A passion for cars

46 Informations juridiques | The law and you



MALAD

COMMUNICATION

TRAVAILLONS ENSEMBLE,
ÇA VA ÊTRE **MALAD!**



- ✓ CAMPAGNES DE RECRUTEMENT
- ✓ GESTION DE RÉSEAUX SOCIAUX
- ✓ PHOTOS ET VIDÉOS (BANNIÈRE WEB, CAPSULES, DRONE)



www.malad.ca



info@malad.ca



maladcommunication

En couverture | On the cover



La photo sur la page couverture a été prise par le photographe Michel Allaire le samedi 11 octobre dernier à 6 h 30 du matin. Notre modèle de l'édition de novembre est Josée Massicotte, directrice marketing et lifestyle au Grand Lodge de Mont-Tremblant. On la voit ici, enrobée des couleurs chaudes du lever du Soleil, qui prend la pose dans les eaux du lac Ouimet. C'est la saison pour l'initiation aux bains froids! Ne manquez pas de lire l'article de Fabienne Macé à ce sujet en page 16 ainsi que la chronique de Cathy Bergman en page 32.

The photo on the cover was taken by photographer Michel Allaire on Saturday, October 11 at 6:30 a.m. Our model for the November issue is Josée Massicotte, marketing and lifestyle manager at the Grand Lodge, Mont-Tremblant. We see her here, clothed in the warm colours of the sunrise, striking a pose in the waters of Lake Ouimet. This is the season to try cold-water bathing! Don't miss reading Fabienne Macé's article on the subject on page 16, as well as Cathy Bergman's column on page 32.

©Michel Allaire | malad.ca

Suivez-nous! / Follow us!



KIT DES FÊTES

REPAS TRADITIONNEL À EMPORTER

Dinde Rôtie & son Gravy
Farce Maison aux Canneberges, Romarin & Foie Gras
Pommes de Terre Grelot Écrasées Mascarpone Truffée
Carottes Rôties & Haricots Verts
Tourtière avec Foie Gras
Ragoût de Boulettes
Ketchup Maison
Le Fameux Focaccia de sEb
Bûche de Noël aux Canneberges, Sarrasin & Romarin

EN NOVEMBRE*, PRÉCOMMANDEZ
POUR SEULEMENT

~~249~~ **199** / 4 pers.

Quantité limitée · Temps limité

RÉSERVEZ DÈS MAINTENANT :
UTILISEZ LE CODE QR OU
VISITEZ SEBTAKEOUT.COM



*Offre exclusive valide du 1er au 30 novembre 2025. Tous les détails sur sebtakeout.com.



Ski Butlers

LA MEILLEURE DÉCISION DE VOS VACANCES

Locations de ski livrées directement
chez vous - simple et pratique

YOUR BEST VACATION DECISION

Ski rentals delivered
to you - easy and convenient

skibutlers.com - 877.754.7754





Centre de Santé Dentaire
Mont-Tremblant

POUR UN SOURIRE SAIN ET ÉCLATANT

Dre JUDITH LIMOGES
Orthodontiste D.M.D, MSc, FRCD(C)



819 425.2763

- ✓ Dentisterie générale
- ✓ Dentisterie pédiatrique
- ✓ Urgences
- ✓ Facettes et couronnes
- ✓ Orthodontie
- ✓ Implantologie
- ✓ Denturologie
- ✓ Prothèses sur implants
- ✓ Stérilisation optimale
- ✓ Scan 3D et RX numérique
- ✓ Blanchiment
- ✓ Traitement des gencives
- ✓ Dents de sagesse et chirurgie buccale

UNE ÉQUIPE DE PROFESSIONNELS

Dre Anne-Marie Leblanc, Dr Pière Colleret,
Dre Annie Guindon, Dre Isabelle Thibault

Dre Judith Limoges Jean-Claude Fortin
ORTHODONTISTE DENTUROLOGISTE

545, rue de Saint-Jovite
Mont-Tremblant, Qc, J8E 2Z9
santedentairetremblant.com

FINANCEMENT DISPONIBLE!
Dentoplan
Détails à la clinique

Éditorial - invitée spéciale | Guest editorial



CATHY BERGMAN

À nous, pour un instant

Le mois de novembre nous appartient. Pendant quelques semaines entre le bruissement de l'automne et l'effervescence de la saison de ski, Mont-Tremblant respire. Les feuilles ont disparu, les touristes de la saison hivernale ne sont pas encore là, et pour une fois, le village retrouve une atmosphère plus calme, plus douce, magnifiquement paisible.

C'est un moment que les habitants s'approprient. Nous fréquentons nos cafés préférés sans attendre qu'une table se libère. Nous flânon dans les boutiques de la rue de Saint-Jovite et discutons avec les propriétaires. Nous explorons le village piétonnier de Tremblant sans faire la queue. Nous obtenons cette réservation pour le dîner impossible à obtenir en décembre.

C'est la saison du confort : soupes savoureuses mijotées, pulls doux, longues promenades sans foule. Les sentiers sont boueux, mais paisibles. Les lacs sont calmes comme des miroirs, et le seul bruit sur la montagne est celui de nos pas. Même l'air semble différent : plus vif, plus pur, avec cette légère odeur de fumée de bois qui annonce l'hiver.

À l'intérieur, les foyers crépitent. Les chefs testent de nouveaux menus, et les commerçants rattrapent le temps perdu avec leurs voisins qu'ils ont à peine vus pendant l'été. Les chiens s'étirent près du feu. Les enfants troquent leurs vélos contre des jeux de société, et les habitants se retrouvent au pub pour boire une pinte ou deux. Le rythme de vie ralentit; les conversations s'éternisent; et la beauté de cette quiétude semble être un petit luxe.

C'est le moment de se ressourcer, de renouer avec ses proches, de se rappeler pourquoi nous avons choisi de vivre ici.

Car bientôt, les lumières s'allumeront, les remontées mécaniques s'animeront et Mont-Tremblant se remplira à nouveau de visiteurs à la recherche de la magie que nous vivons chaque jour.

D'ici là, cette trêve nous appartient. Profitons-en. ■

Ours for a moment

November belongs to us. For a few quiet weeks between the rustle of fall and the rush of ski season, Mont-Tremblant exhales. The leaves are gone, the winter season tourists aren't here yet, and for once the village feels like home again—slower, softer, beautifully still.

This is the time locals claim as their own. We slip into our favourite cafés without waiting for a table. We wander the shops on rue de Saint-Jovite and actually chat with the owners. We explore the Tremblant pedestrian village without waiting in line. We get that dinner reservation that's impossible come December.

It's the season for comfort—savory soups simmering, cozy sweaters, long walks without a crowd. The trails are muddy but peaceful, the lakes mirror-still, and the only sound on the mountain is your own boots crunching. Even the

air feels different—sharper, cleaner, with that faint smell of woodsmoke that means winter is just around the corner.

Inside, fireplaces flicker, chefs test new menus, and shopkeepers catch up with neighbours they barely see all summer. Dogs stretch out by the fire, kids trade bikes for board games, and locals gather for a slow pint or two at the pub. The pace of life softens, conversation lingers, and the beauty of stillness feels like a small luxury.

It's a time to recharge, to reconnect, to remember why we choose to call this place home.

Because soon enough, the lights will go up, the lift-wheels will turn, and Mont-Tremblant will fill again with visitors chasing the magic we get to live every day.

Until then, this quiet belongs to us. Let's savour it. ■

GRANDE OUVERTURE EN NOVEMBRE!
GRAND OPENING IN NOVEMBER!

endo

TREMBLANT

**VOTRE RÉFÉRENCE POUR LA PLANCHE À NEIGE
DANS LE VILLAGE PIÉTONNIER DE TREMBLANT**
**YOUR LEADING SNOWBOARDING DESTINATION IN THE HEART
OF TREMBLANT'S PEDESTRIAN VILLAGE**

ENEZ NOUS VISITER
COME VISIT US

118, Chem. de Kandahar, Mont Tremblant, QC J8E 1E2





©Campus Santé



©Immobilier LBP

Redéfinir les soins de santé communautaires

CATHY BERGMAN

À Mont-Tremblant, un projet promet de redéfinir la façon dont les soins de santé sont dispensés dans notre région. Le nouveau **Campus Santé Mont-Tremblant** est un projet visionnaire en six phases conçu pour réunir en un seul endroit tous les aspects de la santé : physique, mentale et sociale.

D'une superficie de deux millions de pieds carrés, le campus ouvrira sa première phase en décembre 2025 avec un nouveau siège pour le **CLSC Mont-Tremblant** : un établissement de 25 000 pieds carrés qui regroupera les services régionaux sous un même toit. Les phases suivantes, prévues pour 2026, comprennent un **centre médical et une pharmacie**, ainsi qu'un établissement de 2 800 pieds carrés pour **Chefs à la rescousse**, afin de soutenir les programmes alimentaires destinés aux habitants les plus vulnérables de la région. Une **résidence pour personnes âgées en soins de longue durée** est également prévue.

C'est grâce aux généreux dons — terrain et financement — de la **famille Giuseppe Racanelli** que ce projet a pu éclore. La Ville de Mont-Tremblant a, quant à elle, fourni le financement nécessaire aux services d'infrastructure qui ont permis sa réalisation.

Cette initiative est le fruit d'années de planification, de consultation et de réflexion communautaire. Elle témoigne d'une véritable collaboration entre la générosité privée et l'intérêt public, **marquant le début d'une nouvelle ère audacieuse pour les soins de santé dans notre région.**

Normand Laberge, directeur général du projet et leader chevronné dans le secteur de la santé, explique : « Les soins de santé doivent changer. Nous devons être collaboratifs, efficaces et innovants. Le Campus Santé Mont-Tremblant révolutionnera la prestation des soins dans notre région et servira de modèle à d'autres communautés. »

Au-delà des bâtiments, le Campus Santé Mont-Tremblant représente une nouvelle façon de penser fondée sur la collaboration, la prévention et l'accessibilité. En réunissant des médecins de famille, des infirmières, des spécialistes, des physiothérapeutes, des nutritionnistes, des psychologues et bien d'autres, Mont-Tremblant construit un modèle durable pour le bien-être de la communauté.

La planification de l'avenir commence dès maintenant, et l'avenir s'annonce prometteur. ■

Transforming community healthcare

CATHY BERGMAN

A transformative project is taking shape in Mont-Tremblant, one that promises to redefine how healthcare is delivered in our region. The new **Campus Santé Mont-Tremblant** is a visionary six-phase development designed to bring every dimension of health—physical, mental, and social—together in one place.

Spanning two million square feet, the campus will open its first phase in December 2025 with a new home for **CLSC Mont-Tremblant**: a bright, modern 25,000-square-foot facility that will consolidate regional services under one roof. Upcoming phases in 2026 include an ultra-modern **medical centre and pharmacy**, and a 2,800 square foot facility with a professional grade kitchen for **Chefs à la rescousse** (Chefs to the Rescue) to support meal programs for the region's most vulnerable residents. A **residence for seniors with long term care facilities** is also planned.

The project is made possible due to generous gifts of land and funding from the **Giuseppe Racanelli family**. The collaboration of the City of Mont-Tremblant was also vital, providing the financing required for the infrastructure services that make the project possible.

The initiative reflects years of planning, consultation, and community vision—a true collaboration between private generosity and public purpose **marking the beginning of a bold new era for healthcare in our region.**

Normand Laberge, chief executive officer of the project and a seasoned leader in the health sector, explains: "Healthcare needs to change. We must be collaborative, efficient, and innovative. The *Campus Santé Mont-Tremblant* will revolutionize the delivery of care in our region and serve as a model for other communities to follow."

Beyond buildings, the *Campus Santé Mont-Tremblant* represents a new way of thinking—one rooted in collaboration, prevention, and accessibility. By bringing together family doctors, nurses, specialists, physiotherapists, nutritionists, psychologists, and more, Mont-Tremblant is building a sustainable model for community well-being.

Planning for the future starts now—and the future looks healthy. ■

DE LA
**MAGASIN
PLACE**
ÉQUIPEMENT

C'EST L'HEURE!
Venez rencontrer notre équipe d'experts et découvrez nos nouveautés d'équipement et d'accessoires de ski.

IT'S TIME!
Come and meet our team of experts, discover all our newest ski equipment and accessories arrivals.

Quand la bonne cuisine fait du bien

CATHY BERGMAN

Lorsque le monde s'est arrêté en avril 2020, le chef **Sébastien Houle**, propriétaire du restaurant **sEb L'Artisan Culinare** à Mont-Tremblant, a décidé que sa cuisine servirait l'espoir, faute de servir ses clients. C'est de ce geste altruiste qu'est né **Chefs à la rescousse**.

Ce qui a commencé comme une réponse d'urgence à la pandémie est devenu un mouvement. Avec l'aide d'autres chefs, de bénévoles et du milieu des affaires, M. Houle a transformé son restaurant en bouée de sauvetage, préparant plus de **2 000 repas par semaine** pendant le confinement.

Depuis, cette initiative s'est transformée en une mission durable qui a permis de distribuer **plus de 100 000 repas** à des familles, des personnes âgées et des jeunes de la région des Laurentides, grâce à Centraide Laurentides, à La Samaritaine et au Centre d'action bénévole de Mont-Tremblant.

Une cuisine pour la prochaine génération

Aujourd'hui, l'organisation est sur le point de créer un bâtiment de 2800 pieds carrés au nouveau Campus Santé Mont-Tremblant, avec une cuisine professionnelle capable de produire jusqu'à 3 000 repas par semaine — inauguration en mars 2026.

Le conseil d'administration, composé de bénévoles,

et la direction de cette organisation à but non lucratif ont travaillé sans relâche, et un projet est en train de devenir réalité.

«Ce n'est pas seulement un bâtiment», explique M. Houle. «C'est une promesse, un lieu où nous continuerons à nourrir notre communauté pour les générations à venir.»

«Lorsque le projet d'installation permanente n'était encore qu'un rêve, se souvient M. Houle, la famille **Pierre et Louise Boivin** a été la première à se mobiliser en faisant un don de 250 000 \$ pour financer le démarrage.»

Investissement Québec a accordé un financement de **500 000 \$**, et le don du terrain et la contribution de **750 000 \$** de la **Fondation Lise et Giuseppe Racanelli** a permis de construire ce bâtiment.

«Il n'y a rien de plus important que de nourrir ceux qui ont faim», déclare Véronique Racanelli, présidente de la fondation. «Une bonne alimentation est la base d'une bonne santé, et l'équipe de Sébastien veille à ce que les plus vulnérables mangent dans la dignité et la joie.»

«Nous avons récolté 1,5 M\$ jusqu'à présent et avons besoin d'un million supplémentaire pour lancer les opérations au printemps prochain», note la vice-

présidente Heidie Langlois. «Nous faisons appel à la générosité de notre communauté pour nous aider à remplir les assiettes de ceux qui en ont le plus besoin.»

«Au nom des familles du lac Ouimet, ajoute Pierre Boivin, j'invite toutes les communautés lacustres de notre région à se mobiliser. L'objectif est à notre portée, mais seulement si nous travaillons ensemble.»

Plus que des repas, c'est la dignité dans l'assiette

Au-delà de la sécurité alimentaire, le projet favorise l'inclusion et l'estime de soi, qu'il s'agisse de l'autonomie des personnes âgées grâce à des repas prêts à consommer ou de programme de cantine à l'école afin qu'aucun enfant n'apprenne le ventre vide.

«Personne ne devrait avoir faim», déclare Bruno St-Hilaire, membre du conseil d'administration et chef cuisinier. «Nourrir les plus vulnérables devrait être une priorité absolue pour nous tous.»

Au cœur de **Chefs à la rescousse** se trouve une vérité simple : quand la bonne nourriture fait du bien, elle nourrit plus que les corps — elle nourrit la communauté, l'espoir et le sentiment d'appartenance.

Les dons déductibles d'impôt peuvent être effectués sur chefsalarescousse.com. ■



©Première Construction



©Boris Krestianinov

Where good food does good

CATHY BERGMAN

When the world shut down in April 2020, Mont-Tremblant chef **Sébastien Houle**, owner of **sEb L'Artisan Culinare**, decided that if his kitchen couldn't serve diners, it would serve hope. From that simple act of kindness, **Chefs à la rescousse**—Chefs to the rescue—was born.

What began as an emergency response to the pandemic quickly became a movement. With the help of fellow chefs, volunteers, and the business community, Houle transformed his restaurant into a lifeline, preparing more than **2,000 meals a week** for those struggling to eat during lockdown.

Since then, it has grown into an enduring mission with **over 100,000 nutritious meals** shared with families, seniors, and youth across the Laurentians through partners like *Centraide Laurentides*, *La Samaritaine* and the *Centre d'Action Bénévole de Mont-Tremblant*.

A kitchen for the next generation

Today, the organization stands on the brink of its next great chapter—the creation of a 2,800-square-foot facility at the new *Campus Santé Mont-Tremblant*, with a professional-grade kitchen capable of producing up

to **3,000 balanced meals each week**, launching in March 2026.

The all-volunteer board of directors and the leadership of this not-for-profit organization have worked tirelessly, and a plan years in the making is now becoming a reality.

"It's not just a building," says Houle, chairman of the board. "It's a promise—a place where we'll keep feeding our community for generations to come."

"When the plan for a permanent facility was just a dream," remembers Houle "the **Pierre and Louise Boivin** family were the first to the table donating a quarter of a million dollars in seed money."

Investissement Québec put its stamp of approval on the project with **\$500,000** in funding, while the **Lise and Giuseppe Racanelli Foundation's** land donation and **\$750,000** gift made it possible to build within the *Campus Santé Mont-Tremblant*, integrating good food into its broader vision "There is nothing more important than feeding the hungry," says foundation president Véronique Racanelli. "Good food is the foundation of good health, and Sébastien's team ensures that even our most vulnerable neighbours eat with dignity and joy."

"We've raised one and a half million dollars so far and need another million to launch operations next spring," notes vice-president Heidie Langlois. "We're calling on the generosity of our community to help us fill plates for those who need it most."

"On behalf of the families of Lake Ouimet," adds Pierre Boivin, "I invite every lake community in our region to step forward. The goal is within reach, but only if we work together."

More than meals—it's dignity on a plate

Beyond food security, the project nurtures inclusion and self-worth, from helping seniors live independently with ready-made meals, to creating a *Cantine à l'école* program so no child learns on an empty stomach.

"No one should be hungry," says board member and chef Bruno St-Hilaire. "Feeding our neighbours should be a top priority for all of us."

At the heart of **Chefs à la rescousse** is a simple truth: when good food does good, it feeds more than bodies—it feeds community, hope, and belonging.

Tax-deductible donations can be made at chefsalarescousse.com. ■

Régalez-vous, magasinez et scintillez

CATHY BERGMAN

Lorsque novembre arrive dans les Laurentides, le froid s'installe mais le paysage ne scintille pas encore sous son manteau hivernal — mais c'est à ce moment que les marchés des fêtes viennent raviver les choses.

Partout dans la région, des marchés festifs prennent vie, chacun avec son mélange unique de magie et de charme. Ce ne sont pas seulement des lieux de magasinage, ce sont des rituels hivernaux qui rassemblent les voisins, les artisans et les familles. Inspirés des traditions d'antan, mais imprégnés de l'esprit unique des Laurentides, les marchés regorgent d'objets raffinés, de décorations faites main, de confiseries à l'érable, de tricots douillets et de délices gastronomiques.

Le **Marché des fêtes de Brébeuf**, qui se tient à l'hôtel de ville, lance la saison avec un mélange irrésistible de saveurs locales, de créations artisanales et l'esprit des fêtes — la preuve que même novembre peut scintiller. 217, route 323, Brébeuf. **8-9 novembre**

Au **Marché des Fêtes de Mont-Tremblant**, l'Hôtel de Ville devient le cœur de la joie des Fêtes. Les lanternes brillent, les artisans s'interpellent et les étals regorgent de trouvailles — des objets en bois sculpté aux savons artisanaux, en passant par des pâtisseries au goût

nostalgique. 1145 rue de Saint-Jovite, Mont-Tremblant — **28-30 novembre**

Le **Marché de Noël à la Laurentian House** à Arundel est incontournable : le cadre est enchanteur, les créations des artisans sont magnifiques et les ateliers présents en font une véritable expérience de Noël. 31 chemin de Barkmere, Arundel — **29 et 30 novembre**

Si vous préférez une ambiance festive avec une touche de modernité, le **Marché des Fêtes au AX Hôtel** offre un cadre chic où plus de trente exposants présentent le meilleur de la région. 860 rue Lalonde, Mont-Tremblant — **30 novembre**

Et ne manquez pas d'autres joyaux de novembre, comme les **Marchés de Noël à Labelle (28-30 novembre)** et à Lac-Supérieur (**29 novembre**). Chacun a son propre caractère, allant du chaleureux rustique à l'artistique avant-gardisme.

Plus qu'un lieu de magasinage, certains marchés ont un but. Le **Marché de Noël La Traversée** soutient les soins palliatifs pour les personnes dans le besoin. Ici, le véritable esprit de générosité brille de mille feux. Entre poinsettias, cadeaux faits main et forêt magique où le Père Noël vous attend, cet événement très apprécié allie joie et

générosité à parts égales. Grand Lodge Mont-Tremblant, 2396 rue Labelle, Mont-Tremblant — **6-7 décembre**

À **Sainte-Agathe-des-Monts**, le **Noël des Métiers d'art** transforme la place Lagny en un village créatif recouvert de neige. Les artisans exposent des pièces uniques, les chorales remplissent l'air de chants de Noël et des traîneaux tirés par des chevaux glissent dans les rues bordées de lumières scintillantes. 2 rue Saint Louis, Sainte-Agathe-des-Monts — **6-7 décembre**

Le **Marché de Noël de Val-David** propose des centaines de produits festifs, originaux et de grande qualité. Attendez-vous à une ambiance chaleureuse et animée et à une communauté qui sait vraiment célébrer la créativité. École Saint-Jean-Baptiste, 2580, Rue de l'Église, Val-David — **13 et 20 décembre**

Alors, couvrez-vous bien et partez à la découverte des marchés des Fêtes. Que vous dégustiez un vin chaud, trouviez le trésor artisanal parfait ou appréciez simplement la lueur des lumières qui se reflètent sur la neige, les marchés des Fêtes des Laurentides rempliront votre cœur autant que votre hotte du Père Noël.

Car ici, l'esprit des Fêtes n'est pas seulement présent, il est fait main. ■



©Heather Guezen



©Heather Guezen



©Heather Guezen

Sip, shop & sparkle

CATHY BERGMAN

When November rolls into the Laurentians, the chill settles in and the landscape waits for its winter glow—but that's when the holiday markets arrive to light things up.

Across the region, festive markets spring to life, each with its own blend of magic and charm. These aren't just shopping destinations—they're winter rituals that bring neighbours, artisans, and families together. Inspired by old-world traditions but infused with our unmistakably Laurentian spirit, the markets overflow with fine crafts, handmade ornaments, maple confections, cozy knits, and gourmet delights.

The **Marché des Fêtes de Brébeuf**. Brébeuf City Hall kicks off with an irresistible mix of local flavours, handmade creations, and early holiday cheer—proof that even November can sparkle. 217 Route 323, Brébeuf. **November 8-9**

At the **Marché des fêtes de Mont-Tremblant**, the Hôtel de Ville becomes the heart of holiday cheer. Lanterns glow, artisans share their stories, and tables brim with beautiful finds—from hand-turned woodwork and artisanal soaps to baked goods that taste like nostalgia. 1145 rue de Saint-Jovite, Mont-Tremblant—**November 28-30**

The **Marché de Noël at the Laurentian House** in Arundel is not to be missed—the setting is enchanting, the artisans' creations are gorgeous, and the on-site workshops make it a true holiday experience. 31 chemin de Barkmere, Arundel—**November 29 & 30**

If you prefer your holiday spirit with a modern twist, the **Marché des fêtes au AX Hôtel** offers a chic setting where over thirty exhibitors showcase the best of the region. 860 rue Lalonde, Mont-Tremblant—**November 30**

And don't overlook other November gems like the **Marché de Noël in Labelle (November 28-30)** and Lac-Supérieur (**November 29**). Each has its own flavour, from rustic and cozy to artsy and avant-garde.

Some markets offer more than shopping—they offer purpose. The **Marché de Noël La Traversée** supports palliative care for those in need. Here, the true spirit of giving shines bright. Between poinsettias, handmade gifts, and a magical forest where Santa awaits, this beloved event blends joy and generosity in even measure. Grand Lodge Mont-Tremblant, 2396 rue Labelle, Mont-Tremblant—**December 6-7**

In **Sainte-Agathe-des-Monts**, the **Noël des Métiers d'art** transforms Place Lagny into a snow-kissed village of creativity. Artisans display one-of-a-kind pieces, choirs fill the air with carols, and horse-drawn sleighs glide through streets lined with twinkling lights. 2 rue Saint Louis, Sainte-Agathe-des-Monts—**December 6-7**

The **Marché de Noël de Val-David** has hundreds of festive, original, and high-quality products to choose from. Expect a warm, bustling atmosphere and a community that truly knows how to celebrate creativity. École Saint-Jean-Baptiste, 2580 Rue de l'Église, Val-David—**December 13 & 20**

So bundle up, bring your mittens, and hit the holiday market trail. Whether you're sipping mulled wine, finding the perfect handmade treasure, or simply soaking in the glow of lights reflected on fresh snow, the Laurentians holiday markets will leave your heart as full as your shopping bag.

Because here, the spirit of the season isn't just found—it's *handcrafted*. ■

K. Maro & Da Costa : Les âmes rebelles

«Fusionner deux univers pour plus
de richesse artistique»

FABIENNE MACÉ

Quand l'icône rappeur **K. Maro** et le violoniste prodige **Alexandre Da Costa** se rencontrent, cela promet un concert aussi inattendu qu'électrisant. Le 14 novembre prochain, l'église du Village vibrera au rythme d'un duo inédit porté par la même flamme créatrice. «**Les âmes rebelles**» expérimente un dialogue audacieux entre deux univers que tout semble opposer — rap et classique — pour un voyage musical à la fois surprenant et inoubliable.

Accompagnés du stradivarius d'Alexandre, de musiciens virtuoses, de choristes et d'un «bidouilleur» de sons, les deux artistes revisiteront leurs plus grands succès et coups de cœur musicaux. Ensemble, ils fusionneront Vivaldi et le rap urbain, Haydn et le R&B.

«La musique classique est avant tout un langage émotionnel. Le rap partage cette même essence. J'ai déjà exploré le jazz, le rock ou la pop avec le classique; c'est la première fois que je m'aventure du côté du rap», explique Alexandre Da Costa, séduit par la puissance des textes de K. Maro.

«Le rap, c'est la poésie chantée de notre siècle. J'ai trouvé dans ses paroles une force, une authenticité qui m'ont donné envie d'y ajouter une profondeur harmonique propre au classique. Pas pour transformer, mais pour enrichir.» Plus qu'un pari artistique, c'est une véritable exploration pour Da Costa. «On se met un peu en danger. C'est ce qui rend l'expérience vivante : se découvrir mutuellement sur scène.

Ce premier contact avec le public, on ne peut pas le recréer ailleurs.»

Pour Alexandre, «La musique classique parle à un certain public, le rap à un autre. Les réunir dans une même salle, c'est multiplier la richesse. Peut-être que des fans de K. Maro découvriront le classique autrement... et inversement.»

Entre ombre et lumière, verbe et virtuosité, «Les âmes rebelles» promet une soirée où les frontières musicales tombent au profit d'une émotion brute, authentique et sans compromis.



K. MARO & DA COSTA : LES ÂMES REBELLES

Billets disponibles :

lepointdevente.com/billets/rfo190719002

14 novembre, 20 h, à l'église du Village à Mont-Tremblant. ■

K. Maro & Da Costa in concert

“Merge two worlds for more artistic richness”

FABIENNE MACÉ

When iconic rapper **K. Maro** and violin prodigy **Alexandre Da Costa** meet, it promises to be a concert as unexpected as it is electrifying. On November 14, the Village church will vibrate to the rhythm of an unexpected duo driven by the same creative flame. “**Les âmes rebelles**” (The Rebellious Souls) experiments with a daring dialogue between two worlds in which everything seems opposite—rap and classical—for a voyage both surprising and unforgettable.

Accompanied by Alexandre's Stradivarius, virtuoso musicians, choristers and a sound tinker, the two artists will revisit their greatest musical successes and favourites. Together, they will merge Vivaldi and urban rap, Haydn and R&B.

“Classical music is, more than anything, an emotional language. Rap shares this same essence. I have already explored jazz, rock or pop with the classical; this is the first time I've ventured to the rap side,” explains Alexandre Da

Costa, charmed by the power of K. Maro's texts.

“Rap is the sung poetry of our century. I have found in its words a power, an authenticity that gave me the desire to add a harmonic depth from the classical. Not to transform, but to enrich,” More than an artistic gamble, it's a real exploration for Da Costa. “You put yourself somewhat in danger. That's what brings the experience to life: mutual discovery of each other on stage. This first contact with the public can't be recreated elsewhere.”

For Alexandre, “Classical music speaks to a certain audience, rap to another. Bringing them together in the same room is multiplying the richness. Perhaps the K. Maro fans will discover classical differently... and vice versa.”

Between shadow and light, word and virtuosity, “Les âmes rebelles” promises an evening when the borders of music fall to create raw emotion, authentic and uncompromising. ■



PRÈS DE 60 KIOSQUES
des métiers d'art et
de l'agroalimentaire

28 nov. 16 h - 20 h
29 nov. 10 h - 17 h
30 nov. 10 h - 15 h

Hall d'entrée de l'hôtel de ville

1145, rue de Saint-Jovite

Info : 819 425-8614

vdmt.ca



Ville de
MONT-TREMBLANT

Bains en eaux froides : du bien-être en nature

FABIENNE MACÉ



Ariane Marchand

©F.Macé - Biche des Bois

Alors que les Scandinaves pratiquent l'alternance chaud-froid ou la nage hivernale depuis des siècles, nous commençons, ici, à envisager les bains glacés, non plus comme des défis personnels, mais comme une manière naturelle de stimuler le bien-être et la vitalité. Profondément ancrée dans les cultures nordiques, cette coutume gagne en popularité dans nos contrées, les Laurentides offrant un cadre idéal.

Des traditions nordiques à la science moderne

En Europe du Nord et de l'Est, des cercles de *winter swimming* rassemblent chaque année une foule d'adeptes qui se baignent régulièrement dans des eaux glacées. En témoignent la « nage de l'Épiphanie » en Russie, les milliers de clubs en Finlande — véritable épicerie de la nage hivernale — ou encore le *Serpentine Swimming Club* en Angleterre, qui organise des baignades quotidiennes depuis 1864. Authentique tradition culturelle et sportive, ce mouvement s'amplifie aujourd'hui autour de communautés entières qui en valorisent les effets sur le corps et l'esprit.

Depuis une quinzaine d'années, des chercheurs d'universités finlandaises et britanniques mettent en lumière plusieurs bienfaits : stimulation du système immunitaire; amélioration de la circulation sanguine; récupération musculaire; peau tonifiée; et métabolisme éveillé. L'immersion réduit le stress et l'anxiété, améliore le sommeil et l'humeur, et renforce la confiance en soi. Un rituel vivifiant à pratiquer avec prudence, graduellement, en s'appuyant sur des ressources fiables.

Un art de vivre à la laurentienne

Chez nous, les spas nordiques démocratisent cette pratique avec plaisir et sécurité. Le Scandinave Spa Mont-Tremblant, le Spa Ofuro à Morin-Heights ou le Strøm Spa Nordique à Saint-Sauveur proposent de goûter aux

bains glacés en alternance avec le chaud, avant d'oser le plongeon dans un lac.

Le froid, une goutte après l'autre

Mieux vaut apprivoiser le froid progressivement : commencer par des douches de plus en plus fraîches jusqu'à de brèves immersions, sans chercher la performance. Choisissez un lieu inspirant et partagez un moment d'émerveillement avec des proches. Après coup, réchauffez-vous aussitôt. Le bain froid se vit dans la plénitude et la modération.

Le froid, une rencontre avec soi

Enfant, sauter dans l'eau glacée n'était qu'un jeu pour **Ariane Marchand**, ancrée à Mont-Tremblant. Des étés gaspésiens à plonger dans les rivières aux premiers bains printaniers au lac familial... « J'étais toujours la première à l'eau et la dernière à en sortir, avec les lèvres bleues et la tuque sur la tête. »

Ce qui relevait jadis du défi est devenu un rituel d'apaisement. Les douches froides soulagent les courbatures du sport. Les « bains de slush », comme elle les appelle, calment corps et cœur, et réparent les engelures héritées des expéditions en haute montagne. Aux prises avec des douleurs inflammatoires, Ariane voit désormais le froid comme sa thérapie : un moment de pleine conscience qu'elle module selon son cycle, ses envies et son énergie.

Dans les Laurentides où l'eau claire des rivières et des lacs se mêle aux traditions de plein air, les baignades en eau glaciale deviennent une invitation à ralentir, respirer et savourer l'instant. Plonger dans le froid, c'est nourrir le feu de la vie. ■

scandinave.com | spaofuro.com
stromspa.com

Cold water bathing: well-being in nature

FABIENNE MACÉ

While Scandinavian peoples have practised alternating hot-cold baths or winter swimming for centuries, we are just beginning here to see ice-cold baths, not merely as personal challenges, but as a natural way to stimulate well-being and vitality. Deeply anchored in Nordic cultures, this custom is gaining popularity in our lands, with the Laurentians providing a perfect setting.

From Nordic traditions to modern science

In northern and eastern Europe, winter swimming groups gather a host of practitioners every year who bathe regularly in icy water. For instance, there's the "Epiphany swim" in Russia, and thousands of clubs in Finland—a true epicentre of winter swimming—or the *Serpentine Swimming Club* in England, which has organized daily swims since 1864. An authentic cultural and sporting tradition, the movement is growing today around entire communities that value the effects on body and mind.

For the past fifteen years or so, Finnish and British researchers have identified several benefits: stimulation of the immune system; improvement in blood circulation; muscular recovery; toned skin; and a quickened metabolism. Immersion reduces stress and anxiety, improves sleep and mood, and strengthens self-confidence. It's an enlivening ritual to practise wisely, gradually, relying on trustworthy resources.

A lifestyle in the Laurentians

In this area, the Nordic spas spread acceptance of this practice with enjoyment and safety. The Scandinave Spa Mont-Tremblant, Spa Ofuro in Morin-Heights or Strøm Spa Nordique in Saint-Sauveur offer a taste of icy baths alternated with hot, prior to daring a plunge into a lake.

The Cold, a drop at a time

It's better to get used to the cold slowly: start with cooler to colder showers moving on to brief immersions, without a performance factor. Choose an inspiring place and share the moment of wonder with friends or family. Afterwards, warm up immediately. The cold bath is experienced in fullness and moderation.

Cold, a meeting with oneself

As a child, jumping into icy water was just a game for **Ariane Marchand**, now based in Mont-Tremblant. From summers in the Gaspé to plunging into rivers for the first spring swims at the family lake, "I was always first into the water and last to emerge, with blue lips and a wool tuque on my head."

What used to feel like a challenge has become a calming ritual. Cold showers relieve the aches and pains of sports. "Slush baths", as she calls them, calm body and heart and repair the frostbite caused by expeditions in the high

mountains. Struggling with the pain of inflammation, Ariane now considers cold her therapy: a moment of mindfulness which she tailors according to her cycle, her wishes and her energy.

In the Laurentians, where the clear water of rivers and lakes is a part of the outdoor tradition, bathing in icy water becomes an invitation to slow down, breathe, and savour the moment. Plunging into the cold feeds the fire of life. ■

scandinave.com | spaofuro.com
stromspa.com



©Courtoisie



Après
le beau temps
le bon temps

Coupe du monde Tremblant PwC

Encouragez l'élite mondiale du slalom géant de passage chez nous

MARIE-PIERE BELISLE-KENNEDY



Mikaela Shiffrin

©tremblant

L'hiver pointe ses spatules, et Tremblant est déjà en mode course. Les 6 et 7 décembre, la Coupe du monde Tremblant PwC réunit l'élite du slalom géant, une foule internationale survoltée et des après-skis assez puissants pour faire vibrer les Laurentides.

Ce rendez-vous est l'unique vitrine alpine en sol canadien cette saison et le grand test avant les Jeux olympiques d'hiver de Milan-Cortina 2026. Sur la Flying Mile, attendez-vous à de l'exaltation pure : minutage de calibre NASA, parcours digne des championnes avec un souci du

détail assuré par les organisateurs chevronnés. **Valérie Grenier** revient au bercail, prête à livrer une descente de championne du monde face à **Mikaela Shiffrin**, **Lara Gut-Behrami**, en tournée d'adieu, **Alice Robinson** et les nombreuses athlètes avides de victoires à chaque porte jusqu'au fil d'arrivée dans le village piétonnier.

En coulisses, Tremblant a tout revu depuis l'an dernier : investissements majeurs en enneigement avec quatre nouveaux canons à neige; reprofilage de la Johanssen et améliorations techniques pour garantir des conditions de début de saison impeccables et une surface dense, rapide et stable. L'expérience du spectateur a reçu le même soin : zones de visionnement élargies; billets à tarifs révisés; plus de comptoirs bouffe et breuvages; un écran géant additionnel et un son peaufiné. Résultat : visions claires sur les lignes clés, foule plus nombreuse et aucune excuse pour manquer un virage.

Et, comme à Tremblant tout événement de classe mondiale rime avec fête légendaire, on démarre vendredi soir avec un DJ à la Place Saint-Bernard pour réchauffer nos mains et l'ambiance. Samedi, premier GS féminin : première manche à 11 h, et seconde à 14 h, suivies des podiums et du tirage des dossards animés par **Marie-Michèle Gagnon** et **Randy Ferguson**.

Côté scène, c'est la joie de vivre en format Coupe du monde : Les Trois Accords à 19 h avec leur énergie contagieuse et leurs refrains rassembleurs. Chants, pas de danse... Retrouvez cette alchimie unique de Tremblant, entre neige, passion et euphorie. Les DJ prennent ensuite

le relais dans les bars du village, sans oublier l'après-ski Alpenglou au camp de base.

Dimanche, deuxième course de slalom géant : première manche à 10 h et seconde à 13 h. Derniers ajustements d'angles, prise de vitesse sur le haut, gestion des compressions, relance maximale vers l'aire d'arrivée. Les cloches à vache résonnent, les drapeaux claquent, la foule retient son souffle jusqu'au dernier moment.

Réservez vos billets, votre chambre d'hôtel et venez accueillir les meilleures skieuses alpines au monde. Les jeunes membres des équipes de compétition seront au premier plan, près de l'action, dans une section réservée... Histoire d'inspirer la prochaine génération!

Récapitulatif au moment de mettre sous presse : **Lara Gut-Behrami** revient en reine du classement super géant face à une brochette relevée de rivales, menée par **Federica Brignone**, **Sara Hector**, **Alice Robinson** et **Mikaela Shiffrin**, qui a atteint sa 100^e victoire en Coupe du monde et travaille à revenir à pleine vitesse après sa blessure. Brignone a dominé le GS des Mondiaux 2025 à Saalbach et repris le globe de cristal. **Valérie Grenier** arrive en confiance comme ambassadrice de Tremblant, et sa coéquipière **Britt Richardson** grimpe les échelons depuis quelques saisons pour enflammer la foule locale. Avec deux courses à l'unique halte du Cirque Blanc au pays, attendez-vous à un rythme d'élite, des écarts de temps infimes et des moments historiques forts en émotions. ■

Plus d'informations : coupedumonde.tremblant.ca

PwC Tremblant FIS Alpine World Cup

Cheer the world's best women GS racers at their only stop in Canada

MARIE-PIERE BELISLE-KENNEDY

Winter is revving up, and so is Tremblant. The 2025 PwC Tremblant Audi FIS Ski World Cup returns December 6–7, bringing the world's best women giant slalom racers, a crowd of fired-up fans, and enough après-ski energy to light up the Laurentians.

It's not just another stop on the circuit. This is the only World Cup in Eastern North America this season, and it's shaping up to be the ultimate pre-Olympic showdown before Milano Cortina 2026. Expect fireworks on snow as Canada's own **Valérie Grenier** takes on legends like **Mikaela Shiffrin**, **Lara Gut-Behrami** (in her farewell season), and **Alice Robinson**, all carving down Tremblant's iconic Flying Mile with precision, power, and adrenaline.

Before the forerunners drop in, Tremblant's been busy upgrading its game. Major snowmaking investments—four new fan guns, fresh terrain levelling on the Johanssen pitch, and more technical improvements—mean flawless early-season conditions and a race surface built for speed. The spectator experience is getting a tune-up too: expanded viewing zones, lower ticket prices, more food and drink stations, an extra big screen, and an upgraded sound system. Translation: bigger crowds, better views, and no excuses to miss the action.

Of course, no Tremblant weekend is complete without a party. Things kick off Friday night with a DJ at Place Saint-Bernard to warm up the crowd. Saturday brings the first women's GS—with run one at 11 a.m., run two at 2 p.m.—

followed by awards and a bib draw hosted by **Marie-Michèle Gagnon** and **Randy Ferguson**.

World class joie de vivre: Quebec's own *Les Trois Accords* headline the Saturday night concert at 7 p.m., ready to deliver their signature brand of contagious energy. Expect singalongs, dancing, and that distinct Tremblant mix of snowy lovefest and euphoria. The vibe carries on with DJs spinning late into the night across village bars and the legendary Alpenglou after-party at Base Camp—the kind of après that makes waking up for Sunday's race an act of athleticism.

Sunday's GS starts at 10 a.m. with the second run at 1 p.m., closing out the weekend with the roar of the crowd echoing through the finish area—and the unmistakable buzz of a mountain that knows how to celebrate world-cup skiing.

Fast turns, loud cheers, unbeatable atmosphere. Tremblant's ready. Are you?

Get your tickets now, book your room, and bring your best Canadian ski racing spirit to welcome the world's best. Tremblant's gearing up for a weekend where the world's best meet the best crowd in ski racing.

Quick recap (at press time before the new season begins), **Lara Gut-Behrami** returns as defending overall GS champion facing a stacked field that includes **Federica Brignone**, **Sara Hector**, **Alice Robinson** and

Mikaela Shiffrin, who celebrated her 100th World Cup win and is training hard to get back from her injury last season. Brignone dominated the 2025 Worlds GS in Saalbach and reclaimed the GS crystal globe, while Robinson stayed in the hunt all season. Canada's **Valérie Grenier** arrives feeling strong and ready on home snow at Tremblant, with **Britt Richardson** moving up the ranks to energize the local crowd. With two GS races in Eastern North America's lone World Cup stop, expect elite pace, knife-edge margins and major storylines as the top women chase momentum.

Tickets, schedule, and full details: PwC Tremblant World Cup | December 6 & 7, 2025. ■

[Coupedumonde.tremblant.ca/en/](https://coupedumonde.tremblant.ca/en/)



©tremblant



CARTE NORDIK

NORDIK CARD

SKIEZ 2 À 4 JOURS / SKI 2 TO 4 DAYS

RÉGULIÈRE
REGULAR

99\$
/JOUR
DAY

SEMAINE
WEEKLY

83\$
/JOUR
DAY

EN VENTE JUSQU'AU 2 DÉCEMBRE
ON SALE UNTIL DECEMBER 2

Détails et conditions sur tremblant.ca
Details and conditions at tremblant.ca
Redevance et taxes en sus.
Royalty and taxes extra.

tremblant.ca
1-866-356-2247

25h Tremblant : une heure magique de plus pour célébrer ce quart de siècle

MARIE-PIERE BELISLE-KENNEDY

Certains anniversaires nous rappellent pourquoi nous aimons l'hiver. Pour ses 25 ans, le 24h Tremblant joue la carte du grand spectacle et devient, le temps d'une édition anniversaire, le **25h Tremblant**. Une heure de plus pour vibrer, donner et se dire qu'ensemble, on peut déplacer des montagnes. Du 12 au 14 décembre, Mont-Tremblant promet un programme où la fête rencontre l'endurance, et où chaque virage se transforme en espoir concret.

Au menu de cette édition historique : une parade de départ retraçant 25 ans d'histoires humaines, un coup de minuit réinventé et une grande fête de retrouvailles rassemblant participants, bénévoles, piliers et personnalités. L'ambiance? On la devine déjà : adrénaline, cloches de vache, musique qui réchauffe et chocolat chaud ou café à toute heure. Un village en effervescence qui bat au rythme du don, 25 heures durant.

Derrière les gens engagés, les chiffres parlent d'eux-mêmes. Depuis 2001, plus de 48 000 participants, 632 000 donateurs et 6 500 bénévoles ont permis d'amasser plus de 63 millions de dollars. Ces sommes soutiennent la recherche de pointe en cancer pédiatrique, des soins spécialisés et des programmes qui changent la trajectoire de milliers de familles ici même. Cinq

fondations bénéficient de cette générosité : **la Fondation Charles-Bruneau, la Fondation CHU Sainte-Justine, la Fondation de l'Hôpital de Montréal pour enfants, la Fondation du CHEO et la Fondation Tremblant.**

Cette année, 25 personnalités issues du sport, des médias, des arts et des affaires prêteront leur voix à la cause : **Alexandre Despatie, Benoît Gagnon, Dominic Arpin, Frédérick Plante, Philippe Fehmiu, Phil Denis, Kevin Raphaël, Alexandre Bilodeau, Ingrid Falaise, Erik Guay, Patricia Boal, Camille D. Sperandio, Alanis Desilet, Évelyne Audet, Geneviève Tardif-Lefebvre, Sébastien Paradis, Alexandra Oberson, Élisabeth Abbatiello, Geneviève Borne, Juliette Goyette, Joey Scarpellino, Patrick-Emmanuel Abellard, Mireille Boutin, Greg Basquiat et Gloria-Bella Brisson.** Une escouade de cœurs pour amplifier l'appel, micro à la main et bottes fourrées aux pieds.

Le vétéran **Benoît Gagnon** nous confie : « Le 24h Tremblant, c'est 25 ans de ma vie, soit la moitié déjà. Je m'implique depuis la première édition. J'ai aussi été le premier à le faire en solo [...] et, cette année-là, j'avais pu remettre 80 000 \$ en dons amassés. Je serai de retour cette année, bien sûr! »

Le cœur a 12 visages : 12 enfants parrainés qui donnent un sens à chaque foulée — **Axel, Béatrice, Bruce, Clément, Éliakim, Emmanuelle, Ève, Pierre-Antoine, Raphaël, Soraïa, Stefano et Victoria.** Leurs sourires à la ligne de départ valent tous les nez froids du parcours. On pense à eux quand les jambes sont molles et que la pente s'allonge.

Chacun trouve sa façon de s'engager : ski, planche, rando, course ou marche. On monte une équipe, on enrôle les collègues, on rallie la famille. Le terrain de jeu est prêt : pistes illuminées, bénévoles turbomotivés, musique au pied des remontées et encouragements à profusion. Bonus anniversaire : une heure de plus pour les émotions du décompte final.

Pourquoi participer et contribuer? Parce que l'impact est immédiat et local. Parce que 25 ans, ça se célèbre en grand. Et parce que, à Tremblant, l'hiver prouve que la chaleur humaine se mesure à la générosité collective. Prêt à écrire votre chapitre de cette épopée sportive et solidaire? ■

Plus de renseignements et horaire des spectacles gratuits pour tous 24htremblant.com.



Personnalités et enfants parrainés/Personalities and sponsored children 24h Tremblant 2025

©Christian Martin



Erik Guay



©Gary Yee

25h Tremblant: a quarter century with an extra hour of magic

MARIE-PIERE BELISLE-KENNEDY

Some anniversaries remind us why we love winter. For its 25th running, 24h Tremblant is turning things up a notch—or rather, an hour. This year only, the legendary event becomes the **25h Tremblant**, celebrating 25 years of determination, friendship, and pure human warmth. From December 12 to 14, Mont-Tremblant transforms into a vibrant stage where endurance meets celebration, and every stride fuels real change.

This milestone event promises plenty of goosebump moments: a 25-year opening parade, a reinvented midnight countdown, and a massive reunion party uniting participants, volunteers, and long-time supporters. Picture it—adrenaline, cheering crowds, the clang of cowbells, and the scent of hot chocolate or coffee in the crisp mountain air. For 25 dazzling hours, the village will pulse with energy and generosity.

Behind the snowy relay tracks, the numbers tell a powerful story. Since 2001, more than 48,000 participants, 632,000 donors, and 6,500 volunteers have helped raise over \$63 million. These funds fuel cutting-edge pediatric cancer research, specialized care, and life-changing programs for thousands of families right here at home. The event proudly supports five children's charities

and their foundations: **Charles-Bruneau, CHU Sainte-Justine, The Montreal Children's Hospital, CHEO, and Fondation Tremblant.**

This year, 25 ambassadors from sports, media, arts, and business are lending their voices—and hearts—to the cause: **Alexandre Despatie, Benoît Gagnon, Dominic Arpin, Frédérick Plante, Philippe Fehmiu, Phil Denis, Kevin Raphaël, Alexandre Bilodeau, Ingrid Falaise, Erik Guay, Patricia Boal, Camille D. Sperandio, Alanis Desilet, Évelyne Audet, Geneviève Tardif-Lefebvre, Sébastien Paradis, Alexandra Oberson, Élisabeth Abbatiello, Geneviève Borne, Juliette Goyette, Joey Scarpellino, Patrick-Emmanuel Abellard, Mireille Boutin, Greg Basquiat and Gloria-Bella Brisson.** A dream team of heart and passion—mic in hand and warm boots on their feet.

And who better than TV host and long-time participant **Benoît Gagnon** to sum it up:

"The 24h Tremblant is 25 years of my life—half of it already! I've been there since day one, even completed it solo once, and raised \$80,000 that year alone. You can bet I'll be back this time, too."

At the centre of it all are twelve young heroes: **Axel, Béatrice, Bruce, Clément, Éliakim, Emmanuelle, Ève, Pierre-Antoine, Raphaël, Soraïa, Stefano, and Victoria**—the sponsored children who give every lap on the course its meaning. Their smiles at the starting line light up the slopes and remind everyone why they're here.

On the course, everyone finds their way to give back. Whether it's skiing, snowboarding, running, hiking, or walking, teams come together, families rally, colleagues unite—or some take on the mountain solo, driven by pure heart. Expect illuminated slopes, pumped-up volunteers, music at every lift, and high-fives everywhere you turn. This year's birthday gift? One extra hour to chase the finish-line magic.

So why join in now? Because the impact is immediate and local. Because 25 years deserves a celebration to remember. And because at Tremblant, winter proves that true warmth comes from giving together. Ready to write your own chapter in this legendary story? ■

Details, donation pages and free concert lineup at 24htremblant.com.

Marché de Noël 2025

- **Vente de poinsettias et sapins de Noël**
- **Découvrez aussi une variété d'items festifs exclusifs pour embellir votre temps des fêtes**
- **Point de dépôt pour La Guignolée sur place**

2025 Christmas Market

- **Sale of poinsettias and Christmas trees**
- **Discover a wide range of exclusive festive items to brighten up your holiday season**
- **Drop-off point for La Guignolée on site**

5 décembre, 13 h à 18 h 30	December 5, 1 p.m. to 6:30 p.m.
6 décembre, 10 h à 18 h	December 6, 10 a.m. to 6 p.m.
7 décembre, 10 h à 15 h	December 7, 10 a.m. to 3 p.m.

2396, rue Labelle, Mont-Tremblant
Dans le stationnement de Expérience SK et le Grand Lodge

Commandez en ligne
Order online



Visite du Père Noël / Santa Claus
Ven. 16 h à 18 h
Sam. 13 h à 15 h – Dim. 10 h à 12 h
Fri. 4 to 6 pm – Sat. 1 to 3 pm
Sun. 10 am to 12 pm





La Brasserie des Mercenaires Culinaires

Quand l'art du boucher s'invite à table



© Jo Simonetti

J'ai souvent envoyé des amis ou ma famille à la Brasserie des Mercenaires, bien que je n'y aie moi-même jamais dîné. Mon expérimentation des magnifiques pièces de viande persillée et des saucisses faites maison de la Boucherie des Mercenaires voisine; le plaisir d'apercevoir

la salle à manger depuis le bar où je sirotais d'excellentes bières artisanales; et la découverte de la cave à vin qui occupe une place centrale dans la salle ne me laissaient aucun doute : les avis étaient élogieux.

Mardi soir à Saint-Jovite. Je m'installe au bar et étudie le menu : une tour de fruits de mer, des assiettes surf and turf, du bar chilien, du carré d'agneau, un faux-filet pour deux... un paradis pour les carnivores. Mais je voulais quelque chose qui reflète l'ADN de cette brasserie ayant une âme de boucherie.

J'ai commencé par de la moelle osseuse rôtie et des champignons cueillis ici, servis avec de grosses tranches de pain de campagne grillées. La moelle était onctueuse et soyeuse, en contraste avec le goût terreux des champignons sauvages — un équilibre parfait et décadent.

Puis, sur les conseils du serveur, j'ai choisi les médaillons

de chevreuil accompagnés de choux de Bruxelles rôtis et d'une purée de céleri-rave. C'était la première fois que je goûtais du chevreuil. La curiosité et le fait que la viande soit préparée sur place par le boucher m'ont convaincue. Ce fut une révélation : cuite à point, tendre, profondément savoureuse, mais étonnamment délicate, elle s'accordait avec un excellent Cabernet Sauvignon servi au verre.

Au dessert, on m'avait encouragée à essayer le pouding chômeur. Servi dans un calice de porcelaine blanche finement ouvragé, couronné de glace à la vanille, il révélait sous sa croûte caramélisée un cœur d'érable fondant à la perfection. Une seule bouchée suffit à me convaincre.

La Brasserie des Mercenaires incarne le meilleur de l'esprit culinaire de Tremblant : une excellence sans prétention, des produits locaux et des professionnels qui maîtrisent leur art. Aujourd'hui, je peux affirmer avec certitude qu'elle se distingue. ■

The butcher's art meets the brasserie table

Tuesday night in Saint-Jovite. I have often sent friends and family to Brasserie des Mercenaires though I have never dined there myself. My confidence came from experiencing beautifully marbled cuts and sausages made in the adjoining butcher shop, Boucherie des Mercenaires; enjoying the view of the cozy dining room from the bar where I have sipped excellent microbrews; and witnessing the impressive wine cellar that anchors the room. What's more, the reviews are consistently rave.

I settle in at the bar and study the menu: a carnivore's playground with a seafood tower, surf and turf platters, Chilean sea bass, rack of lamb, ribeye for two—but I want something I would not cook at home, something that speaks to the restaurant's DNA as a brasserie with a butcher's soul.

I start with roasted bone marrow and locally foraged mushrooms, served with thick slices of charred country

bread. The marrow is lush and silken, its richness grounded by the earthy bite of wild mushrooms: a perfect, decadent balance against the smoky bread.

For the main, I follow my server's advice and choose the venison medallions with roasted Brussels sprouts and celery root purée. It's my first time trying deer. Curiosity and the fact that the meat is prepared in-house by the butcher convince me. It is a revelation, cooked to a tender medium rare, deeply flavourful yet surprisingly delicate, perfectly paired with a stunning Cabernet Sauvignon available by the glass.

I rarely order dessert but am urged to try their *pouding chômeur*. It arrives in an ornate white porcelain chalice crowned with scoops of vanilla bean ice cream, the caramelized crust breaking into molten maple perfection beneath. One bite and any pretense of restraint disappears.

Brasserie des Mercenaires captures the best of Tremblant's culinary spirit: unpretentious excellence, local sourcing, and the quiet assurance of people who know exactly what they are doing. I have long recommended it. Now I can say with certainty that it is a standout. ■

CHRONIQUE | COLUMN

par | by Jo Simonetti

Jo est courtière immobilier dans les régions de Montréal, des Laurentides et de l'Estrie. Elle a également travaillé dans le domaine de l'investissement et a été journaliste et critique de restaurants pour le Montréal Business Magazine.

Jo is a residential real estate broker for the Montréal, Laurentians and Eastern Townships areas. Jo also used to work in investment, and was a journalist and restaurant reviewer with Montreal Business Magazine.



VENTE ET RÉPARATION D'ÉLECTROMÉNAGERS

Encourageons une entreprise locale et familiale depuis plus de 40 ans



Du lundi au vendredi, de 8 h à 12 h et de 13 h à 17 h 30.
Fermé pour le dîner, de 12 h à 13 h | Samedi, de 9 h à 13 h

1294, rue de Saint-Jovite, Mont-Tremblant
819 425-5840 | www.jpitreservice.com



Le SERVICE de réparation et de VENTE
sous un même toit pour mieux vous servir!



L'ART DU RAFFINEMENT INTÉRIEUR.



Meubles - Décoration - Matelas - Design Intérieur
Furniture - Decor - Mattresses - Interior Design

586 rue de Saint-Jovite, Mont-Tremblant
www.naturinterieurs.ca

Mettre la main à la pâte

Quand je me suis inscrit à un DEP en pâtisserie en 2006, j'ai été conquis par la créativité que permet ce métier. Je crois que ce qui m'a le plus frappé, c'est l'odeur des viennoiseries qui sortaient du four à sole le matin. Le module boulangerie a été de loin mon apprentissage favori. Je me suis senti à ma place, les mains dans la farine en train de pétrir un pain ou de façonner un croissant. Et que dire de la découverte de la pâte feuilletée? Mon premier millefeuille fut un défi de taille.

François Pierre de la Varenne, né en 1618, a fait évoluer la gastronomie française. Il a publié en 1651 le premier véritable livre sur la cuisine française. Dans son ouvrage intitulé *Le Cuisinier français**, il mentionne le fameux dessert millefeuille et nous donne la première recette de cette pâtisserie.

Marie-Antoine Carême, dit «Antonin Carême», grand pâtissier et chef français né en 1784 à Paris, a fait évoluer cette recette. Il a perfectionné la méthode en ajoutant

des couches de matière grasse et de pâte, ce qui améliore la régularité et le développement du feuilletage.

Malheureusement, aujourd'hui, les bases classiques, comme le feuilletage parfait d'une pâte feuilletée maison pur beurre, perdent en popularité. Les grosses chaînes alimentaires produisent des pâtes toutes faites, prêtes à être mises au four. Mais ces produits ultra-transformés sont loin de la recette de base à cinq ingrédients.

Je ne suis devenu ni pâtissier ni boulanger, mais le cuisinier que je suis aujourd'hui tient à honorer les fondements de l'art culinaire. Façonner un pàton de pâte feuilletée demeure pour moi une véritable joie.

Quand je confectionne un millefeuille, je veux mettre en valeur notre gastronomie québécoise. J'utilise alors un beurre d'érable maison en guise de glaçage et une crème diplomate aromatisée à la fleur de mélilot pour la garniture.



Un grand plaisir, une bouchée à la fois. ■

*En vieux français

Lending a hand... to pastry-making!

When I registered for a DEP—diploma in professional studies—in pastry in 2006, I was completely conquered by the creativity inherent in this craft. I think that what struck me most was the scent of the pastries taken from the oven at daybreak. The baking section was by far my favourite learning experience. I felt at home, hands in the flour as I kneaded dough for bread or shaped a croissant. And what can I say about the discovery of puff pastry? My first millefeuille was quite a challenge.

François Pierre de la Varenne, born in 1618, caused an evolution in French gastronomy. In 1651 he published the first real book on French cuisine. In his book, *Le Cuisinier français** (The French Cook), he mentions the famous

millefeuille dessert and provides the first recipe for this pastry.

Marie-Antoine Carême, called "Antonin Carême", great French chef and pastry chef born in 1784 in Paris, caused the recipe to evolve. He perfected the method by adding layers of fat and of pastry, which improved the consistency and the development of the leaves, or layers.

Sadly, today, the classic basics—like the perfect layers of a flaky pastry made at home with pure butter—are becoming less popular. The big food chains produce ready-to-bake pastry. But these ultra-transformed products are a far cry from the basic, five-ingredient recipe.

I didn't become a pastry chef or a baker, but the cook that I am today tends to honour the foundations of the culinary art. Making a flaky pastry dough remains, for me, a real joy.

When I make a millefeuille, I want to honour our Québec gastronomy. I use homemade maple butter for the icing, and pastry cream flavoured with the sweet clover flower for the garnish.

It's a real delight, one bite at a time. ■

*In old French



CHRONIQUE | COLUMN
par | by Chef Marc-Antoine B. Lessard

Marc-Antoine Baril Lessard est derrière les fourneaux depuis une vingtaine d'années. Il offre ses services de « Chef à domicile » dans les Laurentides en mettant en valeur les artisans et producteurs de notre région.

Marc-Antoine Baril Lessard has been at the stoves for about twenty years. He offers his services as a "chef in your home" in the Laurentians, highlighting the artisans and producers of our region. 418 524-5378 | privatechefmonttremblant.com



LE FOYER DE VOS RÊVES AVEC

THE FIREPLACE OF YOUR DREAMS AT

 **Le Brasier Tremblant**

POÊLES | FOYERS | BBQ | CUISINES EXTÉRIEURES

Encouragez l'économie d'ici : achetez local.
Buy local... Support local businesses.

745, rue de Saint-Jovite, Mont-Tremblant
819 717-9594 | lebrasier.ca



Valecourt

DISPONIBLE À LA BOUTIQUE LE BRASIER MONT-TREMBLANT.

Plaisirs gourmands | Gourmet Pleasures
par/by **TremblantRestaurants.ca**

Découvrez où **bien manger** à Mont-Tremblant
The reference for **good food** in Mont-Tremblant

tremblantrestaurants.ca



MILLE PÂTES
RESTAURANT & BOUTIQUE

Pâtes Fraîches
Fresh Pastas

780, rue de Saint-Jovite
Mont-Tremblant
+1 819 717.3830 millepates.ca

• DEPUIS 1902 •
AU COIN
PUB GASTRONOMIQUE

Réservez notre **SALLE DE RÉCEPTION** pour
vos événements privés et corporatifs.

Infos: 819 717-1410 | karine@hotelmonttremblant.net

MAISON PUBLIQUE
TREMBLANT
ORCHARD
PUB & CAFE
EST. 2006

RÉSERVEZ VOTRE PARTY DE BUREAU
AVEC NOUS!

Fête de Noël

MENU GROUPE / TABLE D'HÔTE / CANAPÉS
819-717-1436 tremblantorchard@yooopubs.com
@tremblantorchard

LA PETITE CACHÉE
RESTAURANT

Cuisine classique d'inspiration française
French-inspired cuisine

2681, chemin du Village, Mont-Tremblant
819 425-2654 | petitecachee.com



Immobilier Tremblant Platinum Inc.

Courtier immobilier | Real Estate Broker

819.429.0674

michelnaud.com | michel.naud@evrealestate.com



Lac des Becs-Scie, Saint-Sauveur
Lac navigable | MLS 11236087
1 625 000\$



Le Boisé
Accès direct aux pistes, 4 cac | MLS 11777391
1 240 000 \$



Lac Louisa, Wentworth-Nord
Domaine privé de 89 acres | MLS 12699960
2 900 000\$



Golf Le Maître, Mont-Tremblant
Directement sur le golf | MLS 28724407
Optimisation de prix : 2 850 000\$



Hôtel-du-Lac, Mont-Tremblant
Location court terme permise | MLS 19843296
485 000 \$ + taxes



Sérénité en Forêt, Mont-Tremblant
Plus de 2 acres de terrain boisé | MLS 22447223
1 300 000\$



Cap-Tremblant
5 chambres sur 2 étages | MLS 13462089
585 000\$

Groupe

AVEC DÉV WITH TOTA



Patrick Naud

Courtier immobilier | Real Estate Broker

819.429.1202

patrick.naud@evrealestate.com



Marie-Hélène Vigeant

Adjointe aux ventes | Sales Assistant

819.681.5000

marie-hélène.vigeant@evrealestate.com

ENGEL & VÖLKERS®

MICHEL NAUD



Le Maurice, Mont-Blanc | Nouveau projet
Location court terme permise | MLS 23660116
599 000\$ + tx



Rocher-Soleil, Mont-Tremblant
Location court terme permise | MLS 12834163
699 000\$



rue Maurice, Amherst
Terrain de 63 acres, 4 cac | MLS 28707668
1 295 000\$

e Naud

OUEMENT
AL PASSION



Golf le Maître, Mont-Tremblant
Directement sur le golf | MLS 21835875
2 600 000\$



Lac Pimbina, Saint-Donat
5 chalets | 2 plages | 1,5km de rive | 70 acres | MLS 18087094
5 100 000\$



Pinoteau
Maison de ville de 3 chambres | MLS 26261353
675 000\$



Lac Lamoureux, Mont-Tremblant
2 lots avec accès au Lac Lamoureux | MLS 9539786
349 000\$



Catherine Côté
Courtier immobilier | Real Estate Broker

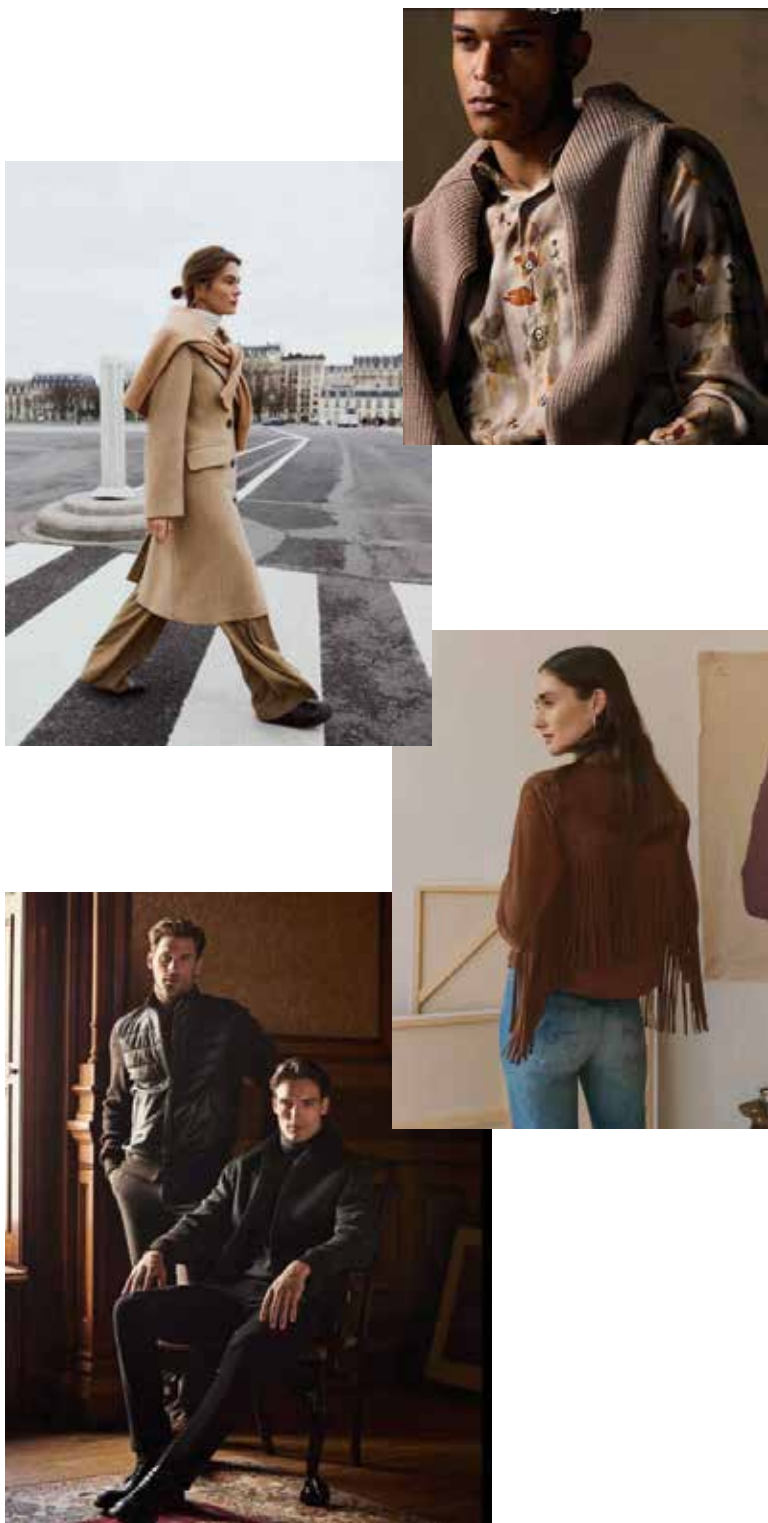
514.618.4087
catherine.cote@evrealestate.com



Location saison d'hiver 2025-2026
Contactez-vous si vous cherchez à
louer //
Contact us if you are looking for a
winter rental.

BOUTIQUE
RomyElliot

VÊTEMENTS HOMME & FEMME



FEMME: AG JEANS, AMMANN, BRAX, CAMBIO, CIRCOLO, ILSE JACOBSEN, IN WEAR, IRIS, L'AGENCE, MARC CAIN, NADYA TOTO, PART2, PRINCESS GOES HOLLYWOOD, RAFAELLO ROSSI, PARAJUMPERS, SHAN, ZADIG&VOLTAIRE

HOMME: AG JEANS, ALBERTO, BRAX, CIRCOLO, COLE HAAN, EDEN PARK, ETON, GRAN SASSO, HUGO BOSS, JOOP, L.B.M., MEYER, PAIGE DENIM, PARAJUMPERS, PATRICK ASSARAF, PAUL&SHARK, PSYCHO BUNNY, STENSTRÖMS

ET PLUSIEURS AUTRES

292, rue Principale
St-Sauveur | 450.227.2421 | RomyElliot.com



Chœur Tremblant présente «Vivement Noël!»

FABIENNE MACÉ

Le Chœur Tremblant lancera les festivités de fin d'année avec son concert «Vivement Noël!» le **dimanche 30 novembre, 16 h, à l'église de Saint-Jovite**. Sous la direction musicale et artistique de Louis Babin, l'ensemble de 62 choristes présentera un programme où le répertoire classique et la création contemporaine se côtoient dans un savant équilibre qui séduit choristes et spectateurs.

«Depuis sa relance en 2021, la chorale a quadruplé, confirmant un formidable engouement», se réjouit sa présidente Carole Paris. Pour Anne Johnston, vice-présidente, et Carole, cette croissance est une grande source de fierté : une évolution spectaculaire née de la volonté et de l'expertise du maestro Babin conjuguée au dynamisme du comité. Toutes les deux soulignent combien la programmation s'est enrichie, permettant, non seulement au public, mais aussi aux choristes, de découvrir de nouvelles œuvres et de donner un nouveau souffle au Chœur Tremblant.

Au programme cette année : des extraits de Bach (*Messe en si mineur*); des pièces de John Rutter, reconnu pour la beauté lyrique et l'accessibilité de ses œuvres; plusieurs compositeurs québécois, dont Lionel Daunais; et des classiques de Noël revisités. Fidèle à sa virtuosité, le chœur interprétera des pièces internationales en cinq langues, offrira un hommage à un artiste disparu et réservera quelques surprises. Comme toujours, le chœur sera accompagné de musiciens professionnels — quintette à cordes, trompettiste et pianiste — qui viendront amplifier la richesse de l'événement.

Depuis la fin août, auditions, répétitions hebdomadaires, séances intensives et travail individuel laissent augurer un spectacle d'envergure. Si derrière ce programme se cache un engagement collectif impressionnant, c'est la joie de chanter ensemble et de partager l'émotion qui anime la chorale.

«Vivement Noël!» invite à plonger dans un concert vibrant où la passion des voix illumine Mont-Tremblant dès les premières notes.

873 279-2848 | choeurtremblant.com

En vente chez Hamster l'Apostrophe Plus, 1090, rue de Saint-Jovite (argent comptant) ■



©C.Montreuil

Carole Paris &
Anne Johnston

©F.Macé - Biche des Bois

Chœur Tremblant presents its Christmas concert

FABIENNE MACÉ

The **Chœur Tremblant** will launch the seasonal festivities with its concert, **Vivement Noël!** on **Sunday, November 30, 4 p.m., at the Saint-Jovite church**. Under the artistic and musical direction of Louis Babin, the choir's 62 singers will present a program in which a classical repertoire and contemporary creations work together to delight both choristers and spectators.

"Since its relaunch in 2021, the choir has quadrupled in size, confirming substantial interest," says choir president Carole Paris enthusiastically. For Anne Johnston, vice-president, and Carole, this growth is a point of pride: a spectacular evolution borne of the will and expertise of Louis Babin combined with the commitment and energy of the leadership group. Both women emphasize how much the program has been enriched, allowing not only the public, but also the choir members, to discover new works and bring a new vitality to the Chœur Tremblant.

On the program this year: an extract from Bach's *Mass in B Minor*; pieces by John Rutter, known for the lyrical beauty and accessibility of his works; several Québec composers, including Lionel Daunais; and Christmas classics revisited. Reflecting its own strength, the choir will interpret international pieces in five languages, pay homage to a deceased artist, and reserve several surprises. As always, the choir will be accompanied by professional musicians—a string quintet, a trumpeter and its excellent piano accompanist—to amplify the rich harmony of the event.

Since late August, auditions, rehearsals, intensive practices and individual work have combined to ensure a fine performance. While this program hides an impressive collective engagement, it's the joy of singing together and sharing the emotion that fuels the choir.

Vivement Noël! invites us to plunge into a vibrant concert where the passion of voices brightens Mont-Tremblant from the very first notes.

873 279-2848 | choeurtremblant.com

For sale at Hamster l'Apostrophe Plus, 1090, rue de Saint-Jovite (cash only, please) ■

Guignolées à Mont-Tremblant :

Un élan de solidarité vital

FABIENNE MACÉ

Chaque année à Mont-Tremblant, la **Guignolée** rassemble citoyens, organismes et partenaires autour d'une grande chaîne d'entraide. Plus que jamais nécessaire, cet élan collectif unit la communauté pour soutenir les familles fragilisées et offrir un peu de réconfort là où il est le plus précieux.

Guignolée des Chevaliers — Une tradition de partage depuis 1922

En collaboration avec le Comité de quartier, la **guignolée des Chevaliers de Colomb** aura lieu le 22 novembre devant l'église de Saint-Jovite, puis les 5, 6 et 7 décembre dans la forêt du Grand Lodge lors de l'événement de Noël de la **Maison La Traversée**, maison de soins palliatifs. « Ce sera ma 40^e édition, raconte Pascal de Bellefeuille, bénévole. J'y participais déjà comme chef scout, cuillère de bois en main et ceinture fléchée à la taille! » Chaque don ou denrée recueilli est remis directement dans la communauté, par l'entremise de La Samaritaine, pour accompagner les plus vulnérables tout au long de l'année. Une tradition festive où la générosité continue de se transmettre.



©Jean-Marie Savard

La Grande Guignolée des Médias — Mobilisation régionale

Plus grand événement de solidarité des Laurentides, la **Grande Guignolée pour Moisson Laurentides** mobilise près de 2 000 bénévoles et de nombreuses organisations tout au long du mois de décembre. Son point culminant, la **Guignolée des Médias** du 4 décembre, comptera plus de 100 points de collecte et environ 1 500 bénévoles. Dans un contexte de hausse de 27 % des demandes d'aide depuis la pandémie, chaque contribution est essentielle pour répondre aux besoins croissants et assurer une stabilité alimentaire. « La figure de la faim s'incarne désormais chez des familles et des enfants que nous connaissions peu il y a cinq ans », souligne **Annie Bélanger**, directrice générale intérimaire.

La Guignolée est ce rendez-vous d'entraide où, ensemble, nous pouvons faire une différence concrète. Par un don ou un peu de temps, joignez-vous à ce mouvement de solidarité : chaque geste compte. ■

moissonlaurentides.org

chevaliersdecolumbstjovite.ca



©Stéphane Martin

Guignolées in Mont-Tremblant:

A vital link in solidarity

FABIENNE MACÉ

Every year in Mont-Tremblant, the **guignolée**—a medieval Christmas tradition that raises **food and funds**—brings together individuals, organizations and partners around a chain of mutual assistance. More needed than ever, this collective initiative gathers the community to sustain vulnerable families and provide a bit of comfort where it's most needed.

Guignolée des Chevaliers—a tradition of sharing since 1922

Working with the District Committee, the **guignolée des Chevaliers de Colomb** (a Roman Catholic service organization) will be on November 22 in front of Saint-Jovite Church, then on December 5, 6, and 7 in the Grand Lodge forest during the **Maison La Traversée** Christmas event. (La Traversée is a palliative care residence.) "It will be my 40th such event," says Pascal De Bellefeuille, volunteer. "I participated young as a Scout leader, spoons in hand and ceinture fléchée around my waist!" Every donation of money or food goes directly to the community via the Samaritaine to sustain the most vulnerable throughout the year. It's a festive tradition that continues to spread generosity.

La Grande Guignolée des Médias—regional mobilization

The largest solidarity event in the Laurentians, the **Grande Guignolée pour Moisson Laurentides** mobilizes close to 2,000 volunteers and numerous organizations throughout December. Its culmination, the **Guignolée des Médias** on December 4, will have 100 collection points and about 1,500 volunteers. In the context of a 27 percent increase in aid requests since the pandemic, every contribution is essential to respond to growing need and ensure food security. "The spectre of hunger now appears before families and children that did not experience it even five years ago," notes **Annie Bélanger**, interim general manager.

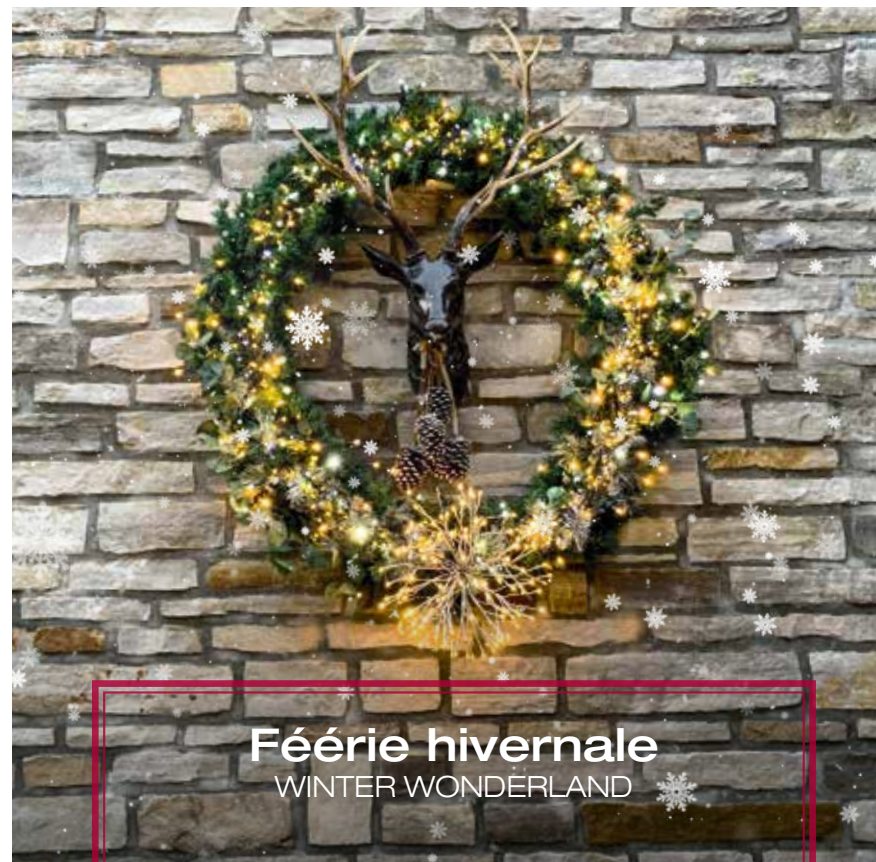
La Guignolée symbolizes coming together in mutual assistance, through which we can make a real difference. With a donation of money, food or some time, be a part of this solidarity movement: every action counts. ■

moissonlaurentides.org

chevaliersdecolumbstjovite.ca



NORTHLAND



Féerie hivernale
WINTER WONDERLAND

**Rehaussez votre décor...
confiez-nous-en la réalisation!**

Enhance your decor...
entrust us with the creation!



**Du plan à la réalisation, planifiez vos
aménagements extérieurs 2026 dès maintenant!**

Now is the time to plan your 2026 landscaping.

AMÉNAGEMENT. HORTICULTURE. DESIGN.
LANDSCAPING. HORTICULTURE. DESIGN.

de Piedmont à Mont-Tremblant

De l'argile à la création

CATHY BERGMAN

Parfois, les plus belles choses émergent de lieux insolites. Pour Eve Léonard, céramiste à Mont-Tremblant, son parcours dans la poterie n'a pas commencé dans un atelier, mais pendant une convalescence.

Alors qu'elle voyageait en Inde, Eve a contracté la dengue peu avant que la pandémie de Covid ne balaye la planète. De retour à Mont-Tremblant, elle a choisi la poterie comme moyen doux de rééduquer ses mains, d'apaiser sa douleur et de calmer son esprit. Ce qui a commencé comme une thérapie est rapidement devenu une passion, puis finalement un nouveau chemin artistique.

De cette étincelle est né **Les Petits Pots Tremblant** : des créations céramiques uniques, inspirées de la nature, qui reflètent la beauté organique des



© Eve Léonard

Laurentides. Chaque pièce porte en elle un murmure de la nature : des impressions de feuilles, de brindilles et de textures recueillies sur les sentiers locaux. Récemment, Eve a travaillé avec une argile rouge foncé provenant de Nominique — terre qu'utilisaient autrefois les artisans autochtones de la région — ancrant son travail dans un profond sentiment d'appartenance et de tradition.

Les créations originales d'Eve sont disponibles chez **Widoo Design, L'Étalage Marché Gourmand et Bagel Boréal**, ou via sa boutique en ligne.

Afin de partager sa passion, Eve organise, les 18 et 25 novembre, un atelier de poterie en deux parties dans son **atelier d'Amherst**, offrant ainsi la possibilité de créer son propre souvenir sous sa direction. «Je ne peux imaginer de cadeau plus attentionné, dit-elle, qu'un objet fait à la main et offert avec le cœur.» Une préinscription en ligne est obligatoire.

Pour ceux et celles qui souhaitent découvrir l'ensemble de sa collection, profitez de la journée portes ouvertes du nouvel atelier d'Eve le **6 décembre**, de 10 h à 16 h, au **247, chemin Louis-Pépin à Amherst**. Entrez, faites quelques achats et découvrez comment un parcours de guérison s'est transmuté en un art qui célèbre la nature, la résilience et la beauté de la création elle-même. ■

lespetitspotstremblant.ca

From clay to creation

CATHY BERGMAN

Sometimes the most beautiful things emerge from unexpected places. For Mont-Tremblant ceramic artist **Eve Léonard**, her journey into pottery began not in a studio, but in recovery.

While traveling through India, Eve fell ill with Dengue fever shortly before the Covid pandemic swept the globe. Returning home to Mont-Tremblant, she turned to pottery as a gentle way to move her hands, ease her pain, and quiet her mind. What started as therapy quickly became a passion—and ultimately, a new artistic path.

From that spark, **Les Petits Pots Tremblant** was born: one-of-a-kind, nature-inspired ceramic creations that reflect the organic beauty of the Laurentians. Each piece carries a whisper of the outdoors—impressions of leaves, twigs, and textures gathered on local trails. Recently, Eve has been working with a deep red clay sourced from Nominique: the same earth once used by Indigenous artisans of the region, grounding her work in a profound sense of place and tradition.

Eve's distinctive creations can be found locally at **Widoo Design, L'Étalage Marché Gourmand, and Bagel Boréal**, or online through her boutique.

To share her passion with others in a very hands-on way, Eve is hosting a two-part pottery workshop at her **Amherst atelier** November 18 and 25—providing a chance to shape your own keepsake under her guidance. "I can't think of a more thoughtful gift," she says, "than



© Eve Léonard

something made by hand and given from the heart." Online pre-registration is required.

For those eager to explore her full collection, stop by the open house of Eve's new workshop **December 6**, from 10 a.m. to 4 p.m. at **247 chemin Louis-Pépin, Amherst**. Step inside, shop a bit, and discover how one woman's healing journey turned into art that celebrates nature, resilience, and the beauty of creation itself.

lespetitspotstremblant.ca

Un coup gagnant !
100 000\$
pour les enfants de chez-nous !

Merci !

Le 25 septembre 2025 se tenait la 3^e édition du
Tournoi de golf annuel
de la Fondation Tremblant
présenté par le **Léo boire + manger**
du Westin Tremblant



Fondation
Tremblant

Merci à nos partenaires

Présentateur :



Banquet au sommet :



Hôtes :



Sur le terrain :





Hors zone | Outside the zone

©Groupe Scandinave inc.

Le grand frisson

Novembre dans les Laurentides, c'est ce moment entre l'éclat d'automne et la magie d'hiver. Les sentiers sont détrempés, les arbres nus, et il faut un brin d'imagination pour rester inspiré. Mon défi du mois : la baignade en eau froide.

Soyons clairs : je déteste le froid. Je sors le coton ouaté à la mi-juillet. Alors, entrer dans l'eau glaciale du lac Tremblant ou du lac Mercier, c'est hors de ma zone de confort. Le premier contact est brutal. Le souffle se coupe, le corps hurle « Mais qu'est-ce que tu fais?! » Si l'on tient bon et résiste, ne serait-ce que 30 secondes, quelque chose bascule. La respiration s'apaise, l'esprit se précise, et le froid devient étrangement palpitant.

La science confirme ce que les Scandinaves pratiquent depuis des siècles. L'exposition au froid active la circulation, réduit l'inflammation, aiguise la concentration et déclenche une montée d'endorphines. Pas surprenant que les athlètes le pratiquent.

Si le lac te semble trop intense, cap sur la version plus douce au Spa Scandinave : contrastes thermiques et pauses. Alternier chaleur, eau froide et repos transforme l'épreuve en pur plaisir. La vapeur qui s'élève des bassins dans l'air vif de novembre ajoute à la magie. Leur parcours thermal, une séquence de bains chauds suivie d'un bassin d'eau froide, garantit de faire battre le cœur plus vite.

Le meilleur dans tout ça? Ce n'est pas une question de courage ou de prouesse. C'est apprivoiser l'inconfort, découvrir qu'on est plus fort qu'on le croit, et repartir avec ce petit sourire qui dit : « Je l'ai fait ».

Alors, quand novembre vous laisse en suspens, ne somnolez pas. Donnez-vous un petit choc électrique. Osez la baignade en eau froide. ■

*Le masculin est employé pour alléger le texte.

Take the plunge

November in the Laurentians is that awkward pause between fall glory and winter magic. The trails are soggy, the trees look bare, and it takes a little more imagination to stay inspired. For me, that meant hunting down a new kind of challenge: the cold plunge.

Now, let's be clear: I hate the cold. I'm the one reaching for a sweatshirt in mid-July, so stepping into icy water at Lac Tremblant or Lac Mercier is about as far outside my comfort zone as it gets. The first shock is brutal—your breath catches, your body screams *what are you doing?!—*but if you stay, even just 30 seconds, something shifts. Your breathing slows, your mind sharpens, and the cold turns strangely exhilarating.

Science backs up what the Scandinavians have known for centuries. Cold immersion boosts circulation, reduces inflammation, sharpens focus and sparks a surge of endorphins. It's no wonder athletes swear by it.

And if plunging into a nearby lake feels too extreme, there's always the gentler (but still bracing) version at Scandinave Spa, where alternating heat, chill, and rest turns the experience into pure indulgence. Steam rising from the pools against the brisk November air makes it all the more magical. Its Nordic Journey, a sequence of warm baths and icy plunges, is guaranteed to get your heart pumping.

The best part? It's not about toughness or bravado. It's about facing discomfort head-on, discovering you can handle more than you think, and walking away with a quiet grin that says: *I did it.*

So when November leaves you in limbo, don't just muddle through. Shock yourself awake. Take the plunge. ■

CHRONIQUE | COLUMN
par | by **Cathy Bergman**

Cathy Bergman est devenue athlète de façon inopinée à un âge relativement avancé. Elle nous montre qu'il n'est jamais trop tard pour retrouver la santé et la forme.
Cathy Bergman is an accidental athlete who found health and fitness late in life. She shows us that it's never too late to change your life.



25%

DE RABAIS

OFF

En vigueur du 1^{er} novembre au 19 décembre 2025
Valid from November 1 to December 19, 2025

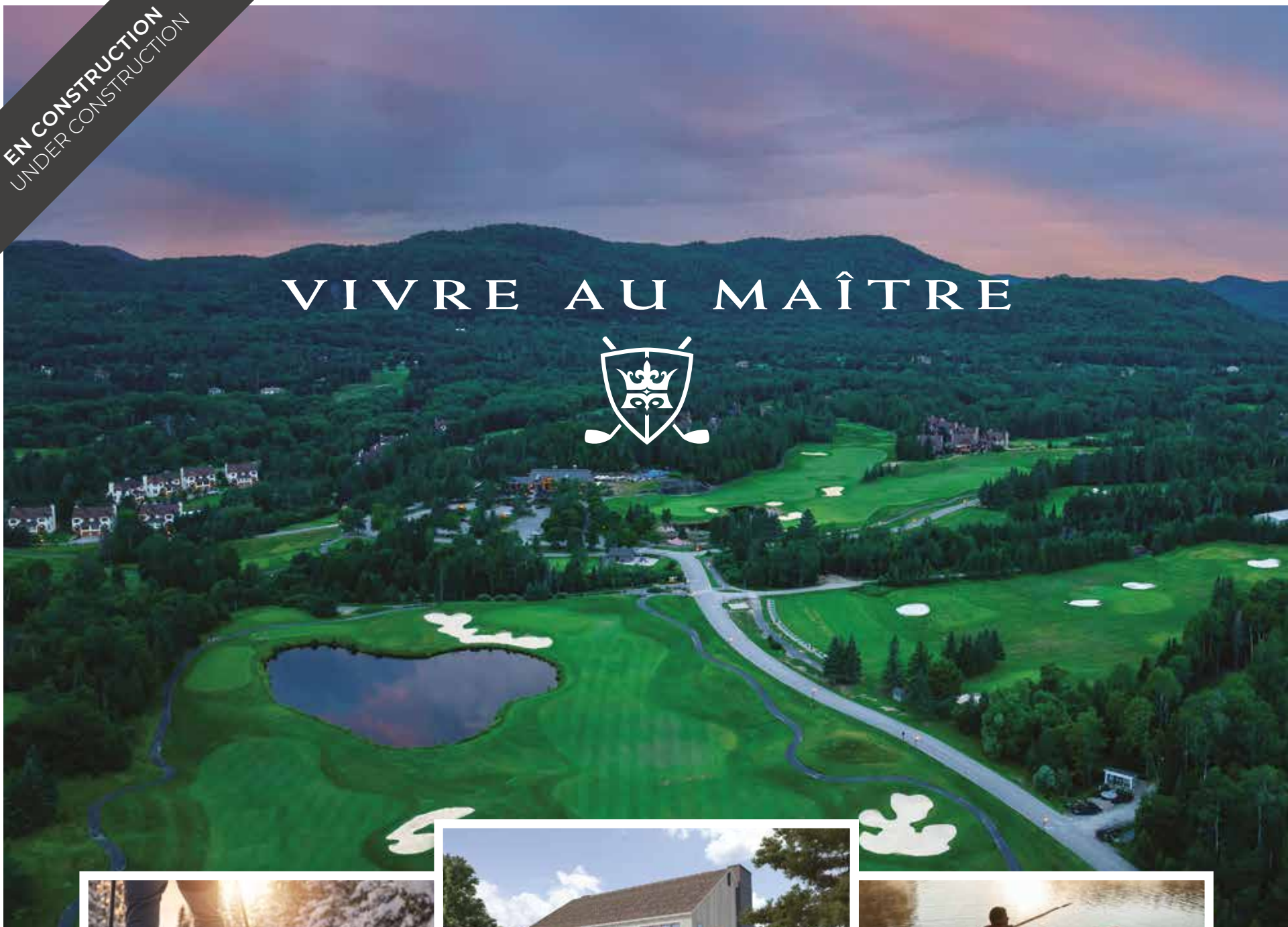
SUR TOUTES NOS CARPETTES

DÉCORATIVES EN MAGASIN.

On all our decorative rugs in store.

EN CONSTRUCTION
UNDER CONSTRUCTION

VIVRE AU MAÎTRE



VOTRE TERRAIN DE JEUX DE 650 ACRES.
YOUR 650-ACRE PRIVATE PLAYGROUND.

Le P'tit Train du Nord | Tennis | Golf | Snowshoeing | Piscine
Rivière du Diable | Sentiers de ski de fond | Ski Shuttle


DÉVELOPPEMENT TREMBLANT
Créateur de communautés

ENEZ VIVRE AVEC NOUS | COME LIVE WITH US
819.808.0152 | VENTES@CONSTRUCTIONTREMBLANT.COM

Dickie Moore

Récemment, je me suis joint à la grande famille des admirateurs des couleurs de l'automne. J'ai toujours apprécié ce spectacle grandiose que la nature nous offre chaque année mais cette saison, j'ai choisi de sillonner les routes secondaires de Mont Tremblant vers Brébeuf pour ensuite longer la rivière Rouge vers Huberdeau jusqu'à Arundel pour éviter la circulation et redécouvrir les paysages qui m'étaient si familiers.

Il est vrai que le progrès est inévitable, mais il est toujours possible d'explorer des endroits où le temps semble s'être arrêté. On voit des maisons habitées depuis des générations qui conservent ce cachet propre aux Hautes-Laurentides. La ville d'Arundel me charme depuis mon enfance. J'y ai passé beaucoup de temps l'été avant de reprendre l'école pour passer au grade supérieur. Cela faisait partie de l'entente que j'avais avec mon père : je pouvais skier à condition de me tenir à jour dans mes études.

J'avais la chance d'avoir une enseignante qui me recevait dans sa maison familiale qui faisait face au terrain de golf d'Arundel, dont son père Doug Cooke était le propriétaire. Mon père était un bon sportif et Arundel était un endroit où il pouvait se retrouver entre amis malgré ses responsabilités à la montagne.

Je me souviens bien de Doug Cooke, ami de mon père, mais je me souviens plus particulièrement du célèbre Dickie Moore qui était un de mes héros de hockey.

Lors de ma balade en voiture, un élan de nostalgie m'a emmené à emprunter le chemin menant au club de golf. Soudainement, je me suis revu jeune, avec le même sentiment d'appartenance que j'avais lorsque je jouais le parcours La Belle à Gray Rock. J'ai joué à Arundel avec ma famille, de bons amis ou des étrangers lors de tournois et je m'y suis toujours senti bien. J'ai découvert le parcours de golf alors qu'il ne comptait que neuf trous. Je me souviens avoir tapé des balles pour les faire traverser la rivière Rouge (j'en ai perdu beaucoup).

Plus tard, j'étais toujours content d'y rencontrer Dickie Moore. Aimable et sympathique, il n'hésitait jamais à converser avec les fans qui espéraient le rencontrer. Ayant remporté six coupes Stanley, il était une étoile des Canadiens de Montréal. Ailier gauche, il a aussi reçu le trophée Art-Ross comme meilleur compteur de la ligue.

Si Dickie Moore était une légende du hockey, il s'illustra aussi comme homme d'affaires en créant *Dickie Moore Equipment*. On retrouvait son nom partout sur les chantiers de construction et, fort de son succès, il approcha le propriétaire du club de golf d'Arundel pour lui

racheter son entreprise. Devant son refus, il se fit accepter comme associé. Le club est un témoignage de la carrière de Dickie Moore : photos, plaque commémorative... Même le plancher du bar est une récupération du plancher de quilles du Forum à Montréal. Plus tard, il en devint l'unique propriétaire et y aménagea un terrain de 18 trous offrant des points de vue bucoliques. L'esprit familial qui y régnait, grâce à la gentillesse du propriétaire et à la bienveillance du personnel, en faisait un endroit agréable pour les résidents, mais aussi un endroit prisé des touristes. Cette année marque le 10^e anniversaire du décès de Dickie Moore. Les plus jeunes ne connaissent peut-être pas son nom ni ses réalisations, mais il est évident que cet homme a transmis l'amour de l'entrepreneuriat à ses deux enfants, Lianne et John, qui ont pris la relève et perpétuent les aménagements qu'avait apportés leur père : améliorations subtiles dans le mobilier; fenestration et touche féminine du fleurissement du parcours.

Bref, Dickie Moore serait ravi de voir sa famille réunie pour conserver son fier héritage. Certes, la saison de golf est finie, mais n'oubliez pas d'aller jouer au golf d'Arundel l'année prochaine. ■

Remembering Dickie Moore

Recently, I joined the big family of fans of the fall colours. I've always appreciated the wonderful show that nature provides for us every year, but this season, I decided to travel the secondary roads between Mont-Tremblant and Brébeuf, and then to follow the Rouge River to Huberdeau, to avoid the traffic and rediscover the familiar landscapes.

It's true that progress is inevitable, but it's always possible to explore places where time seems to have stood still. You see the houses where families have lived for generations, still retaining the character specific to the Upper Laurentians. The town of Arundel has charmed me since I was a child. I spent a lot of time there in the summer before returning to school to move up a grade. It was part of the agreement I had with my father: I could ski as long as I kept up with my studies.

I was lucky enough to have a teacher who welcomed me into her family home, which was across from the Arundel golf course, owned by her father, Doug Cooke. My father was a good sportsman and Arundel was a place he could meet with his friends, in spite of his responsibilities at the mountain.

I well remember Doug Cooke, my father's friend, but I remember in particular the famous Dickie Moore, who was one of my hockey heroes.

During my drive in the countryside, a wave of nostalgia led me to take the road to the golf club. Suddenly, I saw myself as a youngster, with the same feeling of belonging that I had when I played La Belle golf course at Gray Rocks. I played at Arundel with my family, good friends, or strangers during the tournaments and I always felt comfortable. I discovered the golf course when it only



had nine holes. I remember hitting balls across the Rouge River (and losing quite a few).

Later, I was always happy to meet Dickie Moore there. He was likeable and charming, never hesitating to chat with fans who hoped to meet him. Having won six Stanley Cups, he was a star with the Montréal Canadiens. A left winger, he was also awarded the Art Ross Trophy as the league's top scorer.

Dickie Moore was a hockey legend, and he also made a name for himself as a businessman by founding *Dickie Moore Equipment*. You'd see his name everywhere on construction sites and, with that success to his credit, he approached the owner of the Arundel golf club to buy that business. He was refused, but accepted as a partner. The club is a testament to Dickie Moore's career: photographs, commemorative plaque.... Even the bar floor is a made from the recovered flooring of the Montréal Forum bowling alley. Later, he became the sole owner and enlarged the course to 18 holes, which provide beautiful views. The family spirit there, thanks to the kindness of the owner—and the kindness of the staff, as well—made it a pleasant place for residents but also a popular place for tourists.

This year marks the 10th anniversary of the passing of Dickie Moore. The young people won't remember his name or his achievements, but it's clear that this man passed on to his children, Lianne and John, the love of entrepreneurship. They succeeded him and carried on the improvements that their father had made: subtle changes to the furniture and windows, and a feminine touch in the flowers on the course.

In short, Dickie Moore would be delighted to see his family reunited to maintain his proud heritage. Golf season is over, of course, but don't forget to go play the Arundel course next year. ■





LAC DESMARAIS

MONT-TREMBLANT

TERRAINS PRÊTS À BÂTIR, PRÊT À RÊVER.

Soigneusement aménagés pour mettre en valeur les particularités de leur emplacement – l'aire de construction est prête.
Vous pouvez dès maintenant imaginer votre future demeure, prêts à accueillir vos plans.

LOTS READY TO BUILD, READY TO DREAM.

Carefully designed to highlight the unique features of each site – the building area is ready.
You can now envision your future home, designed to welcome your plans.



SENTIERS EN MONTAGNE | ACCÈS AU LAC | TENNIS ET CLUB DE SPORTS | PISTE MULTIFONCTIONNELLE PRIVÉE
MOUNTAIN HIKING TRAILS | LAKE ACCESS | TENNIS & SPORTS CLUB | PRIVATE MULTI-FUNCTIONAL TRAIL

LACDESMARAIS.COM | 514.707.8891



Au-delà des courbatures

On a tous vécu ça. Le lendemain ou surlendemain d'un entraînement intense, on ressent des douleurs musculaires inattendues. C'est ce qu'on appelle une douleur musculaire d'apparition retardée. Les athlètes en parlent régulièrement, mais ça demeure l'un des aspects les plus mal compris de l'entraînement.

Pendant des années, on a pensé que cette douleur était la conséquence de micro-déchirures musculaires. Mais de récentes études montrent qu'il s'agirait plutôt d'une réponse réparatrice du corps. Lorsque vous sollicitez vos muscles de manière inhabituelle (en soulevant un haltère, en dévalant une pente en courant ou en effectuant des virages à ski...), les cellules immunitaires se précipitent pour réparer les tissus. Des fluides s'accumulent autour de la zone et des substances, telles que les prostaglandines et la bradykinine sont libérées, entraînant cette sensibilité accrue que vous ressentez comme une douleur. Le pic survient dans les 24 à 48 heures.

Bon à savoir :

- **Les courbatures ne sont pas un gage de réussite.** La douleur musculaire d'apparition retardée n'est pas la preuve d'un « meilleur » entraînement. Elle indique simplement que vos muscles ont relevé un nouveau défi.
- **La récupération est importante.** Les activités légères (marche, vélo, yoga ou natation) favorisent la circulation sanguine et soulagent les raideurs. Le rouleau en mousse et les massages peuvent réduire l'inconfort. Les étirements seuls ne permettent pas d'éviter la douleur musculaire d'apparition retardée.
- **Il est possible de prévenir la douleur musculaire d'apparition retardée.** En ajoutant progressivement des exercices excentriques et isométriques (chaise, fentes, squats, sauts), vous permettrez à vos muscles de s'adapter, de se renforcer et de devenir plus résistants.

Prenons l'exemple du ski. En tout début de saison, les courbatures ne manquent pas de se manifester dans les quadriceps. Mais le même principe s'applique à toute personne qui décide de pratiquer une nouvelle activité (musclation, course à pied...).

En conclusion, la douleur musculaire d'apparition retardée n'est pas une blessure, mais une adaptation du corps. Comprenez-la, respectez-la, et vous récupérerez mieux. Apprenez à la reconnaître pour ce qu'elle est — un signe de progrès — et vous serez prêt à relever tous les défis. ■



©Cathy Bergman

Beyond the burn

We've all felt it. A day or two after a hard workout, your muscles ache in ways you didn't expect. That stiffness and tenderness? It's called delayed onset muscle soreness (DOMS). Athletes talk about it all the time, but it's also one of the most misunderstood and misinterpreted parts of training.

For years, people thought DOMS came from tiny micro-tears in the muscles. But recent research shows it's more about your body's repair response. When you push your muscles in new ways—whether it's lowering a heavy dumbbell, running downhill, or carving ski turns—immune cells rush in to repair the tissue. Fluids collect around the area, and substances like prostaglandins and bradykinin are released, creating the sensitivity you feel as soreness. The peak usually arrives 24 to 48 hours later.

A few truths are worth knowing.

- **Soreness doesn't mean success.** DOMS isn't proof of a "better" workout. It simply means your muscles met a new challenge.
- **Recovery counts.** Gentle movement—walking, cycling, yoga, or swimming—helps circulation and eases stiffness. Foam rolling or massage can also reduce discomfort. Stretching alone won't prevent DOMS.
- **Prevention is possible.** By gradually adding eccentric and isometric exercises—wall-sits, lunges, squats, jumps—you allow your muscles to adapt, grow stronger, and become more resilient.

Take skiing as an example. Those first days on the hill are notorious for sore quads. But the same principle applies to anyone trying something new, from the gym to the running trail.

Bottom line? DOMS isn't damage; it's adaptation. Understand it, respect it, and you'll recover stronger. Learn to recognize it for what it is—a sign of progress—and you'll be ready for whatever challenge comes next. ■

RobFit
KINCENTRE

CHRONIQUE | COLUMN
par | by **Robert Roy**
Kinésiologue, entraîneur
Kinesiologist, coach



Location de salle Forfaits clés en main

Événements privés
Party de bureau
Conférences et meetings

- Simulateurs F1 / GT
- Cuisine complète
- Traiteurs
- Arcades
- Terrasse extérieure



514 418-9441
info@otoclub.ca





©Station Mont Tremblant

Un hiver avec la patrouille de ski!

Chaque mois, jusqu'à la fin de la saison, la patrouille de ski de Station Mont Tremblant vous invite à découvrir les coulisses de son travail. À travers une série d'articles aux thèmes variés, nous vous montrerons comment nos patrouilleurs assurent votre sécurité et votre plaisir sur les pistes, en partageant les défis et les détails de notre quotidien souvent méconnus.

Nous lançons la saison en beauté en vous présentant notre équipe de patrouilleurs ainsi que toutes les personnes qui rendent possible une saison de ski réussie.

La patrouille, une grande famille

La patrouille de ski de Tremblant, c'est plus de 100 passionnés! Elle regroupe une quarantaine d'employés à temps plein ou partiel, épaulés par une précieuse équipe de patrouilleurs volontaires et de préventionnistes présents les fins de semaine et lors des périodes de grande affluence.

Ce n'est pas un métier comme les autres : il évolue constamment et les tâches sont variées. Ce qui unit tous ces gens? La passion du plein air, l'amour du ski, l'esprit d'équipe, le désir d'aider les autres... et un fort sentiment d'appartenance.

Une journée type

Dès 7 h, la patrouille entre en action. En collaboration avec d'autres départements,

tels que Neige et damage, Entretien et opérations des remontées mécaniques, le service à la clientèle ainsi que les parcs à neige, les patrouilleurs :

- Vérifient les pistes et se préparent à l'ouverture des remontées;
- Installent la signalisation appropriée;
- Skient les pistes, en priorité celles fraîchement damées;
- Identifient les risques naturels (p. ex., conditions météorologiques) ou liés aux infrastructures (p. ex., canons à neige) et apportent les ajustements nécessaires.

Vers 9 h, chacun reçoit ses affectations pour la journée. Jusqu'à 14 h 30, la patrouille intervient selon les besoins, la météo et l'état des pistes : accidents, prévention, transport d'invités, entretien des infrastructures, formation continue, événements spéciaux...

En fin d'après-midi, c'est l'heure des préfermetures et des dernières interventions. Environ 30 minutes après l'arrêt des remontées, les patrouilleurs procèdent au traditionnel balayage de la montagne, une étape essentielle pour s'assurer qu'aucun skieur ne demeure sur les pistes. Les derniers invités sont escortés vers la base. Avec 102 pistes à couvrir et 16 patrouilleurs en semaine, certains secteurs doivent être fermés à l'avance pour assurer une couverture optimale et sécuritaire.

À bientôt sur les pentes! ■

A winter with the ski patrol

Every month, until the season ends, Mont-Tremblant Resort's ski patrol invites you to discover its workplace. Through a series of articles with a variety of themes, we'll show you how our patrollers ensure your safety and enjoyment on the runs by sharing the challenges and details of our frequently little-known day-to-day life on the slopes.

We're getting off to a fine start to the season by introducing our team of patrollers, as well as all those who make your successful ski season possible.

"The patrol": a big family

Tremblant's ski patrol numbers more than 100 enthusiasts. It has forty or so full-or part-time employees, supported by a valuable team of volunteer patrollers and preventionists on weekends and during the busy periods.

It's not a job like other jobs; it's in constant evolution and the tasks vary. So, what unites all these people? A passion for the outdoors, love of skiing, team spirit, the desire to help others, plus a strong feeling of belonging.

A typical day

From 7 a.m., the patrol moves into action. Working with other departments, such as Snow and grooming, Maintenance and operation of mechanical lifts, Customer service and Snowparks, the patrollers:

- Check the runs and prepare for the lifts to open;
- Install appropriate signage;

- Ski the runs, prioritizing the freshly groomed;
- Identify natural risks (e.g., weather conditions) or those related to infrastructure (e.g., snow guns) and make the necessary adjustments.

Towards 9 a.m., each patroller receives their instructions for the day. Until 2:30 p.m. the patrol intervenes in accordance with the needs, weather, and condition of the runs: accident prevention, transportation of guests, infrastructure maintenance, ongoing training, special events and more.

At the end of the afternoon, it's time for the early closings and the last interventions. About 30 minutes after the lifts close, the patrollers do a traditional sweep of the mountain, an essential step to ensure that there's no-one left on the runs. Final guests are escorted to the base. With 102 trails to cover and 16 patrollers during the week, some sectors have to be closed in advance to ensure optimal and safe coverage.

See you soon on the slopes! ■

CHRONIQUE | COLUMN
par | by **Stéphanie Drolet**

Passionnée de plein air, Stéphanie est patrouilleuse l'hiver à Station Mont Tremblant depuis 2015 et guide cycliste l'été.

Passionate about the outdoors, Stéphanie has been a ski patrol member at Mont Tremblant Resort every winter since 2015 and a cycling guide in the summer.



Envie de vivre l'expérience?

Devenez patrouilleur d'un jour! Accompagnez un ou plusieurs membres de la patrouille dans leurs missions quotidiennes.

Si les premiers soins ne sont pas votre spécialité, pourquoi ne pas joindre l'équipe prévention? Son rôle est tout aussi essentiel : sécuriser les scènes d'accidents, veiller au respect du code de conduite et offrir un soutien logistique précieux à la patrouille.

Martin Larose par courriel : malarose@tremblant.ca. tremblant.ca.

Want to live the experience?

Become a patroller for a day! Accompany one or several members of the patrol in their day-to-day work. It's a unique immersion, fast-paced and far from monotonous.

And if first aid isn't your specialty, why not join the prevention team? Its role is equally essential: secure accident locations, make sure the code of conduct is respected and provide valuable logistical support to the patrol.

Martin Larose by email: malarose@tremblant.ca. tremblant.ca.

Comment rester actif durant l'entre-saison

Le mois de novembre peut être une période difficile pour rester motivé à faire de l'exercice. Les marathons, la natation et le vélo sont derrière nous, tandis que le ski n'a pas encore commencé. Les feuilles ont disparu, rendant les randonnées moins attrayantes, et la pluie et le froid s'installent.

Voici quelques idées pour rester actif, même quand l'envie de sortir s'estompe.

1. Chez soi

Il existe une grande variété d'activités à faire chez soi, comme le yoga, le Pilates ou des séances de musculation. Elles sont parfaites pour garder la forme et améliorer la souplesse sans avoir besoin de sortir. Vous pouvez trouver des abonnements en ligne, mais aussi de nombreuses vidéos gratuites sur YouTube.

2. Dans les rues

Quand les sentiers sont impraticables, pourquoi ne pas explorer votre village à pied? De longues promenades permettent de redécouvrir votre quartier tout en restant actif et en profitant des changements du paysage.

3. En salle

Si l'idée de sortir sous la pluie ne vous séduit pas, le gym peut être une alternative. Faites-vous préparer un

programme personnalisé, parfait pour fortifier certaines parties du corps moins sollicitées par votre sport habituel et pour maintenir votre condition physique en oubliant le mauvais temps.

4. Vélo d'appartement

C'est une option idéale pour ceux qui aiment pédaler mais qui préfèrent éviter le froid. Cela permet de continuer à travailler l'endurance et stimuler la circulation sanguine en toute sécurité.

5. Préparer son corps pour la saison hivernale

Novembre est aussi la période idéale pour préparer votre corps aux sports d'hiver. Des séances de **renforcement musculaire**, en particulier pour les jambes et le tronc, vous permettront de mieux aborder la saison de ski ou de planche à neige.

Rester actif durant l'entre-saison est essentiel pour maintenir la forme et prévenir les blessures. Ne laissez pas la météo dicter vos habitudes. Une activité physique régulière est un pilier important de la **santé préventive**.

Soyez prêt à attaquer la saison hivernale en pleine forme! ■

**Le masculin est employé pour alléger le texte.*

Staying active between seasons

November can be a tough time to stay motivated to exercise. The marathons, swimming and cycling are behind us, but the snow sports – skiing, boarding and more – haven't started yet. The leaves are gone, making hikes less attractive, and the rain and cold have settled in.

Here are some ideas for staying active, even when your desire to get outside has vanished.

1. At home

There's a wide variety of activities to do at home, such as yoga, Pilates or strengthening sessions. They're just the thing for staying in shape and getting more flexible without having to go outside. You can find online memberships, as well as lots of free videos on YouTube.

2. On the streets

When the trails are off the menu, why not explore your town on foot? Long walks will let you rediscover your neighbourhood while staying active and taking in the changes to the scenery.

3. In a gym

If the idea of heading out in the rain doesn't interest you, the gym can be an

alternative. Ask to have a personalized program created for you, perfect for strengthening the parts of your body less called upon by your usual sport and for staying in shape without worrying about the weather.

4. Stationary bike

This is a perfect option for those who like to pedal but prefer to avoid the cold. It will let you stay safe while working on endurance and stimulating your circulation.

5. Prepare your body for winter

November is also the ideal time to prepare your body for winter sports. Sessions of **muscle strengthening**, particularly of the legs and trunk, will let you get a better start on your skiing or snow boarding season.

Staying active between seasons is essential for staying in shape and preventing injuries. Don't let the weather dictate your activities. Regular physical activity is a cornerstone of **injury prevention and health**.

Be ready to face the winter in top shape! ■

CHRONIQUE | COLUMN
par | by **Dre/Dr. Marie-Andrée LeBlanc**
Propriétaire, Owner,
Clinique LeBlanc + Savaria Mont-Tremblant



INSTITUT DE BEAUTE

Nathalie

LAISSEZ VOTRE BEAUTÉ S'EXPRIMER.

Soins esthétiques spécialisés.

1239, rue de Saint-Jovite

819.425.9754 • institutnathalie.ca

EMSELLA®

ESSAI **GRATUIT** pour hommes et femmes

DITES NON! À L'INCONTINENCE

Technologie électromagnétique à **haute intensité**

AMÉLIORER VOTRE QUALITÉ DE VIE INTIME

Renforcez votre **plancher pelvien**

MINI-ENTRÉPÔTS

À TREMBLANT

LOCAUX NEUFS, PROPRES, CHAUFFÉS ET SECS

Accès privé 24 heures / 24, 7 jours / 7

À moins de 4 km de la station

À PARTIR DE / FROM
110 \$/mois/month

819 808-5055

110, ch. de la Sablière, Mont-Tremblant

(derrière la caserne de pompier) Louis Joncas & Laura Scully, propriétaires

SELF-STORAGE

Clinique MOUVEMENT OPTIMAL

Le plaisir de bouger

RETROUVEZ LE PLAISIR DE BOUGER

GET BACK TO PAINFREE MOVEMENT

NOS SERVICES / OUR SERVICES:

- Thérapie du sport / Sports therapy • Physiothérapie / Physiotherapy
- Ergothérapie / Occupational therapy • Ostéopathie / Osteopathy
- Acupuncture • Rééducation périnéale / Perineal rehabilitation
- Kinésiologie / Kinesiology • Massothérapie / Massage therapy • Nutrition

384, rue de Saint-Jovite, Mont-Tremblant

Rendez-vous / appointment: 819 425.8889

ENTREPOSAGE SR

Mont-Tremblant

mini-entrepôts libre service •
chauffés et non chauffés •
entreposage intérieur de voitures •

self-storage units • heated and non heated •
indoor car storage •

1035 rue St-Roch, Mont-Tremblant
819 421-4223 | entreposagesr.com

Ordre professionnel de la physiothérapie du Québec

Membre d'ostéopathie Québec

CLINIQUE DE PHYSIOTHÉRAPIE BILODEAU

physiothérapeute | ostéopathe

Josée Bilodeau

À votre service depuis 1985

819 425-8018

491, rue Charbonneau
Mont-Tremblant

physiotherapie-osteopathie-bilodeau.com

- Rééducation sportive • Mobilisations vertébrales
- Mobilisations périphériques
- Approches posturale et ostéopathique
- Rééducation vestibulaire, périnéale et oncologique
- Syndrôme douloureux régional complexe
- Privé, CNESST, SAAQ, ancien combattant

LocationAordable.com

Afordable rentals

Mont-Tremblant • Saint-Sauveur • Saint-Donat

3 chalets en location court terme avec SPA
3 short-term rental cottages with SPA

4 chambres, sites enchanteurs : lac, nature, activités
4 bedrooms, enchanting settings: lake, nature, activities

514 827-4007

L'expérience signature

Ancrée à Mont-Tremblant depuis plus de 25 ans
Rooted in Mont-Tremblant for over 25 years



LES IMMEUBLES
MONT-TREMBLANT

REAL ESTATE



DÉCOUVREZ VOTRE PROCHAIN CHEZ VOUS AVEC NOTRE ÉQUIPE
Discover your next home with our team



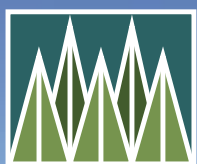
Scannez et passez en revue notre inventaire
Scan and review our available inventory

JAMES EDITION



tremblantrealestate.ca

2195, chemin du Village, Mont-Tremblant (QC) J8E 3M3 | Agence immobilière/Real Estate Agency | Une Division de Royal LePage | 819 425-9324



LA GRANDE FORÊT
RÉSERVE
MONT-TREMBLANT

La vie en montagne à son meilleur ! *Mountain Life At Its Best!*

TERRAINS EXCEPTIONNELS PRÊTS À CONSTRUIRE

- Une communauté résidentielle privée et sécurisée
- À 7 minutes de la station de ski de Mont-Tremblant
- À proximité de tous les services et commodités
- Terrains de 2,5+ acres pour construire la maison de vos rêves
- Des vues panoramiques à couper le souffle
- Sentiers privés en montagne
- Location à court terme permise (Airbnb, VRBO, etc.)

EXCEPTIONAL LOTS READY TO BUILD

- A private, gated residential community
- 7 minutes away from Mont Tremblant Ski Resort
- Close proximity to all services and amenities
- Exceptional lots of 2.5+ acres to build your dream home
- Breathtaking panoramic views
- Private mountain hiking trail
- Short-term rental permitted (Airbnb, VRBO, etc.)

7 mins de la station
from the resort



LaGrandeForetReserve.ca
VISITE PRIVÉE / PRIVATE TOUR **(819) 425-0801**

Passion automobile | A passion for cars



Retour vers le passé

Il y a 40 ans, le 26 octobre 1985, Marty McFly mettait le pied dans une DeLorean et voyageait dans le temps. Depuis, cette scène culte de *Back to the Future* est gravée dans la mémoire collective, propulsant une voiture marginale au rang d'icône culturelle.

La DeLorean DMC-12, reconnaissable à ses portes papillons et à sa carrosserie en acier inoxydable brossé, n'a pourtant pas connu une longue carrière. Imaginée par John DeLorean, ancien dirigeant de General Motors, la voiture devait révolutionner l'automobile. Mais entre problèmes financiers, production limitée et critiques mitigées, l'aventure commerciale fut brève : seulement 9 000 exemplaires environ ont été produits au début des années 80.

Puis Hollywood est intervenu. Transformée en machine à voyager dans le temps par le Dr Emmett Brown, la DeLorean a trouvé une seconde vie sur grand écran. Ce qui devait n'être qu'un simple rôle de cinéma a fait d'elle une légende. Aujourd'hui, elle est synonyme de rêve, de nostalgie et de ce petit frisson que procure l'idée de voyager dans le temps.

Quarante ans plus tard, la DMC-12 n'est plus seulement une voiture de collection, c'est un symbole. Chaque apparition fait sourire, et chaque ouverture de ses portières papillons attire les foules. Elle rappelle une époque où l'avenir se mesurait en mégawatts et où l'imagination n'avait pas de limites. ■

Looking into the past

Forty years ago, on October 26, 1985, Marty McFly stepped into a DeLorean and travelled in time. Since then, this cult image from *Back to the Future* has been engraved in our collective memory, propelling a marginal car into the company of cultural icons.

The DeLorean DMC-12, recognizable by its gull-wing doors and brushed stainless-steel body, did not have a long career, however. Imagined by John DeLorean, the former head of General Motors, the car should have revolutionized the automobile. But between financial problems, limited production and a lukewarm critical reception, the commercial adventure was brief: only about 9,000 of these cars were produced in the early '80s.

Then Hollywood intervened. Transformed into a time machine by Dr. Emmett Brown, the DeLorean found a second life on the big screen. What should have been a single film appearance made it a legend. Today, it's a synonym for dreams, nostalgia and the small shiver that accompanies the notion of time travel.

Forty years later, the DMC-12 is no longer just a car to collect; it's a symbol. Every appearance makes people smile, and every opening of the gull-wing doors draws crowds. It's a reminder of a time when the future was measured in megawatts and the imagination was limitless. ■

CHRONIQUE | COLUMN
par | by **Patric Poitras**

Patric est maintenant un instructeur qualifié qui a découvert Tremblant sur le circuit de l'école Jim Russell. Il a fondé OTO CLUB Tremblant, un espace unique dédié aux voitures d'exception et à leur communauté.

Patric is now a certified instructor who discovered Tremblant through the Jim Russell School circuit. He is the founder of OTO CLUB Tremblant, a unique space dedicated to exceptional cars and their community.



Achat par non-résidents et location à court terme permise | Exempt from non resident purchase restrictions - short term rental allowed

OSTRYA

Tremblant



Condos ski-in/ski-out
www.ostryatremblant.com



233 allée Boréalis, Mont-Tremblant ♦ 679 000 \$
Charmante maison de ville sur deux étages, trois chambres à coucher et un garage. / Charming two-story townhouse with three bedrooms and a garage. MLS 14581615



Les Manoirs

Prix optimisé

122 ch. des Quatre-Sommets #6, Mont-Tremblant ♦ 694 500 \$
Charmant condo situé sur le prestigieux parcours de golf Le Géant. Charming condo located on the prestigious Le Géant golf course. MLS 19422011

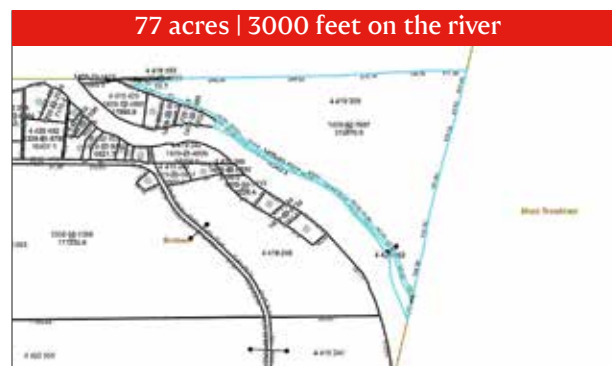


Prix optimisé

Ostrya – Terra #401 ♦ 1 124 000 \$
Magnifique condo neuf avec plafonds cathédrales, taxes payés, disponible dès maintenant! / Beautiful new condo with cathedral ceilings, taxes paid, available now!



Ostrya – Terra #106 ♦ 889 900 \$ + TPS/TVQ
Magnifique condo 2 chambres + den, prêt à emménager et entièrement meublé. / Stunning 2-bedroom + den condo, move-in ready and sold fully furnished. MLS 26938535



77 acres | 3000 feet on the river

280 rang des Vents, Brébeuf ♦ 2 495 500 \$ + TPS/TVQ
Terre et maison – 77 acres, 3 000 pieds linéaires sur la rivière. Zonage multiple, idéal pour une ferme ou une cabane à sucre. Land and house – 77 acres, 3,000 feet along the river. Multiple zoning options. Ideal for a hobby farm or a sugar shack.



Pure Tremblant

205 allée de L'Académie, Mont-Tremblant ♦ 1 169 000 \$
Superbe maison de ville de 4 chambres à coucher, située directement sur le golf Le Diable et à Tremblant. / Superb 4-bedroom townhouse, located directly on Le Diable golf course in Tremblant. MLS 12035970



JEAN PARISIEN

Immobilier Jean Parisien Inc.

Société par actions d'un courtier immobilier

jean.parisien@evrealestate.com | 819.717.3265 | 514.232.8976



Préparez votre propriété pour l'hiver

Si vous ne l'avez pas encore fait, c'est le moment de préparer votre propriété pour l'hiver. Prendre des mesures préventives avant l'arrivée du froid permet d'éviter des dommages, de réduire les factures de chauffage tout en restant bien au chaud tout l'hiver. Une fin de semaine suffit pour accomplir la plupart des tâches.

Liste des tâches à accomplir :

Désherber tous les parterres; tailler les plantes vivaces et retirer les annuelles. Retourner la terre et ajouter une couche de paillis pour l'isolation.

Ratisser la pelouse. Retirer les feuilles et les aiguilles de pin pour éviter la moisissure.

Tondre l'herbe à une hauteur de cinq à six cm. Ajouter un engrais d'automne pour favoriser la croissance au printemps.

Nettoyer le mobilier extérieur. Le ranger à l'intérieur, si possible, ou le protéger avec une housse résistante aux intempéries. Nettoyer, vider et ranger les jardinières.

Vider les tuyaux d'arrosage et les rentrer. Purger les robinets extérieurs.

Hiverner le système d'arrosage et d'irrigation.

Couper les branches mortes et celles qui touchent la maison.

Enlever les débris des gouttières et des descentes.

Inspecter le toit et les bardeaux. Faire éventuellement appel à un professionnel.

Nettoyer le barbecue. Débrancher la bonbonne de propane et la ranger dans un endroit bien ventilé (voir les instructions du fabricant).

Inspecter le calfeutrage extérieur et intérieur autour des

fenêtres et des portes. Appliquer un calfeutrage souple et imperméable si nécessaire.

Faire ramoner la cheminée par un professionnel.

Nettoyer le foyer ou le poêle à bois.

Tester les détecteurs de fumée et de monoxyde de carbone. Les piles doivent être remplacées à chaque changement d'heure.

Inspecter les tuyaux de la laveuse et nettoyer les conduits de la sècheuse.

Préparer des pelles, du sel et du sable pour la première chute de neige. Le cas échéant, faire réviser la souffleuse à neige.

Et enfin, par mesure de sécurité, installer des tapis en caoutchouc sur les escaliers extérieurs afin d'éviter les chutes hivernales. ■

Get your property ready for winter

If you have not already done so, now is the time to prepare your property for the approaching winter. Taking preventive measures before the cold sets in will avoid unwanted damage, save on heating bills and keep you toasty warm all winter long. Most of the tasks on your checklist can be accomplished over a weekend.

Exterior and Interior checklist

Weed all garden beds, prune perennials and remove annuals. Turn the soil and add a layer of mulch for insulation.

Rake the lawn; remove leaves and pine needles to prevent mould.

Cut the grass 2-2 1/2 inches for the final mow. Add a fall fertilizer to promote spring growth.

Clean outdoor furniture. Store inside if space is available. Otherwise, protect it with a weatherproof cover. Clean, drain and store planters.

Detach and drain lawn hoses. Store inside. Shut off all outdoor water at the source.

Schedule your irrigation professional to close down the sprinkler system.

Trim dead tree branches and any touching the house.

Remove debris from rain gutters and downspouts.

Inspect roof and shingles. Hire a professional roofer for any repairs.

Deep clean barbecue and scrub cast iron grates. Disconnect propane tank and store in a well-ventilated area. Follow manufacturer's instructions.

Inspect exterior and interior caulking around windows and doors. Apply flexible waterproof caulking where required.

Schedule a professional chimney sweeper to inspect and clean chimney.

Remove excess ashes from your fireplace or woodstove.

Test smoke and carbon monoxide detectors. Replace batteries twice a year when daylight saving starts and ends.

Inspect and clean washer/dryer hoses and ducts.

Check that snowblowers are in working condition. Have shovels, salt and sand accessible for the first snowfall.

For your final chore and safety, install rubber mats on exterior stairs to avoid serious injury from winter falls. ■

Professionnelle certifiée en mise en valeur immobilière (Certified Staging Professional™), Jane Chisholm est spécialisée dans la préparation de propriétés destinées au marché immobilier et à la gestion immobilière.
Jane Chisholm is a Certified Staging Professional™ specializing in preparing properties of the real estate market and property management.



STORES

Fonctionnalité et design sans compromis

Depuis 1957

Conception PAQUETTE
Auvents | Stores | Rembourrage

FAIS SUR MESURE

- Persiennes
- Horizontal ou vertical
- Toiles à rouleau
- Qualité et service assurés !

449, rue Filion, Mont-Tremblant - 819-425-9881
www.conceptionpaquette.com

Cabinet en courtage hypothécaire

LE CHEMIN VERS LA TRANQUILLITÉ D'ESPRIT FINANCIÈRE.
THE ROAD TO FINANCIAL PEACE OF MIND.

Murray Fong
Courtier hypothécaire/Mortgage broker
RÉSIDENTIEL & COMMERCIAL
514.805.8054

Centres Hypothécaires Dominion Imeris

Nicolas Larivière
Courtier hypothécaire/Mortgage broker
RÉSIDENTIEL & COMMERCIAL
450.806.0774

MURRAYFONG.CA

eclipse

Une collection limitée de villas alpines
[ski-in/ski-out]

Livraison à compter de
décembre 2025



Le sommet du rêve s'atteint skis aux pieds.

L'authentique [ski-in/ski-out] au Versant Soleil de Tremblant
The real ski-in/ski-out on Tremblant's Versant Soleil

Résidences d'exception à partir de 2,3M\$ / 4 & 5-bedroom Luxury Mountain Homes

WADDELL
CONSTRUCTION

819 425-4905
eclipse Tremblant.com

ENGEL & VÖLKERS
ANDRÉ PARISIEN



viacapitale
Signature

PARTENAIRE DE VOS PROJETS!

viacapitalepartenaires.com

LAC SUPÉRIEUR - NOUVEAU



À 7 MIN VERSANT
NORD TREMBLANT
Marie Line Rouleau

1869 ch. du Lac Supérieur
4 🚗 | 2 🏠
375 000 \$ | Centris #21117161

LAC TREMBLANT



PINOTEAU - TRANSPORT
MUNICIPAL GRATUIT VERS LE SKI
Josée Legault

Condo 116 Pinoteau #4631, Mont-Tremblant
2 🚗 | 2 🏠
649 000 \$ | Centris #19973953

VERBIER TREMBLANT



COPROPRIÉTÉ AVEC
MAGNIFIQUE VUE
Josée Legault

1040 allée de Verbier #104
4 🚗 | 3+1 🏠
899 900 \$ TAXES PAYÉES | Centris #17101436

CHALET PERMIS LOCATION COURT TERME
PERMIT FOR SHORT TERM RENTALS



LAC-DES-PLAGES
TRÈS BONS REVENUS/HIGH INCOME
Nadine Vital

1 Imp. de la Montagne, Lac-des-Plages
2 🚗 | 2 🏠
595 000 \$ +TPS/TVQ | Centris #20592894

GARAGE SURDIMENSIONNÉ | 54 415 PI.CA./SQ.FT.



EN PLEIN COEUR DEL A NATURE, VASTE TERRASSE
135 allée du Wigwam, Mont-Tremblant
3 🚗 | 2 🏠
595 000 \$ | Centris #24134819
Nathalie Proulx

MONT-BLANC



BORD DE L'EAU | WATERFRONT
1869 ch. du Lac de la Blanche
Mont-Blanc

Marie Line Rouleau

LAC DES ÎLES



MAISON DE PLAIN-PIED
543 ch. Chartier, Entrelacs
4 🚗 | 3+1 🏠
2 999 000 \$ | Centris #10467010
Valérie Paquin



Nadine Vital
Courtier immobilier résidentiel
819 430-8004
nadine.vital@gmail.com



Martin Bellemare
Courtier immobilier agréé D.A
514 692-3103
martin.bellemare@gmail.com



Man Li
Courtier immobilier résidentiel/commercial
514 808-8169
manlimontreal@gmail.com



Catherine Robin-Boudreau
Courtier immobilier résidentiel
450 530-5408
crobin-boudreau@viacapitale.com



Mario St-André
Courtier immobilier
514 949-3659
mario@equipemsa.ca

OUR DNA, OUR VALUES.



SKI-IN / SKI-OUT

MAISON DE VILLE | TOWNHOUSE
LOCATION COURT TERME POSSIBLE
Josée Legault

174 ch. de la Forêt, #402, Mont-Tremblant
4 🚗 | 3+1 🛏
1 250 000 \$ | Centris #19419322



STYLE SCANDINAVE

PARC LINÉAIRE
LE P'TIT TRAIN DU NORD
Martin Bellemare

995 rue Perreault, Mont-Tremblant
4 🚗 | 2 🛏
1 095 000 \$ | Centris #17520653



LAC DE LA BLANCHE | 6 MIN MONT-BLANC



NEUVE TOUT ÉQUIPÉE
NEW FULLY EQUIPPED
Marie Line Rouleau

1925 ch. Ruisseau, Mont-Blanc
3 🚗 | 2+1 🛏
985 000 \$ +TPS/TVQ | Centris #18065397



LAC DUHAMEL



BORD DE L'EAU
WATERFRONT
Marie Line Rouleau

330 ch. du Lac-Duhamel, Mont-Tremblant
2 🚗 | 1 🛏
699 000 \$ | Centris #21921229



CHÂTEAU BEAUVALLON | CONDO 1 CH. / 6 PERS.

REVENUS DE LOCATION | RENTAL INCOME
6385 Mtée Ryan #317, Mont-Tremblant
1 🚗 | 2 🛏 | 🚗
99 500 \$ +TPS/TVQ | Centris #25675554
Josée Legault



TREMBLANT RESORT VILLAGE

RÉNOVÉ - MEUBLÉ | RENOVATED - FURNISHED
Johannsen #409, Mont-Tremblant
2 🚗 | 2 🛏 | 🏠
925 000 \$ | Centris #16426849
Josée Legault



BORD DE L'EAU | WATERFRONT

LAC DE LA BLANCHE
1857 ch. du Lac de la Blanche, Mont-Blanc
3 🚗 | 1 🛏
725 000 \$ | Centris # 23110390
Marie Line Rouleau



Nathalie Proulx
Courtier immobilier agréé D.A
514 238-6946
nathalieproulxviacapitale@mail.com



Marie Line Rouleau
Courtier immobilier résidentiel
819 421-1230
mrouleau@viacapitale.com



Josée Legault
Courtier immobilier agréé D.A
819 429-4009
josee@immobiliertremblant.com



Valérie Paquin
Courtier immobilier agréé D.A
514 704-3632
vpaquin@viacapitale.com



Danielle Gagnon
Courtier immobilier résidentiel/commercial
819 681-1841
daniellegag2002@gmail.com

Saviez-vous que la vente d'un immeuble d'habitation peut être taxable?

Contrairement à la croyance populaire, le principe de base de la loi est que toute vente d'immeuble est taxable, sauf si une exception est prévue. Il n'est pas automatique que la vente d'un immeuble d'habitation soit non taxable.

La vente d'un immeuble d'habitation non neuf (à usage résidentiel) n'est pas taxable puisqu'elle bénéficie d'une exonération en vertu de la *Loi sur la taxe d'accise* (TPS) et en vertu de la *Loi sur la taxe de vente du Québec* (TVQ).

Mais les lois fiscales sont complexes. À titre indicatif, voici quelques exemples de situations où la vente d'un immeuble d'habitation serait taxable :

Immeuble d'habitation neuf

Plusieurs pensent que la vente d'un immeuble neuf de moins de cinq ans est non taxable, c'est-à-dire exonérée de

la TPS/TVQ, lorsqu'il s'agit d'un immeuble d'habitation.

Méprise! La plupart du temps, les immeubles d'habitation neufs sont vendus par le promoteur ou le constructeur lui-même dans le cadre de l'exploitation d'une entreprise à caractère commercial. Au sens de la loi, une telle vente est taxable.

Immeuble ayant fait l'objet de rénovations majeures

De plus, la vente d'un immeuble d'habitation ayant fait l'objet de rénovations ou de transformations majeures, au point où 90 % ou plus de la totalité ou d'une partie de l'immeuble a été enlevée ou remplacée — à l'exception des fondations, des murs extérieurs, des murs intérieurs de soutien, des planchers, du toit et des escaliers — est également taxable au sens de la loi.

Immeuble mixte

Dans le cas où un immeuble inclurait à la fois un immeuble d'habitation et un immeuble commercial, seule la partie de l'immeuble utilisée à des fins résidentielles serait non taxable.

Les lois fiscales étant complexes et chaque situation étant un cas d'espèce, nous vous conseillons fortement de consulter un professionnel spécialisé en fiscalité avant de vous engager à acheter un immeuble.

Cet article a été rédigé avec la collaboration de Me Émie Talbot, notaire chez Blanchard Lupien Notaires S.E.N.C.R.L. ■

Did you know that the sale of a residential building can be taxable?

Contrary to popular belief, the basic principle of the law is that all real estate sales are taxable unless an exception is provided. In this sense, the sale of a residential building is not automatically non-taxable under the law.

The most common exception concerns the sale of a non-new residential building, which is not taxable because it benefits from an exemption under the *Excise Tax Act* (GST) and the *Act respecting the Québec sales tax* (QST).

It is important to be vigilant, as tax laws are complex. As an indication, here are a few non-exhaustive examples of situations where the sale of a building would be taxable:

New residential building

Many may think that the sale of a new residential building,

meaning a building used for residential purposes that is less than five years old, is non-taxable, i.e., exempt from GST/QST, especially since it is, by definition, a residential building.

However, think again! Most of the time, new residential buildings are sold by the developer or builder as part of operating a commercial business. Under the law, such a sale is therefore taxable.

Building that has undergone major renovations

Additionally, the sale of a residential building that has undergone major renovations or transformations, where 90% or more of the entire building or a portion of it has been removed or replaced, excluding the foundations,

exterior walls, supporting interior walls, floors, roof, and stairs, is also taxable under the law.

Mixed-use building

In cases where a building includes both residential and commercial spaces, only the portion used for residential purposes is non-taxable. The portion used for commercial purposes will be taxable.

Since tax laws are complex and each situation is unique, we strongly recommend consulting a tax specialist before committing to the purchase of a building.

This article was written in collaboration with Mtre Émie Talbot, notary at Blanchard Lupien notaries LLP. ■



Me Bryan-Éric Lane est le chef de la direction de la firme d'avocats LANE, avocats et conseillers d'affaires inc. ainsi que de l'étude de notaires Blanchard Lupien, qui forment l'un des plus importants groupes juridiques au nord de Montréal. A lawyer specializing in real estate and business law, Mtre Bryan-Éric Lane is the CEO of the law firm LANE, Lawyers and Business Advisors Inc. as well as the notaries firm Blanchard Lupien LLP, who form one of the largest legal groups north of Montréal.

CHRONIQUE | COLUMN
par | by Me/ Mtre Bryan-Éric Lane



Avocats et conseillers d'affaires inc.

POUR OBTENIR L'HEURE JUSTE.

UNE EXPERTISE DE POINTE
EN DROIT IMMOBILIER

Droit immobilier • Droit des affaires • Litige et résolution de conflits
lanelegal.com



S. E. N. C. R. L.

UNE MARQUE DE CONFIANCE.

LA RÉFÉRENCE POUR VOS
TRANSACTIONS IMMOBILIÈRES

Droit immobilier • Successions et droit de la personne • Droit des affaires
blanchardlupien.com

Sotheby's

INTERNATIONAL REALTY

Votre référence à Tremblant!
Your reference in Tremblant!



CAC/BDR: 3 SDB/BTH: 3 SKI-IN/SKI-OUT
205-168 ch. de la Foret, Mont-Tremblant

1 050 000 \$ + tx



CAC/BDR: 2 SDB/BTH: 2 SKI-IN - SKI/OUT
4-168 ch Pied de la Montagne, Mont-Tremblant

1 995 000 \$



CAC/BDR: 2 SDB/BTH: 1 PISCINE/VELO
1822 ch. du Golf, Mont-Tremblant

VENDU



CAC/BDR: 2 SDB/BTH: 2 LAC/PISCINE
4621-116 rue Pinoteau, Mont-Tremblant

699 000 \$



CAC/BDR: 3 SDB/BTH: 2 LAC/VUE/SKI
602-121 rue Cuttle, Mont-Tremblant

1 199 000 \$ + tx



CAC/BDR: 2 SDB/BTH: 2 PISCINE/GOLF
1627 ch. du Golf, Mont-Tremblant

VENDU



CAC/BDR: 3 SDB/BTH: 2 SKI-IN/SKI-OUT
9-134 ch. de la Foret, Mont-Tremblant

975 000 \$ + tx



CAC/BDR: 4 SDB/BTH: 3 RESORT/SKI/GOLF
201-3005 allée du Valais, Mont-Tremblant

1 399 000 \$ + tx



CAC/BDR: 2 SDB/BTH: 2 GOLF LE DIABLE
105 ch. de l'Érablière, Mont-Tremblant

474 000 \$



Véronique Lambert

Courtier immobilier résidentiel
Residential Real Estate Broker

veronique.lambert@sothebysrealty.ca
514 993-8778

Corina Enoaie

Courtier immobilier
Real Estate Broker

corina.enoaie@sothebysrealty.ca
819 421-0373



tremblant**LIFESTYLE**.ca
sothebysrealty.ca

201-407 rue Principale, St-Sauveur, Qc. J0R 1R4

Vos événements Your events

Novembre | November

DJ EN PRESTATION / DJ IN PERFORMANCE casinos.lotoquebec.com

Voir programmation / See program
Mont-Tremblant, Casino – bar central

SPECTACLES AU / SHOWS AT ALTITUDE casinos.lotoquebec.com

Voir programmation / See program
Mont-Tremblant, Casino

Vendredis & samedis | Fridays & Saturdays

SOIRÉE D'ASTRONOMIE! / ASTRONOMY NIGHT!

domainesaintbernard.org

Réservations requises / By reservation only
Mont-Tremblant, Domaine Saint-Bernard

1^{er} novembre | November 1

BRICOLAGE D'UNE FORÊT DE CHAMPIGNONS / MUSHROOM FOREST CRAFT

villedemont-tremblant.qc.ca

7 à 12 ans. Inscription requise / 7 to 12 years
old. Registration required
Mont-Tremblant, bibliothèque
Samuel-Ouimet library

1^{er} novembre *

HEURE DU CONTE AVEC TAM ET LÉO

villedemont-tremblant.qc.ca

Gratuit. 10 h. Enfants 4 à 8 ans
Mont-Tremblant, bibliothèque
Samuel-Ouimet

1^{er} novembre | November 1

JURASSIC HALLOWEEN PARTY Facebook

Party costumé. DJ dès 21 h /
Costume party. DJ from 9 p.m.
Mont-Tremblant, P'tit Caribou

1^{er} novembre | November 1

CLUB DE SKI DE FOND TREMBLANT & JACKRABBITS

tremblantnordique.com

Inscription programmes Jackrabbit,
récréatif, compétitif et adultes /
Registration Jackrabbits, recreational,
competitive and adult programs
Mont-Tremblant, Domaine Saint-Bernard

2 novembre *

HISTORIETTES, COMPTINES ET CHANSONNETTES

villedemont-tremblant.qc.ca

Gratuit. 10 h. Enfants 18 à 36 mois
Mont-Tremblant, bibliothèque
Samuel-Ouimet

5 novembre *

CONFÉRENCE : GUIDONS-NOUS

villedemont-tremblant.qc.ca

Avec le réseau d'éclaireurs en santé
psychologique. Inscription requise
Mont-Tremblant, salle du conseil

5 novembre | November 5

TRAILS IN MOTION

lepointdevente.com

Festival de films célébrant la course en
sentier et l'ultra-endurance / Film festival
celebrating trail running and ultra-endurance
Val-Morin, Chalet Far Hills

7, 14, 21 & 28 novembre |

November 7, 14, 21 & 28

PRIVATE ROOM

prtremblant.com

Spectacles : Gros Big; Jonas; Julien Lacroix;
Francis Degrandpré
La Conception

8 novembre *

CONFÉRENCE : SUR LE BIEN-ÊTRE ET LA TRANSFORMATION

villedemont-tremblant.qc.ca

Avec Isabelle Laflèche. Inscription requise
Mont-Tremblant, salle du conseil

8 & 9 novembre | November 8 & 9

MARCHÉ DES FÊTES / HOLIDAY MARKET

brebeuf.ca

10 h à 16 h / 10 a.m. to 4 p.m.

Brébeuf, salle communautaire /
community room

8 & 15 novembre *

PREMIÈRE SCÈNE MONT-TREMBLANT

villedemont-tremblant.qc.ca

Spectacles : Alaclair Ensemble; Ariane Roy
Mont-Tremblant, église du village

12, 19 et 26 novembre *

CINÉ-MARAIS

theatredumarais.com

Films : La lumière du soir; Fanny;
Florent Volland
Val-Morin

14 novembre | November 14

K. MARO & DA COSTA : LES ÂMES REBELLES festivalstradivaria.ca

19 h 30. Billets / 7:30 p.m. Tickets
Mont-Tremblant, église du village church

14 et 15 novembre *

SURPRISE SURPRISE DE MICHEL TREMBLAY

lepointdevente.com/billets/surprise

Formule apéro-théâtre. 30 \$/personne
Mont-Tremblant, Le Grand Lodge

15 novembre | November 15

HEURE DU CONTE BILINGUE / BILINGUAL STORY TIME

villedemont-tremblant.qc.ca

Gratuit/Free. 10 h. Enfants/
Children 4 à/ to 8 ans/years old
Mont-Tremblant, bibliothèque
Samuel-Ouimet library

15 novembre | November 15

ATELIER BRICOLAGE POSCA LAB / POSCA LAB DIY WORKSHOP

villedemont-tremblant.qc.ca

12-14 ans. Inscription requise /
12 to 14 years old. Registration required
Mont-Tremblant, salle du conseil /
council room

15 & 16 novembre | November 15 & 16

EXPO-VENTE

Facebook: Les Loisirs d'Huberdeau

Artisans de la communauté /
Community artisans
Huberdeau

18 novembre *

CLUB ORNITHOLOGIQUE DES HAUTES- LAURENTIDES

lemoqueur.com

Conférence : Adaptation et alimentation des
oiseaux en hiver. 19 h
Mont-Tremblant, église du village

19 novembre | November 19

RENCONTRE D'INFORMATION / INFORMATION MEETING

villedemont-tremblant.qc.ca

Pour la clientèle de / for the customers of
Sentiers Mont-Tremblant
Mont-Tremblant, salle du conseil /
council room & Web

19 novembre | November 19

RETRAITE CRÉATIVE POUR ENTREPRENEURS EXTRAORDINAIRES

productionssincronicita.ca

Formation pour leaders, entrepreneurs et
personnes-clés / Training event for leaders
Mont-Tremblant, Le Grand Lodge

20 novembre | November 20

PRÉ-SKI CINÉMA X NORTH FACE tremblant.ca

Film *After the Snowfall* réalisé dans des
destinations Ikon Pass. Gratuit. / Movie made
in Ikon Pass destinations. Free.
Station Mont Tremblant, Camp de base

20 novembre | November 20

GR20-CORSE lepointdevente.com

Film et conférence de randonnée /
Hiking film and conference
Val-David, Le Baril Roulant

22 novembre *

CONFÉRENCE : SOUTIEN AUPRÈS DES HOMMES

villedemont-tremblant.qc.ca

Avec le réseau d'éclaireurs en santé
psychologique. Inscription requise
Mont-Tremblant, salle du conseil

22 novembre | November 22

DÉFILÉ DE NOËL / CHRISTMAS PARADE sainte-agathe.org

18 h 30 / 6:30 p.m.
Sainte-Agathe

22 novembre | November 22

LA SOIRÉE DES CHEMISES À CARREAUX 2025

Facebook

Billets sur / Tickets on eventbrite.ca
Église Val-David church

26 novembre | November 26

XPO MONT X

Facebook

Événement dédié à l'innovation québécoise
dans le sport, du plein air et du bien-être /
Event dedicated to Québec innovation in
sport, the outdoors and well-being
Mont-Tremblant, Le Westin Tremblant

27 novembre | November 27

OUVERTURE DE LA SAISON DE SKI / SKI SEASON OPENING DAY

tremblant.ca

Mont-Tremblant, village piétonnier /
pedestrian village

28 novembre | November 28

ATELIER AQUA NEURO-RÉFLEXE / AQUA NEURO-REFLEX WORKSHOP

villedemont-tremblant.qc.ca

Inscription requise / Registration required
Mont-Tremblant, complexe aquatique /
aquatic complex

28 au 30 novembre | November 28 to 30

MARCHÉ DES FÊTES / HOLIDAY MARKET villedemont-tremblant.qc.ca

Achat local / Local purchase
Mont-Tremblant, Hôtel de ville / Town hall

29 novembre | November 29

MARCHÉ DE NOËL / CHRISTMAS MARKET

muni.lacsupérieur.qc.ca

10 h à 16 h / 10 a.m. to 4 p.m.

Lac-Supérieur

29 & 30 novembre | November 29 & 30

MARCHÉ DE NOËL / CHRISTMAS MARKET

Facebook

10 h à 16 h / 10 a.m. to 4 p.m.

Arundel, Laurentian House

29 novembre | November 29

ATELIER CONFECTION D'ORNEMENTS DE NOËL EN FEUTRE / CHRISTMAS FELT ORNAMENT MAKING WORKSHOP

villedemont-tremblant.qc.ca

9-12 ans. Inscription requise /
9 to 12 years old. Registration required
Mont-Tremblant, salle du conseil /
council room

30 novembre | November 30

CONCERT CHŒUR TREMBLANT choeurtremblant.com

16 h. Billets 30 \$ régulier, 50 \$ VIP et gratuit
pour les moins de 18 ans / 4 p.m. Tickets \$30
or \$50 VIP and free for under 18 years old
Mont-Tremblant, église de Saint-Jovite church

30 novembre | November 30

MARCHÉ DES FÊTES / HOLIDAY MARKET Facebook

10 h à 16 h / 10 a.m. to 4 p.m.

Mont-Tremblant, Ax Hôtel Mont-Tremblant

Faites connaître votre événement
ou activité.

Let us know about your event or activity.
Avant le 10 du mois précédant l'édition.
Before the 10th of the month preceding
the edition.

Remplissez le formulaire Calendrier des
Événements et Activités sur / Fill the Event
and Calendar Form on <https://forms.office.com/r/F1Bdjr7ZZ5>
[tremblantexpress.com](https://forms.office.com/r/F1Bdjr7ZZ5).

Note : Des changements de programmation
attribuables à des modifications de dernière
minute ont pu se glisser; nous nous en
excusons. / Changes within programming
might have occurred due to last-minute
changes; if so, we apologize for any
inconvenience. *In French only.



Centraide
Hautes-Laurentides



Sur la photo / In the photo :

Laure Voilquin, directrice du développement et des partenariats / **Director of Development and Partnerships** Centraide Hautes-Laurentides et/and Roland Huneault, coordonnateur de l'atelier / **Coordinator of the workshop**, Maison Lyse-Beauchamp.

Reconstruire sa vie après avoir tout perdu : le parcours de Roland

Rebuilding life after losing everything: Roland's journey

Ébéniste de métier, Roland travaillait avec passion et dévouement. Son quotidien était rythmé par son travail et sa vie de famille, aux côtés de sa femme et de leur fils de trois ans. Mais un jour, alors qu'il aidait un ami à refaire son toit, l'impensable s'est produit : une chute a précipité Roland dans un gouffre physique et émotionnel. Fractures multiples, opérations, mois d'hospitalisation... Sa vie a basculé.

A cabinetmaker by trade, Roland worked with passion and dedication. His days were shaped by his craft and his family life, shared with his wife and their three-year-old son. But one day, while helping a friend repair a roof, the unthinkable happened: a fall plunged Roland into a physical and emotional abyss. Multiple fractures, surgeries, months of hospitalization... his life was turned upside down.

Une main tendue au moment critique

C'est au plus bas de cette descente que Roland a trouvé le courage de demander de l'aide auprès d'un organisme soutenu par Centraide. Une démarche qui s'est révélée être un tournant décisif vers un avenir meilleur.

Une équipe bienveillante l'a accueilli et accompagné tout au long d'une démarche personnelle qui lui a permis progressivement de reprendre sa vie en main. Grâce à ce soutien professionnel et humain, Roland a retrouvé l'espoir et la force nécessaires pour se reconstruire.

A helping hand at a critical moment

At the lowest point of his descent, Roland found the courage to seek help from a Centraide-supported

organization. That step proved to be a decisive turning point toward a better future.

A compassionate team welcomed him and supported him through a personal journey that gradually allowed him to take back control of his life. Thanks to this professional and human support, Roland regained the hope and strength he needed to rebuild.

Du bénéficiaire à l'aidant

Après avoir complété sa démarche de rétablissement, Roland s'est vu offrir une opportunité exceptionnelle : devenir responsable de l'atelier de menuiserie au sein même de l'organisme qui lui avait tendu la main. C'est ce qui est venu fermer la boucle pour reprendre contrôle sur sa vie.

From recipient to caregiver

After completing his recovery journey, Roland was offered an exceptional opportunity: to become the head of the woodworking workshop within the very organization that had reached out to help him. It was the final step in closing the loop and reclaiming control over his life.

L'importance du soutien communautaire

L'histoire de Roland illustre parfaitement l'impact que peuvent avoir les organismes communautaires dans la vie des personnes qui cognent à leur porte. Derrière les statistiques et les rapports annuels se cachent des histoires humaines comme celle-ci, où une intervention, faite au bon moment, peut littéralement changer une vie.

The power of community support

Roland's story is a powerful example of the impact community organizations can have on the lives of those who reach out for help. Behind the statistics and annual reports are human stories like this one—where a timely intervention can quite literally change a life.

Des milliers de personnes dans notre région vivent des situations similaires à celle de Roland, attendant parfois simplement une main tendue pour reprendre espoir. Les organismes soutenus par Centraide jouent ce rôle crucial dans notre tissu social.

Thousands of people in our region face situations similar to Roland's, sometimes waiting only for a helping hand to regain hope. The organizations supported by Centraide play this crucial role in the fabric of our social community.

1 PERSONNE SUR 5 REÇOIT NOTRE AIDE.
1 OUT OF 5 PEOPLE RECEIVES OUR HELP.

5 PERSONNES SUR 5 EN BÉNÉFICIENT.
5 OUT OF 5 PEOPLE BENEFIT FROM IT.

À go, on Centraide
Let's all lend a hand





Les couleurs changent.

Le confort reste.



ZYTCO
SOLARIUMS
VÉRANDAS - AUVENTS

Zytco - Solariums d'exception
pour moments d'exception.

ZYTCO.COM | 514-335-2050 | ventes@zytco.com



VERSANTS
MONT-TREMBLANT INC.

AGENCE IMMOBILIÈRE

OÙ COMMENCE TON HISTOIRE ? MAYBE RIGHT HERE.

VERSANT NORD



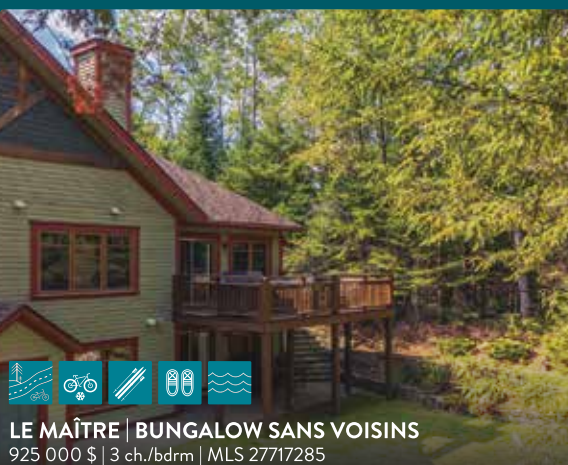
CHALET CÔTÉ NORD | AUTHENTIC LOG HOME
699 000 \$ + tx | 4 ch./bdrm | MLS 28832367



CHALET CÔTÉ NORD | CHALET EN BOIS ROND
ACCÈS À LA PISCINE ET LA PLAGE
650 000 \$ + tx | 4 ch./bdrm | MLS 16998456



FRATERNITÉ-SUR-LAC
PRIVILEGED ACCESS TO CLUB DE LA POINTE
1 099 000 \$ | 5 ch./ bdrm | MLS 26714781



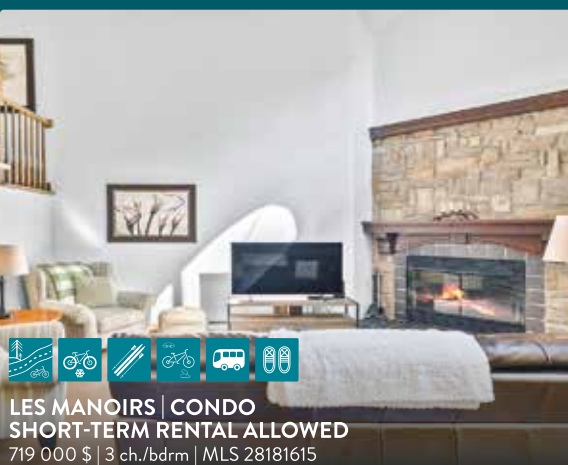
LE MAÎTRE | BUNGALOW SANS VOISINS
925 000 \$ | 3 ch./bdrm | MLS 27717285



DOMAINE DU HAUT DE LA MONTAGNE
AVEC JOLIE MAISON D'INVITÉS
1 295 000 \$ | 5 ch./ bdrm | MLS 17504920



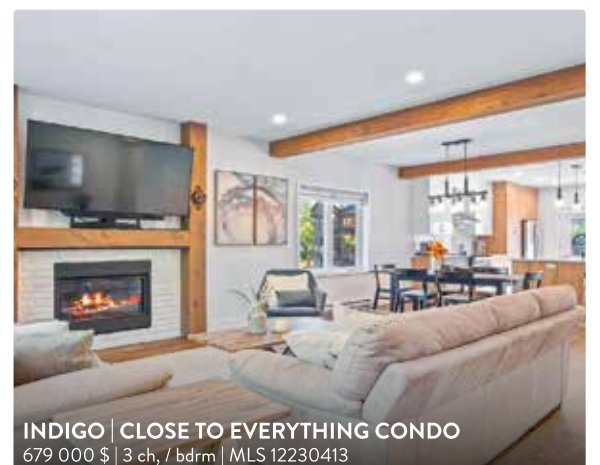
TREMBLANT-LES-EAUX | ON LE GÉANT GOLF COURSE
799 000 \$ | 3 ch./bdrm | MLS 21213676



LES MANOIRS | CONDO
SHORT-TERM RENTAL ALLOWED
719 000 \$ | 3 ch./bdrm | MLS 28181615



GOLF LA BÊTE | DUPLEX HOME
SHORT-TERM RENTAL ALLOWED
1 395 000 \$ + tx | 7 ch./ bdrm | MLS 10309279



INDIGO | CLOSE TO EVERYTHING CONDO
679 000 \$ | 3 ch./ bdrm | MLS 12230413

VOIR NOS
RÉCENTES
VENTES

VIEW OUR
SALES



Votre équipe. Your lifestyle.

MONT-TREMBLANT BOUTIQUE REAL ESTATE

Versants Mont-Tremblant inc., agence immobilière
1972, ch. du Village, suite 101, Mont-Tremblant (QC) J8E 1K4

819.425.0000 | LESVERSANTS.COM

Pascale Janson
Courtier immobilier agréé

Sébastien Turgeon
Courtier immobilier

& Team



sicotte & co

Marie Sicotte
Courtier Immobilier

+1 514 953 9808
marie@mariesicotte.com
mariesicotte.com



Mont-Tremblant
505 ALLÉE DOMAINE JOHANSEN



4 3+1 2 8



Lac-Tremblant-Nord
111 CH. DES RONDINS



4 2+1 2



Scan me to know me!

Sutton

GRUPE SUTTON CENTRE-OUEST, INC.
245 AV. VICTORIA, BUREAU 20, WESTMOUNT, QC H3Z 2M6