MERCREDI 12 JUILLET 2023 | VOL. 38 | NO 28

Le nord
INFORMER + INSPIRER

RIVIÈRE DU NORD

BAIGNADE À VOS RISQUES

Page 5

Photo : Archives Simon Cordeau

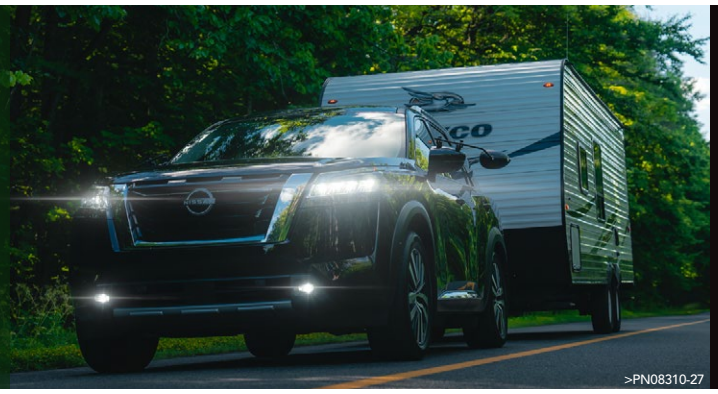
Boutique d'articles pour vapoteur
VD
www.VapeDepot.ca
450 848-4664
711A, rue Labelle,
St-Jérôme
Heures d'ouverture : Lundi au vendredi : 8h à 21h
Samedi et Dimanche: 8h à 17h
>PN08502-1

Camions lourds à Sainte-Sophie
Un compromis plutôt qu'une solution
Page 9

À lire
Cahier Foodies
Pages 13 à 24

Hockey scolaire
Cap-Jeunesse accueille les Championnats provinciaux
Page 30

TÉLÉCHARGEZ NOTRE APPLICATION
App Store
Google Play

NISSAN
LE PATHFINDER 2023.
LA ROBUSTESSE FAIT SON RETOUR
JUSQU'À 6000 LIVRES
Capacité de remorquage maximale

>PN08310-27
Belvedere NISSAN
BRANCHÉ SUR VOTRE EXPÉRIENCE
BELVEDERENISSAN.COM

5 Saveurs

Les fruits et légumes les plus FRAIS en VILLE

Circulaire du 13 au 19 juillet 2023

Incrivez-vous sur 5saveurs.com !
Nom
Courriel
S'inscrire

Recevez votre circulaire par courriel !



Le MACARONI sauce à la viande
1,3 kg

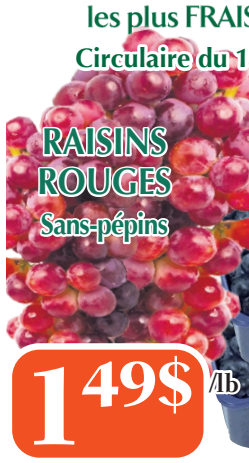
16,99$ /ch

Les fèves au LARD

2,69$ /lb

Les belles et bonnes QUICHES
400 gr

8,99$ /ch



RAISINS ROUGES Sans-pépins — 1,49$ /lb



BLEUETS Chopine — 2/4$



CERISES WASHINGHTON — 2,49$ /lb



TOMATE ROUGE — 99¢ /lb



HUILE D'OLIVE EXTRA VIERGE AURORA 750 ml — 8,99$ /ch



CŒURS DE ROMAINE Pqt de 3 — 2/4$



CONCOMBRES DE CHAMPS — 3/2$



CHOUX-FLEURS — 2/5$



BROCOLIS — 2/5$



ÉCHALOTES — 3/2$



ZUCCHINIS Pqt — 1,29$ /lb



POIVRONS COULEURS Pqt de 4 — 2/5$



ANANAS GOLDEN — 2/5$



MELON D'EAU GROS sans pépin — 6,99$ /ch



CLÉMENTINE Sans-pépin — 1,99$ /lb



PÊCHE — 2,99$ /lb



PATATE SUCRÉE — 79¢ /lb



BOUCHERIE CAMPBELL
DEPUIS 1947

GRILLADES DU NORD — 8,99$ /lb

BIFTECK 5 POIVRES — 12,99$ /lb

TOURNEDOS DE POULET NAT/BBQ — 10,99$ /lb

JAMBON BLANC CHAMPENOIS — 3,89$ /100gr

BOLOGNE RÉGULIER — 1,49$ /100gr

CAPICOLLI FORT — 2,29$ /100gr



OKA ET ST-PAULIN — 3,29$ /100gr

ÉCLAIR À LA CRÈME — 3,99$ /ch



RONDELÉ FINES HERBES ET NOIX 125gr — 3,99$ /ch



BRIE DOUBLE CRÈME 125gr SANS LACTOSE **ET BLEU** 100gr **MONSIEUR GUSTAV** — 3,99$ /ch



TÊTE DURE — 3,49$ /100gr



DORÉ-MI MD **VOIR VARIÉTÉS** 160gr — 4,99$ /ch



SIROP ÉRABLE AMBRÉ ET FONCÉ 540 ml — 6,99$ /ch



BISCUITS "S" MILANO 200 gr — 1,99$ /ch



LÉGUMINEUSES AURORA VOIR VARIÉTÉS 540 ml — 1,79$ /ch



CŒURS DE PALMIER 460ml **ET CŒURS D'ARTICHAUTS ILIOS** 400ml — 3,99$ /ch

www.5saveurs.com - 2160, BOUL. CURÉ-LABELLE, ST-JÉRÔME - 450-569-9819

OUVERT DU LUNDI AU VENDREDI 8H30 À 19H00
SAMEDI ET DIMANCHE 8H30 À 18H00

Circulaire du 13 au 19 juillet 2023



Photo : Facebook

Photo : Archives

Photo : Facebook

Saint-Colomban

Dans ma rue on joue

Dans le cadre du programme *Dans ma rue on joue*, l'équipe des Loisirs de la Ville de Saint-Colomban visitera les huit secteurs de la ville tous les samedis de l'été, avec la roulotte *« Vie de quartier »*.

Des animatrices et animateurs du camp de jour arriveront avec leur bonne humeur, leur musique et des activités à faire avec les jeunes du quartier le temps d'un avant-midi. Sortez tôt, rencontrez votre voisinage et amusez-vous avec les activités concoctées pour vous. C'est gratuit et festif !

Pour l'horaire, visitez la section « Évènements » du site web de la Ville : **st-colomban.qc.ca**

Saint-Jérôme

Vignettes réservées aux étudiants

Du 10 au 30 juillet, la Ville met en vente par tirage au sort 400 nouvelles vignettes réservées aux étudiants pour le stationnement P-9 : le grand stationnement près de la place de la Gare.

La vignette coûte 250 $ et est valide du 15 août 2023 au 31 mai 2024.
Si vous étudiez au Campus de Saint-Jérôme de l'Université du Québec en Outaouais (UQO) ou au Cégep de Saint-Jérôme, que vous soyez résident de Saint-Jérôme ou non, cette offre s'adresse à vous.

Pour le formulaire et tous les détails, rendez-vous sur le site web de la Ville : **vsj.ca**

Saint-Hippolyte

Présence de cyanobactéries ?

Si vous suspectez la présence d'une fleur d'eau, vous êtes invité à rapporter cette situation sans délai au Service de l'environnement de Saint-Hippolyte à l'adresse : **biologiste@saint-hippolyte.ca**

En présence d'une fleur d'eau de cyanobactéries, l'eau devient verte, bleue, beige ou brunâtre. La Direction de la santé publique conseille alors de prendre les précautions suivantes. Évitez tout contact avec l'eau des zones affectées du lac (baignade, douche, sports nautiques, etc.). Évitez de consommer des poissons ou autres organismes aquatiques. Évitez de cuisiner ou de vous abreuver avec l'eau du lac : les toxines ne sont pas éliminées en faisant bouillir l'eau, ni en utilisant de l'algicide. Évitez que les animaux domestiques entrent en contact avec l'eau.

01 02 03

Clinique de denturologie
Michel Allaire d.d.
Denturologiste



UNE PROTHÈSE TROP GRANDE ? NOUS AVONS LA SOLUTION

Votre prothèse vous semble trop grande, instable ? Des résidus d'aliments viennent se coincer entre votre prothèse et votre gencive ?

Il peut arriver que la diminution de la masse osseuse de vos mâchoires affecte la stabilité de votre prothèse. Votre denturologiste peut vous conseiller sur les façons de remédier à cet inconfort. Il s'agit de remplir l'intérieur de la prothèse afin de la remodeler à votre gencive.

Le regarnissage consiste à ajouter de l'acrylique seulement à l'intérieur de la prothèse. Cette opération peut être effectuée en laboratoire (avec cuisson) et prolonger sa durée de vie.

Suite à un examen de votre prothèse, le denturologiste peut vous recommander le meilleur traitement afin d'améliorer votre confort.

Stationnement gratuit disponible pour les patients veuillez vous informer à la réception

3, rue de la Gare, Saint-Jérôme
450 432-3331
cliniquededenturologiemichelallaire.ca

FABRICATION de PROTHÈSES DENTAIRES
RÉPARATION EN 1 HEURE

>PN09300-1





Mimi Legault
mimilego@cgocable.ca

L'été, ce brin d'herbe

Avez-vous déjà vécu le nirvana ? Ça m'est arrivé deux fois. Je devais avoir une dizaine d'années.

J'étais le garçon manqué de la famille. Pas de robes ni de poupées. Plutôt des bâtons de baseball, de hockey, des fusils pow pow t'es mort. Mes parents avaient fini par comprendre mes besoins. Mi-juillet, il faisait beau, chaud et sec. Un vrai été avec un ciel bleu floconné de nuages blancs et bouclés. Après le dîner, alors que je m'apprêtais à retourner jouer dans le bois avec mes amis, ma mère me présenta une grosse boîte enveloppée d'un ruban bleu. C'est quoi ? Ouvre, m'ordonna-t-elle en me souriant et en jetant un regard complice à mon père.

Ce n'était même pas ma fête et pourtant c'était l'un des plus beaux cadeaux de ma jeune vie : dedans, il y avait une paire de jeans bleu pâle. Sur les poches en broderie, un cowboy faisait un rodéo sur son cheval. Une veste également en denim accompagnait l'ensemble. Trois t-shirts d'un blanc immaculé trônaient au fond de la boîte. Attends, ce n'est pas tout, me dit maman. Mon père tenait dans ses mains une magnifique paire de bottes de cowboy. J'étais sans voix. J'ai tout enfilé en trois secondes et quart. Après les avoir chaleureusement embrassés (mes parents, pas mes bottes), je suis sortie de la maison. Le soleil brillait par sa présence; j'ai fermé les yeux : le nirvana. Un moment d'éternité, une sérénité complète. À ce moment, j'ai aimé l'été, comme s'il m'avait enveloppée d'une chaleur telle qu'elle ressemblait à celle de mes parents. Tout était parfait. Plénitude !

L'été que l'on vit présentement n'est pas très jojo. Un été radin et une chaleur, comment dire, torrentielle. Des canicules, des orages qui se présentent comme de la visite que l'on n'attendait pas. Des feux de forêts qui boucanent nos vies. Des pluies qui noient les routes.

Au golf, lorsque ma balle dévie, on me serine de faire attention à l'herbe haute à cause des tiques et la maladie de Lyme. J'écoutais les infos à la télé et à la fin, le lecteur aurait tout aussi pu terminer en disant : pour ce qui est de la météo, elle sera demain tout aussi horrible que l'étaient les nouvelles d'aujourd'hui. Au moment où j'écris ma chronique, on annonce un facteur humidex de 40 degrés Celsius.

J'ai l'air de me plaindre et j'ai probablement la chanson. Ce n'est pas le cas, je constate. Tenez, je me tiens à l'ombre et à l'eau. J'ai eu ma leçon. Un beau jour d'été de canicule, je déambulais sur la route en patins à roulettes. Autour de midi alors que le soleil était à son zénith. Je sais, pas fort mon affaire. C'est arrivé soudainement : d'abord la tête qui bourdonne, les battements du cœur qui s'accélèrent, des étoiles devant mes yeux. À la toute dernière minute, j'ai aperçu un monsieur qui arrosait ses fleurs. J'ai roulé difficilement vers lui, suis tombée sur sa pelouse et je lui ai demandé de m'arroser avec son boyau. Ce qu'il a d'ailleurs fait généreusement. De la maison, son épouse qui l'avait vu faire était sortie en lui criant : mais Farnand, viens-tu fou ?

Ce coup de chaleur a eu comme conséquence d'avoir de la fièvre pendant quelques jours. Méfiez-vous de dame température lorsqu'elle décide de prendre l'ascenseur ! J'ai lu dernièrement qu'au lieu de s'appeler météo, un site a choisi de se donner comme nom : administration des services scientifiques pour l'étude des phénomènes atmosphériques. La belle affaire ! Quand même, cela ne nous empêchera pas de recevoir 15 mm de pluie quand ils auront annoncé partiellement nuageux.

Il paraît que l'été humide que nous connaissons est dû à El Nono (je le nomme ainsi, ça me fait du bien…). Je pense surtout que la planète a un sérieux problème. La météo ressemble désormais à une longue hésitation. Mais mais mais qu'à cela ne tienne. Si la température ne changeait jamais, la moitié du monde n'aurait aucun sujet de conversation.
Bon été…quand même.



Rivière du Nord

Baignade à vos risques

Simon Cordeau – Avec le temps chaud, il peut être tentant de faire une saucette dans la rivière du Nord pour s'y rafraîchir, ou simplement d'y naviguer pour profiter du beau temps. Mais, tomberez-vous malade parce que l'eau est trop polluée ? En fait, on dispose de très peu de données sur la qualité de l'eau de la rivière du Nord. Et tout contact, même indirect, est à vos risques. Explications.



Photo : Archives

Abrinord, l'organisme de bassin versant de la rivière du Nord, est le seul qui suit la qualité de l'eau de manière récurrente et à long terme. Il échantillonne les cours d'eau avec 48 stations, une fois par mois d'avril à novembre, donc huit fois par année, explique Simon Poitras, chargé de projets responsable du programme de suivi de la qualité des cours d'eau. Mais ces données ne sont pas suffisantes pour établir si la baignade est sécuritaire ou non.

Un portrait partiel

« C'est sûr que l'échantillonnage, c'est vraiment une photo. Ça prendrait beaucoup plus d'échantillonnages pour avoir un réel portrait de la rivière. Plusieurs choses peuvent se passer dans un mois », précise M. Poitras.

Ces données sont disponibles en ligne, grâce à l'application iEAU. Elles montrent aussi les seuils à partir desquels un contact direct (baignade) ou indirect (navigation) avec le cours d'eau comporte des risques pour la santé. Pour la rivière du Nord, on voit que de Saint-Jérôme à Prévost environ, même le contact indirect est risqué. De Piedmont à Sainte-Adèle, le contact direct semble parfois possible, mais M. Poitras émet un bémol important. *« Les concentrations de contaminants varient beaucoup selon le temps de la journée, la météo et le tronçon. [...] Il y a mille facteurs à prendre en compte. »* Cela dit, en règle générale : *« plus on se trouve en amont, moins il y aura de contaminants »*, explique M. Poitras.

Si, par une chaude journée d'été, vous décidez tout de même de prendre le risque, sachez que vous vous exposez à des agents pathogènes, comme l'E. coli. Ceux-ci peuvent causer la diarrhée, l'indigestion, voire l'hépatite A et d'autres maladies plus graves encore. Vous pourriez aussi avoir la dermatite du baigneur, une irritation de la peau due aux piqûres de parasites présents dans l'eau. Certains comportements augmentent les risques, comme immerger la tête et ingérer de l'eau.

Pour assurer une baignade sécuritaire, il faudrait *« un suivi plus régulier qui permettrait d'avoir un meilleur portrait en temps réel ». « Une rivière, ça change beaucoup. C'est plus facile dans les lacs, où il y a moins de débit »*, suggère M. Poitras.

Réduire les contaminations

L'objectif du programme d'Abrinord est plutôt d'avoir une vue globale des cours d'eau et de leur évolution, mais surtout de déterminer leurs sources de pollution et de contamination.

Sur iEAU, on peut voir que la quantité de contaminants varie considérablement dans le temps. Il est ainsi difficile d'établir une tendance, admet M. Poitras, mais celui-ci croit que la qualité de l'eau tend à se détériorer. *« Dans un contexte où la démographie de la région augmente, il y a plus d'activité humaine. Les changements climatiques aussi amènent une intensification des phénomènes météorologiques. Les lourdes précipitations, par exemple, entraînent plus de contaminants dans l'eau. Si on avait les mêmes conditions, avec les efforts qu'on fait, on aurait peut-être vu une amélioration. Mais le fort développement et les changements climatiques limitent cet impact positif. C'est pour ça qu'il ne faut pas lâcher le morceau : ça va aller en se détériorant. »*

Toutefois, le programme a déjà fait la preuve de son utilité. *« Il y a des tronçons où des améliorations ont été faites à travers les années. Je peux citer Saint-Jérôme, qui avait un problème de coliformes fécaux. Avec le programme de suivi, on a pu en déterminer la provenance, et la Ville a réglé le problème »*, raconte M. Poitras. Abrinord fait également des *« petits projets satellites »*, par exemple sur l'impact des sels de voirie ou la contamination en milieu agricole.

La Fondation Rivières fait présentement une étude sur la rivière du Nord, de Saint-Jérôme à Prévost, sur son potentiel de baignade, entre autres. Ses résultats devraient être rendus publics vers la fin de l'été.



Embarcations nautiques

Transport Canada modernisera les règles

Luc Robert - Transports Canada (TC) entreprendra des activités de sensibilisation ciblées auprès des plaisanciers, afin de tenir les intervenants informés de ses propositions de modifications de plusieurs procédures administratives. Transfert de permis, nouveaux permis, hausses de tarifs et mises à jour des renseignements au registre des permis des embarcations de plaisance (PEP) sont autant de volets qui seront abordés.

Photo : Archives



Ottawa veut réduire à 5 ans les permis d'embarcations de plaisance.

Transport Canada a tenu trois séances de consultation virtuelle en 2020 et 2021 avec les intervenants présentant les modifications proposées. Au total, ces consultations ont permis de recueillir environ 900 commentaires sur les modifications envisagées.

Diminuer la période de validité d'un permis d'embarcation récréative à cinq ans et éliminer les permis permanents émis avant 2010 font partie de l'agenda.

En détails

Dans le cadre des modifications proposées, une embarcation de plaisance ne pourrait être utilisée avant que son propriétaire n'obtienne un permis. Il reste à voir ce que TC fera de son côté pour réduire les délais souvent interminables qui lui sont actuellement reprochés par plusieurs plaisanciers vendeurs et acheteurs pour l'obtention des dits permis.

Le nouveau propriétaire d'une embarcation de plaisance devra en outre demander le transfert d'un PEP en ligne, qui devrait être traité dans un délai de cinq jours par le fédéral. *« Cela permettrait de s'assurer que les renseignements relatifs au PEP sont mis à jour en temps voulu. Les modifications proposées feraient également passer de 90 à 30 jours la période pendant laquelle un titulaire de permis peut utiliser son embarcation de plaisance à la suite du changement de nom ou d'adresse inscrit sur le permis en attendant la mise à jour de celui-ci. L'obligation d'avoir les documents pertinents à bord dans les deux cas resterait en place. Dans l'ensemble, ces modifications proposées amélioreraient la fiabilité des données présentes dans le SEDPEP (Système électronique de délivrance des permis d'embarcation de plaisance) »*, est-il spécifié dans la Gazette du Canada.

Les embarcations à voiles feront entre autres l'objet d'une nouvelle règlementation. *« Compte tenu des défis auxquels font face les organismes d'application de la loi désignés lorsqu'ils interviennent dans des situations d'urgence impliquant des voiliers qui n'ont pas de permis, Transports Canada a décidé d'aller de l'avant avec la modification proposée afin d'élargir la portée des exigences en matière de permis pour inclure les bâtiments propulsés par le vent et ayant une longueur de plus de six mètres. Cette portée élargie permettrait TC de mieux surveiller la conformité réglementaire des voiliers. »*

Période de grâce

L'organisme fédéral laissera le temps à tout le monde de s'ajuster. *« TC est convaincu qu'une période de grâce de deux ans est équitable, car elle donnera suffisamment de temps pour former les organismes d'application de la loi et éduquer les exploitants sur les nouvelles exigences avant leur entrée en vigueur. »*

Hausses

Des frais de traitement pour une demande de nouveau permis d'embarcation de plaisance risquent maintenant d'être exigés.

« TC propose maintenant que le prix des frais de service d'un PEP soit de 24 $, rajusté tous les ans en fonction de l'inflation. Étant donné que le nouveau prix proposé représente une augmentation de 9 $ pour un permis d'une validité de cinq ans, l'impact économique de cette modification pour les intervenants est très faible », ont évalué les penseurs de TC.

Protection de l'eau

85 000 $ pour Abrinord

Rédaction - La députée d'Argenteuil, Agnès Grondin, a annoncé des aides financières à des organismes de bassins versants des Laurentides. *Celles-ci visent à optimiser « la gestion des ressources en eau et améliorer la protection des milieux hydriques et des écosystèmes aquatiques au Québec »*. Cette aide provient du volet protection de l'eau et biodiversité du ministère de l'Environnement, de la Lutte contre les changements climatiques, de la Faune et des Parcs.

Ainsi, Abrinord, l'organisme de bassin versant de la rivière du Nord a reçu une aide financière de 85 700 $ pour un projet total de 114 320 $. *« Ce projet a comme objectif d'offrir un accompagnement au milieu agricole pour l'amélioration de la qualité de l'eau dans un contexte d'adaptation aux changements climatiques »*, peut-on lire dans un communiqué. L'organisme souhaite mettre en place *« une démarche d'innovation sociale avec les producteurs agricoles »*. Cela a pour objectif de trouver des solutions concrètes et de favoriser le passage à l'action.

L'OBV RPNS (rivières Rouge, Petite Nation et Saumon) propose pour sa part un programme d'accompagnement des municipalités de sa zone de gestion pour la lutte contre le roseau commun. Ce programme se déclinera en trois volets, soit l'acquisition de connaissances, la formation et la sensibilisation, puis le soutien à l'action. La valeur totale du projet est de 87 500 $, dont 52 500 $ provient du gouvernement du Québec.

« Je suis fière du savoir-faire en gestion intégrée de l'eau que nous avons su développer dans tous les coins du Québec au fil des ans, comme le démontre la qualité des 28 projets annoncés. En reconnaissant l'expertise des organismes du secteur de l'eau et en leur offrant un soutien financier, nous les encourageons à poursuivre leurs précieux efforts et à développer de nouvelles initiatives pour protéger notre or bleu. Je suis particulièrement fière des organisations d'Argenteuil et des Laurentides qui démontrent une fois de plus leur mobilisation pour la santé de leurs communautés et de leurs territoires », souligne Mme Grondin.



Photo : Archives

Service de santé d'inhalothérapie
Respiro 2
Évaluation cardiorespiratoire en cas de difficulté respiratoire
Secteur Saint-Jérôme, Saint-Sauveur et Saint-Canut
Présent à la pharmacie Uniprix Saint-Sauveur tous les lundis de 14h à 17h.
438-881-0528 | www.respiro2.ca



les villas
de la Cité de Mirabel









- MAISON NEUVE
- 3 CHAMBRES
- GARAGE DOUBLE

PRÊT-À-VIVRE

À proximité de l'autoroute 15, des Premium Outlets Montréal, de la gare de Mirabel, du Parc du Domaine Vert et à moins de 25 minutes des stations de ski.
Chaque unité bénéficie de sa propre entrée et d'une cour arrière privée avec terrasse aménagée.
Des espaces de vie au design réfléchi proposant une salle d'entraînement tout équipée, une piscine extérieure chauffée, des aires de repos, des modules de jeu pour enfants et un lounge dans le pavillon central.

AVANTAGES

Pavillon de type club-house, gym, piscine extérieure chauffée avec lounge et aire de repos! Profitez de toutes les commodités et que les maisons Villas Cité Mirabel ont à vous offrir!

Cité Mirabel

www.villascitemirabel.com

Contactez-nous
514-770-7339

>PN09392-1

Sainte-Sophie

Conseil en bref

France Poirier – La Municipalité de Sainte-Sophie tenait son assemblée du conseil municipal le 4 juillet dernier. En voici les faits saillants.



Rapport financier

Le maire Guy Lamothe a fait un résumé du rapport financier du vérificateur externe pour l'année 2022. L'opinion du vérificateur externe, la Firme Gariépy, Buissière CPA Inc., donne une image fidèle de la Municipalité de Sainte-Sophie, explique le maire. Des revenus consolidés de 22 779 097 $ et des dépenses 21 589 7610 $ constituent un surplus de 1 189 487 $. On ajoute un surplus total non affecté au 31 décembre 2022 de 4 338 332 $ et un surplus total affecté de 804 424 $ au budget 2023. En 2022, la Municipalité a bénéficié de revenus excédentaires non prévisibles tels que l'augmentation des revenus des droits de mutation avec 2 128 242 $, comparativement à 1 400 000 $ l'année précédente, ce qui dégage un surplus de 728 242 $. S'ajoutent des redevances des carrières et sablières au montant de 395 737 $, comparativement à 260 000 $ l'année précédente. De plus, la Municipalité a reçu une compensation de 85 300 $ par la MRC en lien avec le train de banlieue, non prévu au budget. Les dettes à long terme sont de 23 651 062 $.

Appui de la Municipalité de Saint-Hippolyte

Le conseil a donné son appui à la Municipalité de Saint-Hippolyte pour l'interdiction d'accès aux camions et véhicules-outils sur le chemin du Lac-Bertrand, entre le chemin des Hauteurs (route 333) à la rue de l'Affluent, entre minuit et 6 h 30 du lundi au vendredi.

Circulation des camions

Un avis de motion a été donné afin d'amender le règlement # SQ-908-03 concernant la circulation des camions et des véhicules-outils. Le conseil souhaite modifier l'article 4 en interdisant la circulation des camions et des véhicules-outils sur le chemin McGuire sur toute sa longueur et sur le chemin Abercrombie entre les rues McGuire et du Lac-Bertrand entre minuit et 7 h.

Agrandissement du garage municipal

Un amendement est voté concernant le règlement # 1387-2023. On souhaite ajouter un montant additionnel de 3 887 700 $ pour les travaux d'agrandissement du garage municipal. Cette majoration fait suite à l'annonce de la présélection de la Municipalité à la subvention du Programme PRACIM. À la suite du dépôt de documents complémentaires, la Municipalité pourrait obtenir jusqu'à 3,9 M$ en subvention pour cette construction.

Changement de limite de vitesse

Il est proposé d'amender le règlement #1327-2023 en lien avec la circulation et le stationnement.

On veut prolonger la limite de vitesse de 30 km/h sur la montée Morel en face de l'école du Grand-Héron, entre Godard et Cynthia. La Municipalité souhaite également faire des correctifs nécessaires sur la rue des Cèdres pour les zones de 30 km/h.

Fin de l'installation de dos d'âne

La Municipalité a décidé de ne plus installer de dos d'âne. L'installation de brigadiers statiques et de bolars ont le même effet pour ralentir les automobilistes. Il a été convenu d'abroger la résolution # 307-11-19.

Saines habitudes de vie au camp de jour

Afin d'être reconnue par l'Association des camps du Québec, la Municipalité désire mettre de l'avant, sous forme de politique, la promotion de saines habitudes de vie, la bonne alimentation, le mode de vie actif, l'hydratation, le non-tabagisme et la saine image corporelle. Le conseil adopte ainsi une politique relative aux saines habitudes de vie du camp de jour de la Municipalité.

Demande d'installation d'un feu de circulation

La Municipalité fera une demande au ministère des Transports du Québec. Elle souhaite qu'un feu de circulation soit installé à l'intersection du boulevard des hauteurs (route 333) et de la côte Saint-André.

Sainte-Sophie s'entend avec ses pompiers

France Poirier – La Municipalité de Sainte-Sophie s'est entendue pour la signature de la convention collective avec les pompiers affiliés au Syndicat des pompiers et pompières du Québec, section locale Sainte-Sophie, SCFP 7162.



Photo : Courtoisie

Karl Racette-Poirier, conseiller en ressources humaines; Matthieu Ledoux, directeur général; Pascal Grenier, directeur sécurité incendie; Guy Lamothe, maire; Michel Maurice, conseiller municipal; Gabriel Bouchard, président du syndicat des pompiers; Gilles Bertrand, conseiller municipal; et Matthieu Déry, vice-président du syndicat des pompiers.

La convention collective sera en vigueur jusqu'au 31 décembre 2027. Elle englobe divers aspects des conditions de travail, des avantages sociaux, de la rémunération, de la formation et du développement professionnel, de la sécurité au travail, ainsi que des droits et responsabilités des employés.

Nouveauté : Garde interne

L'administration municipale s'est dit fière de dévoiler deux nouveautés de la convention collective. Il s'agit de l'implantation d'un projet pilote d'une garde interne pour une durée de 24 mois.

Dès le 24 juillet, une équipe de quatre pompiers sera en fonction en caserne de jour et de semaine. Les tâches qui leur seront assignées couvriront la prévention, des visites résidentielles, du repérage de bâtiment dangereux, de l'éducation et de la sensibilisation du public et les interventions d'urgence. De plus, un régime de retraite sous forme de REER sera mis en place.

« Nous tenons à exprimer notre gratitude envers les représentants du syndicat pour leur collaboration et leur volonté de parvenir à un accord bénéfique de part et d'autre. Leur compréhension des enjeux auxquels nous faisons face ont grandement contribué à la conclusion de cette convention collective », explique Matthieu Ledoux, directeur général.

« L'équipe de sécurité incendie est exceptionnelle et continuera d'offrir un service de grande qualité pour notre population. Le conseil municipal et moi-même en sommes très fiers. Tout le processus de négociations s'est déroulé avec un respect mutuel. Cette signature témoigne de nos excellentes relations de travail et notre engagement envers non seulement nos employés, mais aussi envers nos citoyens », a fait savoir le maire Guy Lamothe.

Carrière Bauval à Saint-Hippolyte

Les camions lourds pourront circuler jusqu'à minuit



L'intersection du chemin McGuire et Abercrombie à Sante-Sophie est fort achalandée par les camions qui se rendent à la carrière de Saint-Hippolyte.

Photos : France Poirier



Plusieurs centaines de camions circulent tous les jours.

France Poirier – À la suite d'une entente entre la Carrière Bauval, les municipalités de Saint-Hippolyte, de Sainte-Sophie et le ministère des Transports du Québec, il sera permis aux camions lourds de circuler entre 6 h 30 ou 7 h (selon les municipalités) et minuit sur certaines rues des deux municipalités.

Auparavant, malgré la croyance populaire, rien n'empêchait les camions de circuler jour et nuit, notamment à Sainte-Sophie dans certaines rues. Par ailleurs, la Carrière Bauval ferme à 17 h, nous rappelle le maire. *« En fait, nous avons obtenu du Ministère qu'il n'y ait pas de trafic lourd après minuit. Il faut savoir que c'est le Ministère qui règlemente le trafic des camions lourds dans les villes et les municipalités. On sait que la carrière de Saint-Hippolyte est située aux limites de Sainte-Sophie. Celle-ci est un gros fournisseur du Ministère et c'est pour cette raison que le MTQ souhaite qu'elle puisse répondre à ses besoins en cas d'urgence »*, nous a expliqué le maire de Sainte-Sophie, Guy Lamothe.

L'intersection des chemins McGuire et Abercrombie à Sainte-Sophie est achalandée par les camions qui se rendent à la carrière de Saint-Hippolyte.

Des règlements seront amendés concernant le trafic lourd. Ainsi, lors du dernier conseil municipal de Sainte-Sophie, le 4 juillet, un avis de motion a été donné afin d'amender le règlement # SQ-908-03 concernant la circulation des camions et des véhicules-outils. Ainsi, on interdira la circulation des camions et des véhicules-outils sur le chemin McGuire sur toute sa longueur et sur le chemin Abercrombie, entre les rues McGuire et du Lac-Bertrand, entre 24 h et 7 h.

Un groupe de citoyens sur le chemin McGuire dénonce cette situation et souhaite faire une rencontre à l'automne pour tenter de faire changer les choses.

Route de contournement

On sait que la Municipalité de Sainte-Sophie souhaite une route de contournement pour les camions en provenance de la carrière depuis des décennies. D'ailleurs en 2021, l'ex-mairesse Louise Gallant avait confié avoir travaillé beaucoup sur le dossier.

C'est effectivement en 2021 que la Municipalité de Sainte-Sophie a reçu la confirmation du bureau du ministre des Transports à ce moment, François Bonnardel, que le gouvernement s'engageait à payer 60 % de la route de contournement à Sainte-Sophie pour dévier les camions qui se rendent à la carrière de Saint-Hippolyte.

L'appui du gouvernement pour la construction de la route de contournement est la plus grande avancée dans ce dossier qui traîne depuis fort longtemps, nous avait-elle confié.

« On n'a jamais été aussi près du but, mais on doit s'entendre avec tous les acteurs dans ce dossier. Sainte-Sophie ne pourra assumer seule les 40 % de la facture qui pourrait s'élever entre 12 et 15 millions de dollars », avait expliqué la mairesse. Le maire actuel estime que c'est trop cher pour la Municipalité de l'assumer seule. *« Les montants dont on parlait, il y a deux ans, sont en hausse, comme tout a augmenté depuis deux ans »*, souligne le maire Lamothe.

Par ailleurs, jusqu'à maintenant la carrière refuse toujours de s'impliquer financièrement dans une route de contournement.





1er juillet

Plus de 70 ménages ont eu besoin d'aide dans la MRC de La Rivière-du-Nord

Aurélie Moulun – Le 4 juillet, le comité de prévention de la crise en logement de la Corporation de développement communautaire Rivière-du-Nord (CDC RDN) publiait son état de la situation à la suite du 1er juillet. Voici ce qu'il faut en retenir.

La CDC RDN travaille en collaboration avec plusieurs organismes sur le territoire de la MRC afin de prévenir et de soutenir les ménages en situation précaire.

« Au cours des dernières semaines, ce sont plus de 70 ménages de la MRC de La Rivière-du-Nord qui ont bénéficié du soutien du Service d'aide à la recherche de logement (SARL) de l'OMH de Saint-Jérôme ainsi que de l'accompagnement de l'organisme le Phénix dans leurs démarches. De ce nombre, au 1er juillet, une vingtaine de ménages sont dans une situation de grande précarité, étant logés chez de la famille ou des amis ou hébergés par des organismes et cinq d'entre-eux sont actuellement logés à l'hôtel, n'ayant aucune solution d'hébergement », indique le CDC dans un communiqué.

D'ailleurs, 25 programmes de supplément au loyer auraient été octroyé par l'OMH de Saint-Jérôme à des ménages à plus faibles revenus, soutient également la corporation.

D'après le président de l'Office municipal d'habitation de Saint-Jérôme, Marc-Antoine Lachance, ce bilan est d'ailleurs semblable à celui de l'an dernier.

« Malgré les craintes que l'on pouvait avoir, je crois que l'on s'en est bien tiré. L'an dernier, ce sont 150 appels qui ont été reçu. Le Phénix avait traité 34 dossiers, 5 HLM avaient été octroyés et on avait hébergé 3 ménages au Cégep », explique-t-il en entrevue avec le Journal.

Des ressources pour accompagner et épauler les ménages

Le comité en logement détaille plusieurs initiatives mises de l'avant afin d'épauler les citoyens. *« Des ressources d'hébergement d'urgence, d'entreposage et d'aide au déménagement ont été prévues et sont disponibles pour les citoyens qui en auront besoin. De surcroît, cette année, un cabinet d'avocats est en mesure de s'impliquer, auprès de certains ménages qui nécessitent des services juridiques dans leurs démarches »*, indique-t-il.

De plus, une ligne d'appel d'urgence a été ouverte dès le début du mois de juin pour les ménages qui nécessite du soutien dans leurs démarches. *« Également, un outil d'aide à la recherche de logement, qui s'est peaufiné au fil des années, a été développé dans le but de réunir toutes les informations pertinentes et des rencontres d'information concernant les droits des locataires ont été organisées par le Carrefour d'actions populaire »*, soutient le comité.

Bien que le 1er juillet soit passé, les ressources demeureront disponibles pour les ménages en situation précaire. *« Au cours des prochaines semaines, l'accompagnement ainsi que la collaboration active entre les multiples partenaires se poursuivra afin que les ménages en situation de précarité résidentielle trouvent des solutions durables en matière de logement »,* explique la CDC RDN.



Nettoyage au parc du Lac-Claude

Plus de 40 kg de déchets amassés



Les membres de la Brigade environnementale, entourées des conseillers municipaux Martin Pigeon, Ronald Raymond (responsable de la commission de l'environnement), Jacques Bouchard, Michel Gagnon, Jean Junior Désormeaux et Nathalie Lasalle.

Photo : Robert Lapointe

Aurélie Moulun – Le 8 juillet dernier, ce sont 25 personnes qui se sont réunies lors d'une activité de nettoyage du parc du Lac-Claude à Saint-Jérôme.

Les participants se rejoignaient dans le stationnement du parc du Lac-Claude où le kiosque de la Brigade était installé. La Ville se chargeait de fournir le matériel nécessaire pour la collecte de déchets.

Le nettoyage avait lieu entre 10 h et 11 h 30. Les participants ont d'ailleurs contribué à amasser plus de 40 kg de déchets. Des prix de présence ont également été remis aux participants.

Nettoyer pour protéger l'environnement

« Plus que jamais, la Ville de Saint-Jérôme est engagée dans la protection de l'environnement. Avec la mise en œuvre d'une première politique environnementale et d'un plan d'action dans les prochains mois, nous nous doterons de moyens concrets pour préserver ce que nous avons de plus précieux », avait indiqué le conseiller municipal et responsable de la commission de l'environnement.

L'activité a été organisée par la Brigade environnementale de la Ville de Saint-Jérôme.

Les Serres Royales achetées par Cultures Gen V

Aurélie Moulun – L'entreprise de Mirabel Cultures Gen V, anciennement connue sous la marque Mirabel (Hydroserre), annonçait l'acquisition des Serres Royales situées à Saint-Jérôme le 4 juillet dernier.



Photo: Archives

Dans un communiqué, Cultures Gen V assure que l'acquisition ne causera aucun changement auprès des consommateurs. L'entreprise *« prévoit conserver la vocation des installations de Saint-Jérôme pour la production de tomates. Ainsi, la marque de tomates Diva, bien établie sur le marché, est maintenue »*, indique-t-elle.

Le président des Serres Royale, Stephan Lemieux, conservera non seulement son poste, mais il sera placé à *« la tête de la division de la production de tomates de Cultures Gen V »*.

Cultures Gen V devient un leader dans l'industrie

Avec cette acquisition, l'entreprise est désormais le *« plus grand producteur serricole diversifié du Québec ».* Les Serres Royale ajoutent ainsi 9 hectares à leur surface de culture, ce qui porte le total des surfaces exploitables par Cultures Gen V à 36 hectares.

« Cette acquisition est un jalon significatif dans la croissance de Cultures Gen V et conforte notre position de leader dans le domaine de la serriculture au Québec. Elle s'inscrit parfaitement dans notre stratégie de développement de la production de légumes biologiques et diversifiés pour le marché québécois. Nos deux entreprises partagent des valeurs humaines, familiales et écoresponsables qui permettront de faire de cette acquisition un succès pour tous », souligne Valérie Terrault, directrice marketing pour Cultures Gen V.

« Avec cette nouvelle acquisition, l'entreprise familiale s'engage à offrir une gamme toujours plus large de légumes et légumes biologiques de qualité aux consommateurs québécois », ajoute l'entreprise dans un communiqué.

Croissance et autonomie alimentaire

Pour Cultures Gen V, la mise en commun des connaissances respectives des deux entreprises permettra de faire croître la culture en serre durable.

« À plus long terme, la combinaison des expertises en culture hydroponique et biologique de Cultures Gen V et des Serres Royales sera prometteuse pour l'offre de légumes de serre biologiques québécois », explique-t-elle.

C'est pour cette raison, entre autres, que Stephan Lemieux est fier de cette acquisition. *« Je suis ravi de l'aboutissement de cette transaction avec Cultures Gen V, une entreprise qui partage notre vision de la production serricole de qualité. Cette fusion ouvre une nouvelle page pour la production de tomates au Québec. Ensemble, nous serons en mesure d'améliorer encore plus l'offre de légumes biologiques québécois en épicerie, tout en participant activement à l'autonomie alimentaire du Québec. »*

La culture hydroponique de Gen V

Cultures Gen V oeuvre dans le domaine depuis plus de 36 ans et cultive de manière hydroponique. C'est-à-dire qu'elle fait pousser certains plants, comme les laitues et les tomates conventionnelles, dans l'eau plutôt que dans la terre. Les plants sont ensuite nourris par une solution nutritive *« qui favorise la croissance »*.

L'entreprise cultive aussi *« des concombres, poivrons, mini concombres et tomates biologique »*.

D'ailleurs, Cultures Gen V *« cultive plus de 65 % des transplants de légumes utilisés par les maraichers québécois et commercialise sa production sous la marque de commerce Gen V depuis le début de l'année 2023. »*

Sources : Cultures Gen V, agriculture.canada.



La gestion des barrages se complexifie dans les Laurentides

Ève Ménard – Dans les Laurentides, plus de 800 barrages sont répertoriés sur le site officiel du ministère de l'Environnement. La gestion des barrages est un enjeu extrêmement complexe qui préoccupe de plus en plus les municipalités et leur population, les organisations concernées et les riverains.



Crédit : Sébastien Fleurant

La majorité des barrages dans les Laurentides sont d'usage récréatif. Le lac Loiselle, à Sainte-Anne-des-Lacs, est artificiel, par exemple. Sa présence dépend d'un barrage.

Aujourd'hui, plusieurs barrages deviennent désuets et nécessitent une prise en charge importante. Doit-on démanteler un barrage et perdre un lac, ou le restaurer malgré des coûts significatifs ? La gestion des barrages soulève plusieurs questions d'ordre social, environnemental et financier. On démêle tout ça pour vous.

Un fardeau légal et financier

Au Québec, environ 10 000 barrages ont été construits à travers le temps, pour différentes raisons : produire de l'énergie grâce à l'hydro-électricité, prévenir les inondations, former un réservoir d'eau potable ou une réserve d'eau pour les incendies, etc. Plusieurs barrages ont également été implantés pour créer des lacs artificiels et favoriser la pratique d'activités récréatives et de villégiature. Dans les Laurentides, la grande majorité des barrages répertoriés sont justement d'usage récréatif.

Peu importe l'utilisation qu'on en fait, il existe trois types de barrage : à forte contenance, à faible contenance et des petits barrages. Les barrages sont catégorisés en fonction de deux critères : la hauteur et la capacité de retenue. Dans les Laurentides, près de 200 barrages à forte contenance sont répertoriés. Ce type d'ouvrage comporte le plus de risques. Conséquemment, les responsabilités sont plus grandes.

Les propriétaires de barrages à forte contenance sont donc soumis à plusieurs obligations. Notamment, ils doivent assurer une surveillance et un entretien réguliers de leurs ouvrages, produire des plans de mesure d'urgence et un plan de gestion des eaux retenues, et faire évaluer par un ingénieur la sécurité de leurs ouvrages. Or, l'encadrement n'a pas toujours été aussi rigide. La Loi sur la sécurité des barrages est entrée en vigueur uniquement en 2002, bien que la majorité des barrages aient été aménagés bien avant. Les règles ont changé et les gestionnaires se retrouvent maintenant avec un fardeau légal et financier entre les mains.

Les temps ont changé

L'organisme de bassin versant de la rivière du Nord, Abrinord, étudie la question des barrages depuis maintenant quelques années. *« C'est une problématique beaucoup plus complexe qu'on le pensait au départ »*, affirme Cynthia Gagnière, coordonnatrice chez Abrinord. Depuis 2020 surtout, des gestionnaires de barrages et des acteurs de l'eau manifestent leurs inquiétudes à l'organisme. *« On a commencé à recevoir de plus en plus d'appels et de courriels d'associations ou de propriétaires de barrages. Ils se questionnaient sur comment faire les choses »*, explique Mme Gagnière. En novembre 2022, Abrinord a tenu un premier atelier de concertation sur le sujet. Celui-ci a rassemblé plus d'une soixantaine de participants. Une trentaine de gestionnaires de barrages ainsi qu'une cinquantaine d'usagers ont également rempli un sondage.

Sur son territoire, qui couvre le centre et le sud des Laurentides, Abrinord recense 465 barrages d'un mètre et plus. Plus de 50 % d'entre eux ont été construits entre 1960 et 1980. Cette donnée est importante pour comprendre les préoccupations actuelles, souligne la coordonnatrice de l'organisme. À l'époque, on témoigne d'une *« explosion »* dans la construction de ces ouvrages, alors que la Loi sur la sécurité des barrages n'existe pas encore et que les responsabilités sont moins grandes. « *Monsieur et madame tout le monde mettaient tout simplement en place un barrage* », indique Cynthia Gagnière. *« Mais rendu en 2023, ces barrages ont 50 ou 60 ans et ils n'ont pas nécessairement été entretenus. De grosses réparations sont parfois nécessaires pour les conserver. De plus en plus de personnes nous contactent, pour savoir s'il existe du financement »*, complète la coordonnatrice.

Selon la nature des travaux à réaliser et des caractéristiques du barrage, sa réfection ou son remplacement peut coûter plusieurs dizaines de milliers de dollars. Ça peut aller jusqu'à des millions, précise Richard Carignan, collaborateur avec le CRE Laurentides et professeur à l'Université de Montréal au Département des sciences biologiques. *« Dans la majorité des cas, le gestionnaire ou le mandataire ne peut pas payer ça »*, ajoute-t-il. Aujourd'hui, posséder un barrage n'a plus la même signification qu'il y a quelques décennies.

Qui possède les barrages ?

Parmi les 465 barrages répertoriés sur le territoire d'Abrinord, 80 % d'entre eux sont détenus par un propriétaire privé, alors que 20 % sont détenus par le gouvernement ou les municipalités.

Pour les municipalités aussi, les temps ont changé. *« À une époque, ça ne faisait rien aux municipalités d'accepter la propriété de certains barrages »*, affirme la mairesse de Sainte-Anne-des-Lacs, Catherine Hamé Mulcair. Ce n'était pas très couteux et les exigences étaient moindres. Aujourd'hui, Sainte-Anne-des-Lacs possède 10 barrages sur son territoire, acquis à travers les années. *« Maintenant, les conseils municipaux sont plus vigilants »*, précise la mairesse.

De plus en plus, des citoyens approchent la Municipalité dans l'espoir qu'elle acquière leur barrage. *« La réponse est non, je ne fais même pas descendre ça à mon conseil municipal »*, affirme Mme Hamé Mulcair.

« Ils sont préoccupés par l'état du barrage, les lois ont changé, le Ministère leur demande des comptes. Et les études de sécurité, ça coûte une fortune, donc les citoyens n'en veulent pas. Ils cherchent à s'en défaire et c'est comme ça que les biens deviennent abandonnés. »

En effet, il existe des barrages orphelins, c'est-à-dire qu'ils n'appartiennent à personne. Le barrage du lac Caron à Sainte-Anne-des-Lacs, par exemple, a été abandonné par son propriétaire. À Morin-Heights, la Municipalité possède 7 des 27 barrages sur son territoire. Parmi ceux-ci, quatre ou cinq sont orphelins, affirme le directeur général, Hugo Lépine. Quand ça arrive, ces ouvrages se retrouvent sous la responsabilité de l'Agence du Revenu du Québec.

« C'est le désordre »

Et même si les municipalités avaient tout le financement nécessaire pour assurer la gestion des barrages, il manque aussi de main-d'œuvre pour procéder aux études et aux travaux. *« Les compagnies sont débordées, et ceux qui font de la surveillance aussi »*, souligne la mairesse de Sainte-Anne-des-Lacs.

Les barrages ne sont même pas tous répertoriés sur le site du ministère de l'Environnement. Selon Abrinord, un bon nombre de barrages ne s'y retrouvent pas. *« Ce ne sont pas tous les gestionnaires de barrages qui connaissent le répertoire. Ce n'est donc pas tout le monde qui entre les informations dans celui-ci. Et au niveau du Ministère, ils n'ont peut-être pas les ressources nécessaires pour effectuer cette mise à jour »*, soutient Cynthia Gagnière.

Lorsque Richard Carignan consulte le répertoire officiel des barrages, il remarque que plusieurs études dues il y a quelques années n'ont pas été réalisées. Même que selon lui, certains barrages ne sont pas bien classifiés. *« Il y a pas mal de désordre. Ils sont pris avec un méchant problème et je ne sais pas s'ils ont la main-d'œuvre pour bien s'en occuper »*, s'inquiète-t-il.

Du financement accessible, mais insuffisant

Le Programme d'aide financière à la mise aux normes de barrages municipaux (PAFMAN) s'adresse aux municipalités de **50 000** habitants ou moins qui possèdent au moins un barrage à forte contenance. Ce programme touche deux volets. D'abord, il peut rembourser **66 %** des dépenses pour la réalisation d'une étude d'évaluation de la sécurité du barrage (ESS), jusqu'à concurrence de **30 000 $**. Le second volet permet de rembourser **66 %** des dépenses pour la réalisation de travaux correctifs découlant d'une ESS, jusqu'à concurrence de **500 000 $**. Des subventions sont donc accessibles, mais les demandes doivent se faire une fois les travaux complétés. Les coûts totaux doivent donc être inclus dans la planification budgétaire des municipalités.

Récemment, Sainte-Anne-des-Lacs a déposé quatre avis de motion visant la réalisation d'une étude d'évaluation de la sécurité de quatre barrages que possède la Municipalité : le barrage Johanne, le barrage Colette, le barrage Suzanne et le barrage Loiselle. L'estimation des coûts pour la réalisation de chacune de ces études est respectivement de **72 000 $**, **57 000 $**, **67 000 $** et **68 000 $**.

Suivez la suite de notre dossier sur la gestion des barrages, la semaine prochaine.

Foodies



Les Jardins de la Fourchette

Cultiver face aux changements climatiques

Pages 18 et 19


LOLA XLV°
RESTAURANT BISTRONOMIQUE
NOUVEAU CHEF ALEXIS LESSARD
& SA BRIGADE
OUVERT
TOUS LES SOIRS DÈS
17H00
LES
SOUPE-TÔT
20%
APPLICABLE SUR DEMANDE
VALIDE DU DIMANCHE AU MERCREDI RÉSERVATIONS ENTRE 5H00-5H15
**NON VALIDE ENTRE LE 26 JUILLET ET LE 6 AOUT
AINSI LES DIMANCHES DE LONG WEEK-END***
LA TABLE DOIT ETRE LIBERÉE POUR LE DEUXIÈME SERVICE À 7H30
RÉSERVATION
206 RUE PRINCIPALE
SAINT-SAUVEUR
WWW.LOLA-45.COM
LOLA 45
LOLA_XLV

>PN09476-1



Photos : Farm's Table





Photo : Frank Studio

Se nourrir de sa région

L'équipe de rédaction – Y a-t-il quelque chose de plus essentiel, et de plus satisfaisant, que se nourrir ? Bien manger fait partie des bonheurs quotidiens. Et lorsqu'on connaît la provenance de nos aliments et les artisans qui les ont cultivés, transformés et préparés, ce bonheur est décuplé. Mais ce lien direct, entre notre assiette, la terre et la communauté qui nous nourrissent, n'est possible que si on mange local.

Revenir à nos racines

Il n'y a pas si longtemps, nos grands-parents et nos arrières-grands-parents devaient cultiver la terre de leurs propres mains pour espérer survivre. Aujourd'hui, il suffit de passer à l'épicerie ou au restaurant pour s'assurer de finir la journée le ventre plein. C'est certainement une avancée, d'avoir accès à une telle abondance et variété d'aliments, à quelques coins de rue de chez nous.

Mais entretemps, la plupart d'entre nous avons perdu contact avec cette terre qui nous nourrit. Trop souvent, cette terre se trouve même à des milliers de kilomètres d'ici !

Heureusement, de plus en plus de citoyens veulent retrouver leurs racines et un lien direct avec ce qu'ils mangent. Des projets de jardins communautaires ou collectifs, de forêts ou de communautés nourricières, poussent un peu partout dans la région. Ils permettent de manger localement, de bâtir une autonomie alimentaire et de renforcer les liens avec ses voisins.

Cela permet de transformer les défis des changements climatiques en opportunités pour avoir une alimentation plus verte, plus adaptée, plus pérenne. Et un environnement plus sain pour les prochaines générations.

Pour ceux qui n'ont pas le pouce vert, il est toujours possible de commencer petit : démarrez un petit jardin d'herbes fraîches, pour enrichir vos plats, ou cuisinez plus souvent, avec des produits simples et en évitant les aliments transformés.

Manger ensemble

Et même pas besoin de se salir les mains pour retrouver ce contact avec notre assiette. Notre belle région est pleine de producteurs passionnés : des agriculteurs qui labourent leur champ, des artisans qui prennent des aliments bruts et les transforment en délices uniques, et des restaurateurs attentifs qui remplissent nos assiettes et nous partagent leur amour de la bonne table.

En passant par eux pour nous nourrir, nous retrouvons cette connexion avec notre territoire et les gens qui l'habitent. En achetant leurs produits et en mangeant à leur table, nous permettons à nos voisins de grandir et de se nourrir à leur tour.

Tout cela crée une communauté plus unie, plus résiliente et plus autonome. Partager de la nourriture et inviter quelqu'un à sa table, n'est-ce pas la meilleure façon de tisser des liens, de se faire de nouveaux amis et de s'assurer que personne n'a faim ?

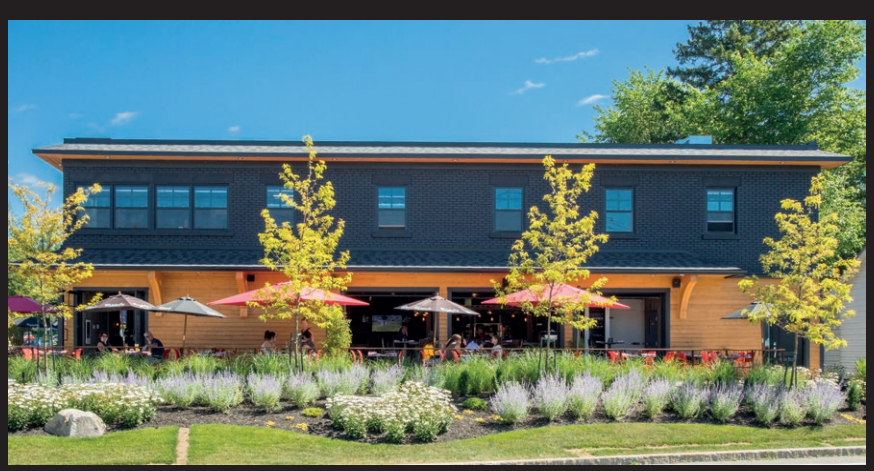
À long terme, cela crée aussi une grande richesse pour nous tous. Au lieu de dépendre du reste du monde pour remplir notre assiette, c'est nous qui produisons assez pour nourrir les autres et faire rayonner notre région et son savoir-faire ailleurs au Québec et même au-delà de ses frontières.

Dans ce cahier spécial Foodies, nous vous présentons quelques-uns de ces artisans locaux, de ces produits qui enrichissent notre assiette, et de ces histoires qui rendent notre communauté mieux nourrie et plus forte.

Bonne lecture !

MICROBRASSERIE
LAURENTIDES
SHAWBRIDGE
QC, CAN.
CHARCUTERIES

VENEZ ESSAYER NOTRE NOUVEAU MENU D'ÉTÉ
ET NOTRE MAGNIFIQUE TERRASSE !











3023 BOUL. DU CURÉ-LABELLE, PRÉVOST, J0R 1T0 | 450-224-1776 | SHAWBRIDGE.CA | SHAWBRIDGE | USINEDUBONVIVANT

>PN09436-1

Mes découvertes du marché

France Poirier – Toutes les semaines, je me rends au marché à Saint-Jérôme et j'y rencontre des gens passionnés et fiers. Je vous présente quelques-unes de mes découvertes.

Photos : France Poirier



Micro-pousse Old Toby's Farm

On peut rencontrer **Mathieu Bastien**, 29 ans, au marché de Saint-Jérôme, mais il fait aussi le marché de Val-David et de Mont-Royal en alternance. Il a commencé à faire de la micro-pousse un peu parce qu'il n'avait pas assez de place pour d'autres cultures. *« J'utilise un espace de 12 pieds carrés chez nous pour y cultiver la micro-pousse. Cette culture a un cycle de 12 à 14 jours. Je plante le mardi et récolte le vendredi de l'autre semaine. Par récolte, je peux faire 1200 $ pour 60 heures de travail plus les frais au marché de 200 $ et 150 $ en frais divers »*, explique Mathieu. Il le fait surtout par passion et croit qu'à long terme, on pourrait nourrir la population d'une meilleure façon. Il échange avec d'autres marchands ses pousses contre des fruits et des légumes. *« J'ai comme ambition de continuer de bien manger. C'est agréable au marché, il y a une belle communauté. »*

Au goût du monde

Alain Auger est fournisseur pour trois différents producteurs. Il est dépositaire des moutardes La Morin fabriquée à Montréal, par un ancien collègue de travail. On retrouve aussi Les produits Da-Ber. Daniel Sarrazin est charcutier et fait ses saucisses de manière artisanale à Saint-André d'Argenteuil. *« Le monsieur est âgé de 77 ans et fait plusieurs variétés de saucisses. Moi j'en fait la distribution. Je distribue aussi les produits Gaspard qui sont des porcelets de lait présentés en différents produits; saucisses, bacon, smoked meat, etc. »*, raconte Alain Auger retraité de l'aviation. *« À la retraite, depuis trois ans, j'ai pris la portion marché de Daniel Sarrazin. J'adore venir au marché. Être à la rencontre des gens, j'adore ça. Durant toute ma carrière de pilote, j'étais dans un cockpit avec la même personne durant des heures. Aujourd'hui, je suis à l'extérieur avec les gens trois jours par semaine, de juin à octobre »*. Il vous fera découvrir des produits québécois.





Champignons Forest

Louis Forest cultive des champignons depuis trois ans et en vit depuis deux ans environ. Ses cultures sont à l'intérieur. Comme il l'explique, ils sont propres puisqu'ils ne poussent pas dans la terre. Ils peuvent aller du marché à directement dans la poêle. Il nous propose plusieurs variétés. Situé à Saint-Hippolyte, il a un bâtiment dédié à sa culture qu'il fait à l'année. Outre le marché de Saint-Jérôme, les restaurateurs et certaines épiceries en dehors de la période des marchés achètent ses produits. *« C'est une culture très technique et j'ai appris en faisant beaucoup d'essais et erreurs. On retrouve plusieurs variétés de pleurotes comme le pleurote rose qui goûte et sent les fruits de mer, mais doit être mangé dans les deux jours au maximum suivant sa récolte. Il y a aussi, par exemple, la crinière de lion qui très prisée par les véganes. On peut s'en faire des steaks la frire dans la poêle ou les effilocher, ce qui donne la texture de la chair de crabe, on peut faire des crabes cakes »*, nous explique-t-il.

Les jardins Russel

Alexandre Russel a commencé à cultiver la terre en 2019 avec un ami. Puis en 2021, il a décidé de continuer seul. Il loue un hectare de terre sur une ferme commu-nautaire à Saint-Roch. *« Mon but serait d'acheter une terre à bois, de la déboiser, cultiver et de me construire une maison »*, nous explique le jeune homme. Il n'est pas certifié bio, mais il cultive sans pesticide et sans engrais de synthèse, c'est sa marque de commerce. *« Avant, je n'étais présent que deux jours. J'ai maintenant un employé qui m'aide et je peux compter sur l'aide de ma mère qui est retraitée. Depuis cette année, je peux dire que je vis de ma production. J'ai plus de produits. Ma première année, on a fait – 4 000 $, la deuxième année on a fait net 4 000 $, la troisième année, j'ai fait 17 000 $ et cette année je vise 30 000 $. »* Alexandre a fait un DEP au Centre de formation agricole de Mirabel. Par la suite, il a fait un DEC à Lionel Groulx en technologie de production horticole et de l'environnement.











Photos : Farm's Table

Les tables champêtres

De la ferme à la table

Marie-Catherine Goudreau - De plus en plus de petites fermes adoptent la formule de *« la ferme à la table »*. Les tables champêtres permettent aux gens de vivre une expérience locale, en dégustant un menu préparé avec des ingrédients qui proviennent directement des récoltes, sur les champs où ils ont été recueillis.

Isabelle Gariépy a démarré son entreprise Farm's Table il y a quelques années. La cheffe cuisinière organise des évènements avec des fermes et des producteurs locaux, et crée un menu à partir des ingrédients produits par ceux-ci. *« J'ai toujours travaillé dans la restauration, mais je ne voulais plus travailler dans les restaurants. L'idée de promouvoir les producteurs locaux me parlait énormé-ment. Malgré les conditions de travail pas toujours facile de ces gens, ils réussissent toujours à offrir des produits de qualité »*, souligne-t-elle.

La formule change à tous les évènements, selon les désirs de chaque ferme. Parfois, d'autres producteurs s'y joignent et participent à un marché fermier.

Les invités peuvent donc découvrir des produits locaux lors de l'évènement, tout en dégustant un bon repas dans les champs. Isabelle peut également faire des mariages avec le même principe de table champêtre.

Une relation avec les fermiers

Un des plus grands défis d'Isabelle est de concevoir le menu de A à Z à partir de ce qui pousse sur la ferme.

« Il n'y a pas de fournisseurs fixes, pas de livraisons, pas de systèmes d'inventaire. Si le producteur n'a pas certain produit, je vais essayer d'en avoir des autres producteurs à proximité », dit-elle.

« J'ai beaucoup de plaisir à être en contact avec les gens et les fermiers », soutient Isabelle. Avec ces derniers, elle peut expérimenter et essayer de nouveaux ingrédients, de nouveaux légumes à faire pousser. *« Puis, les clients sont super contents de découvrir des nouveaux produits. »*

Au final, les tables champêtres sont des soirées de rencontres entre des gens inconnus, qui partagent un bon moment autour d'un délicieux repas, conclut Isabelle.

Un délicieux repas dans les champs

Dans la région, plusieurs fermes et entreprises proposent des tables champêtres tout au long de l'été :

- **Soirée champêtre à la ferme Les Dérangés à Sainte-Adèle le 9 septembre :** Farm's Table se rend chez les Dérangés pour une deuxième fois. Au menu : apéritifs et entrées, visite de la ferme, souper cinq services biologique et local avec accords mets et vin.
- **La Maison de Soma à Mont-Tremblant :** Vous pouvez vous y rendre pour pique-niquer dans les champs des montagnes laurentiennes, avec un bon cidre ou une bonne bouteille de vin. Sur sa terre, la Maison de Soma produit la grande majorité de ses ingrédients.
- **La Cantine Pollen et Nectar de Miels d'Anicet à Mont-Laurier :** Active de juin à août, cette cantine vous invite à déguster une *« cuisine de saison parfumée au miel »*. Elle est située dans leur pavillon extérieur et offre une belle vue sur la montagne du Diable.
- **La Cabane d'à Côté :** Directement dans les vergers et à travers les rangées de pommiers, vous pouvez déguster un délicieux pique-nique préparé par la Cabane d'à Côté, qui fait partie de la cabane Au pied de cochon. Elle prône l'autosuffisance et les produits fermiers locaux.





Jardins de la Fourchette

Une agriculture de qualité et de proximité

Marie-Catherine Goudreau - Il fait 30 degrés Celsius dehors en cette première semaine de juillet, mais le ressenti dans le champ est d'au moins 40 degrés. *« C'est une année particulièrement difficile. On a eu un printemps inondé et un été super sec, avec des gros orages. Ce sont des pointes qui complexifient le travail chaque fois »,* soutient Léandre Raymond-Desjardins, propriétaire de la ferme maraîchère les Jardins de la Fourchette à Mirabel. Mais ces températures difficiles ne l'arrêtent pas, car sa passion peut surmonter bien des épreuves.

Léandre a baigné longtemps dans le domaine de la restauration en tant que cuisinier. Il est donc habitué à des conditions de travail difficiles.

« Je travaillais dans un restaurant qui utilisait beaucoup des produits locaux. Ça m'a ouvert les yeux sur la qualité des produits des travailleurs agricoles d'ici. Je voulais être de ce côté-là de la chaîne », raconte-t-il. Ainsi, souhaitant se rapprocher de la production de légumes et de la terre, il a quitté le milieu pour aller travailler à la Ferme des Quatre-Temps. Celle-ci forme des agriculteurs selon les principes de l'agriculture *« biointensive »*. Il s'agit d'un système de culture permettant d'obtenir plus de rendement sur des petites surfaces.

Celui qui a grandi sur une ferme de foin avec des parents éleveurs de chevaux de course était en terrain connu lorsqu'il a démarré sa ferme en 2020. Il loue donc la terre familiale pour son entreprise. *« C'est tellement dur avoir une terre agricole en ce moment. Si je n'avais pas eu cette opportunité, je n'aurais pas réussi à démarrer ma ferme »,* dit-il. Après une première année à partir de zéro, il a aujourd'hui deux employés qui travaillent à la ferme, en plus de sa conjointe qui l'aide.

Une agriculture responsable

« L'environnement, c'est au coeur de nos valeurs », souligne Léandre. Mais sous ses yeux de cuisiniers, sa priorité était surtout d'avoir des produits de qualité, et cela passe par la production à petite échelle, croit-il. Il allait donc de soi de suivre les pratiques biologiques et écoresponsables lorsqu'il a démarré ce projet.

Il a d'ailleurs obtenu une certification biologique Québec Vrai en mai dernier. Le maraîcher suit également les principes de l'agriculture régénératrice. Selon lui, il s'agit de donner plus à la nature que ce que tu lui en demandes.

> « Il y a quelque chose de vraiment gratifiant dans le fait de faire pousser des légumes pour nourrir les gens. »
>
> *- Léandre Raymond-Desjardins*

« Par exemple, on évite de labourer, on essaie de favoriser l'émancipation des microorganismes dans le sol, de ne pas changer les strates de sols, etc. »

OLYNICKS
POISSONNERIE - BISTRO

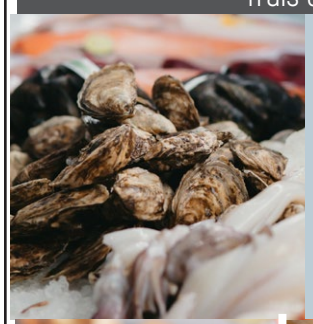


SERVICE DE TRAITEUR CHEZ VOUS maintenant disponible

Profitez de notre terrasse



Olynicks est une famille d'ici qui adore partager sa passion des poissons, des fruits de mer et des produits frais de qualité supérieure ainsi qu'une expérience culinaire incomparable!



POISSONNERIE COMPLÈTE

Grande variété de :
PRODUITS FRAIS et CONGELÉS
Saumon - Thon - Morue - Crevettes - Pieuvre - Moules - Huitres - Homard

PLATS PRÉPARÉS
Tartares - Fish & Chips - Calmars frits - Tataki

PLATEAU DE FRUITS DE MER
à déguster sur place ou à emporter







RÉSERVATIONS
450 227-6436
POISSONNERIEOLYNICKS.CA
50 avenue de la Gare,
Saint-Sauveur J0R 1R6

>PN09474-1





Photos : Marie-Catherine Goudreau





« Au lieu de se battre contre les écosystèmes, on essaie de venir s'imbriquer, comme des engrenages, pour y contribuer », explique l'agriculteur.

Il utilise aussi la pratique des *« planches permanentes ». « Le but de cette pratique est de préserver la structure du sol en évitant de le labourer en profondeur et de retourner les couches du sol. Cela a pour effet de bouleverser l'écosystème, dont celui de nos précieux amis les vers de terre »*, peut-on lire sur le site web.

Un métier difficile et stimulant à la fois

« Autant que ce métier est difficile, autant qu'il est passionnant et ultra stimulant. On en apprend tous les jours et on ne s'ennuie jamais. Mais il faut aimer relever des défis. Il y a quelque chose de vraiment gratifiant dans le fait de faire pousser des légumes pour nourrir les gens », dit-il.

Les changements climatiques ajoutent une difficulté supplémentaire au domaine, qui dépend principalement de la température. *« On a atteint un record hier avec la température la plus élevée jamais enregistré sur la Terre. Des feux de forêts et des inondations, il va en avoir encore plus »*, déplore Léandre.

« Ce qui est rassurant, c'est qu'on a l'impression de travailler à limiter les changements climatiques. Mais en même temps, on les subit de plein fouet », affirme-t-il.

Un des autres grands défis, c'est la distribution des légumes. Ainsi, Léandre opte pour plusieurs options pour vendre ses produits. Il se rend dans des marchés, propose une formule d'abonnement à des paniers avec le Réseau des fermiers de famille, puis vend aussi ses légumes à des restaurants. *« Pour l'instant, ce sont des restaurants à Montréal et Laval, mais j'aimerais bien distribuer à certains des Laurentides. »*

Par chance, Léandre peut compter sur des clients fidèles qui reviennent au poste chaque année.

Où trouver les produits des Jardins de la Fourchette ?

- Les dimanches de 9 h à 13 h au marché de Sainte-Marguerite-du-Lac-Masson
- Les vendredis de 9 h à 18 h au marché Jean-Talon à Montréal
- Brasserie Herman à Prévost : Les jeudis en formule 5 à 7
- Abonnement aux paniers aux points de ramassage suivants :
  - Sur place à la ferme à Saint-Janvier (Mirabel)
  - Le P'tit magasin à Saint-Sauveur
  - Cégep de Saint-Jérôme

Pour plus de détails, visitez leur site web.



Dirty Devil Vodka

La pureté du goût



Simon Cordeau – Lorsqu'on produit des spiritueux, il est difficile de faire sa place sur les tablettes... et de la garder ! C'est pourquoi *Dirty Devil Vodka* offre un produit unique, explique l'entrepreneur de Morin-Heights François Tremblay, président et fondateur de Spiritueux St-Lucifer.

Sa vodka est la seule au monde à être mélangée à de l'eau hyper-oxygénée, grâce à un processus breveté. ***« Les nano-bulles d'oxygène vont chercher les impuretés de l'alcool. Ça rend son velouté unique. Notre vodka est très, très douce au nez et à la bouche. C'est ce qui nous démarque. »*** Elle est aussi distillée cinq fois et filtrée trois fois, pour rehausser cette douceur. Enfin, elle est faite à base de maïs. ***« Ça lui donne un goût un peu plus sucré et épicé, comparé aux vodkas à base de pomme de terre. »***





Photo : Courtoisie

Prendre les bons risques

L'entrepreneur de Morin-Heights a aussi lancé *La Dolce Vita Seltzer*, le premier seltzer québécois.

« Le marché du prêt-à-boire est très difficile. Depuis les deux dernières années, il y a beaucoup de gros joueurs américains. Et la saison est tellement courte au Québec. Il y a eu de la pluie les trois derniers samedis... Donc pour le moment, on se concentre sur la vodka », confie M. Tremblay.

L'entrepreneur a d'ailleurs un modèle d'affaires différent des microdistilleries québécoises pour *Dirty Devil Vodka*. Toute l'opération, comme l'administration, l'entrepôt et les ventes, est établie à Morin-Heights. Mais la vodka, elle, est produite à Cowansville en Estrie, en sous-traitance.

« Ça nous permet d'investir notre énergie et notre argent dans la mise en marché, et ça diminue le risque. » M. Tremblay donne l'exemple de la Distillerie du St. Laurent, qui a dû se placer sous la protection de la Loi sur la faillite et l'insolvabilité, en mars dernier. ***« C'est un produit phare, l'un des premiers gins au Québec. Ils avaient investi beaucoup dans l'équipement. Et probablement que les taux d'intérêt ont fait très mal. »*** Aussi, la plupart des microdistilleries qui ont leur propre équipement ne produisent que quelques jours par mois. En faisant affaires avec un sous-traitant qui utilise ses équipements ***« à plein »***, cela permet à la vodka d'être ***« très compétitive »***, explique M. Tremblay.

Comme *Dirty Devil Vodka* est produite pour plusieurs marchés, cela assure aussi un produit identique à chaque fois. ***« Ce n'est pas toujours le cas pour les microdistilleries. Certaines se font refuser des produits par la SAQ, parce qu'il y a des variations. Nous, on n'a jamais eu ce problème. »*** L'entrepreneur souligne que son modèle d'affaires n'est pas unique : Red Bull, par exemple, fait de même. ***« J'ai beaucoup d'admiration pour les vrais artisans. Il y a des petits produits extraordinaires, mais ce n'est pas toujours rentable. C'est un choix à faire, et nous, on met l'accent sur la rentabilité. On a des gros objectifs, et on y va pas à pas. »***

Un pas à la fois

Toutefois, même avec un produit unique, il faut investir beaucoup en marketing pour se faire connaître, ici comme ailleurs. ***« C'est un énorme marché, la vodka. C'est bien beau être sur les tablettes, mais il faut que ça se vende. »*** Grâce à des dégustations en succursale de la SAQ et des ententes avec des restaurateurs, M. Tremblay fait connaître son produit. ***« On est la seule vodka québécoise sur le listing de LCBO, en Ontario. C'est très difficile : ils nous donnent six mois pour faire des chiffres. Sinon, ils nous enlèvent du listing. Nous, on a réussi »***, raconte l'entrepreneur.

En plus du Québec et de l'Ontario, *Dirty Devil Vodka* est vendue sur la Côte Est américaine jusqu'en Floride, et maintenant au Mexique, se réjouit M. Tremblay. Elle sera aussi la vodka officielle du tournoi de tennis Omnium Banque nationale, en août à Montréal et à Toronto. ***« On est très fiers. On aura un très grand espace cocktail à Montréal. »***





Hydration à go

David Goudreau - Fa' chaud, fa' beau, fa' soif ! Température de rêve au moment d'écrire ces lignes, pour se reposer sur une terrasse, sur le bord d'un lac ou en pleine nature. L'été est enfin arrivé, presque en canicule déjà. Je me prépare pour un week-end d'activités extérieures, mais aussi un week-end de dégustation de nouvelles bières. Mon dévolu, cette fois-ci, se jettera sur la fraîcheur, sur les saveurs estivales et sur des bières saisonnières, fraîchement sorties de nos brasseries favorites.



Herman - Morse - IPA 6,5 %

On part ça avec la nouvelle brasserie, située à Prévost, tout près du P'tit Train du Nord. Bière parfaite pour l'apéro, elle descend bien, avec un nez excessivement agréable et une couleur tropicalement grandiose. C'est leur première IPA et ça nous fait un bien fou. Pas qu'on était tanné de leur pale ale, mais on avait très hâte de voir quelque chose d'encore plus costaud et sportif, et nous y sommes. C'est une bière doucement amère, mais qui explose d'arômes de fruits tropicaux, d'abricots et de zeste d'agrumes. Ça se boit hyper bien avec un coucher de soleil, ou une playlist québécoise d'artistes émergents !

Herman impressionne grandement depuis leur entrée sur la scène brassicole, tant au niveau de leur lager que de leurs bières houblonnées. Ils en sont à leur septième mois d'existence et ça ne dérougit pas - une myriade de nouvelles bières, une nouvelle terrasse et des événements sporadiques pendant les fins de semaine. Si vous avez la chance de mettre la main sur une de leurs bières sûres aux fruits, n'hésitez pas !



St-Pancrace - Saison des Sentiers - Grisette 4 %

On continue notre dégustation avec une petite grisette : alcool faible, hydratation élevée. Ça nous vient de la microbrasserie St-Pancrace, établie à Baie-Comeau depuis maintenant 10 ans. La micro nous propose de superbes bières depuis maintenant une décennie, allant de lagers bien travaillées à des sûres utilisant des fruits de notre province.

La ***Saison des sentiers***, bière brassée en collaboration avec Alexis le Randonneur, est un peu comme une blanche mais avec des notes légèrement épicées, caractère propre à la plupart des levures de saison. Grande buvabilité, léger côté citronné - avec un mixte assez adéquat d'houblons biens caractéristiques : Simco et Mandarina Bavaria. On est sur une finale assez sèche en fin de bouche, quelques notes légèrement poivrées, vraiment agréables.

Évidemment, ça se boit super bien avec une randonnée, dans notre magnifique région.

Ce que j'aime de ce genre de bières, tant au niveau de la IPA que de la grisette, c'est qu'elles nous permettent d'apprécier à quel point nous pouvons aller dans des gammes de goûts, de textures et d'odeurs complètement différentes, en l'instant d'une dégustation.

En terminant, je vous conseille aussi de rester à l'affût de l'arrivée des produits saisonniers, faits avec des fruits ou aromates de notre terroir. De plus en plus, les microbrasseries s'amusent dans ces terrains de jeux et c'est du pur bonheur pour nous, goûteurs.

Bonne dégust' !



Sous les oliviers
Salon de dégustation

40 VARIÉTÉS
D'HUILES D'OLIVE
ET DE
VINAIGRES BALSAMIQUES
DE HAUTE QUALITÉ

LA GOURMANDISE EST UN TRÈS JOLI DÉFAUT!

186 RUE PRINCIPALE, SAINT-SAUVEUR 450-227-0292 SOUSLESOLIVIERS.CA



>PN09473-1

La forêt, notre premier garde-manger

Ève Ménard - Nos forêts et même nos gazons regorgent de plantes comestibles qui peuvent bonifier – voire constituer – nos repas. Ariane Paré-Le Gal, copropriétaire de l'entreprise Gourmet Sauvage, souhaite qu'on regagne confiance en la cueillette sauvage,qui favorise une alimentation nutritive, écoresponsable et locale.



Une salade de fraises, tomates et livèche.



Se reconnecter au territoire

Jeune, Ariane apprend déjà à se nourrir du terroir. En camping ou au chalet, son père l'amène avec lui dans la forêt.

« On cueillait ici et là des choses qui venaient compléter notre repas ou qui le composaient carrément. J'ai grandi en pensant que c'était normal d'avoir des patates en chapelet dans l'assiette et d'avoir des petits fruits plutôt que des bananes dans ma boîte à lunch », se rappelle celle qui a maintenant repris les rênes de l'entreprise fondée par son père il y a 31 ans.

Or, cette connaissance du territoire s'est perdue au fil des générations. On a plutôt appris à craindre la forêt et la cueillette. *« On s'est tellement fait dire que c'est dangereux, qu'on pourrait s'empoisonner et qu'il fallait faire attention »*, remarque Ariane Paré-Le Gal. Pourtant, la forêt, c'est notre *« maison originelle »* et *« notre premier garde-manger »*, rappelle la cueilleuse.

Se faire une salade à même sa pelouse

Il existe des dizaines et des dizaines de plantes comestibles dans les Laurentides. Seulement dans notre pelouse, on en retrouve une trentaine. Ariane Paré-Le Gal donne l'exemple de la feuille de violette, qui *« n'est pas très gouteuse, mais qui donne beaucoup de volume dans une salade »*. Il y a aussi l'orpin, qui est *« croquant et bien juteux »*.

Tous les conifères sont également comestibles, sauf l'if du Canada, précise la copropriétaire de Gourmet Sauvage. Avec du pin, de l'épinette ou encore du sapin, on peut créer des vinaigres ou des miels aromatisés. On peut aussi utiliser de la poudre d'épinette dans un gâteau ou pour assaisonner de la viande.

Pour une alimentation plus nutritive

Non seulement les plantes sont-elles comestibles, mais plusieurs d'entre elles sont aussi beaucoup plus nutritives que ce que l'on retrouve dans notre alimentation régulière. *« Lorsqu'on achète au supermarché, les variétés ont été sélectionnées pour être plus facilement transportables, pour avoir une durée de vie en tablette ou pour mûrir en même temps. Mais ça s'est fait beaucoup au détriment de la valeur nutritive des aliments »*, déplore la cueilleuse.

« La tomate a perdu 70 % de sa valeur nutritive depuis les années 1960. Imaginez tout ce qu'on a perdu dans notre alimentation depuis le temps qu'on mangeait en forêt », ajoute-t-elle.

Manger à partir de ce qu'on cueille dans son environnement n'a pas besoin de mobiliser trop de temps ou d'énergie. *« Laisser pousser les pissenlits sur son gazon et l'intégrer dans sa salade à tous les jours, ce n'est pas beaucoup de travail. Et c'est un grand facteur de changement au niveau de la santé »*, indique Ariane Paré-Le Gal.

La cueillette comme prétexte

Il arrive que des gens émettent des doutes concernant la cueillette. Ils se demandent si on ne devrait pas laisser la forêt tranquille. Ariane Paré-Le Gal n'est pas de cet avis. Au contraire, elle croit que la cueillette permet aux personnes qui la pratiquent de devenir plus conscients de leur environnement et sensibles à celui-ci.



Mercredi 12 juillet - Spectacle d'humour

Venez assister au premier spectacle d'humour avec nul autre que David Vadeboncoeur comme animateur! Première partie Cédric Bergeron, Pat Savard, Fannie Gervais. Chronique Cédric le Wong St-Onges. En tête d'affiche Jerr Allain. **Le spectacle débutera à 19h30** et un **souper BBQ** aura lieu juste avant!

20,00$

Vendredi 14 juillet - Spectacle extérieur - Les Roadies

Cette semaine, on accueille Les Roadies sur notre terrasse pour une soirée qui promet.
Amène ta gang profiter d'une bonne bière! Le Bistro sera ouvert dès midi.







Crédit : Kim Gauthier

« Il ne faut pas laisser la forêt tranquille, parce que si on s'en coupe, on n'est pas capable de la comprendre. Les gens qui sont éduqués à la cueillette sont des gardiens de la forêt. Ils ont appris à la connaître, à l'aimer, et donc, à la protéger. Mais quelqu'un qui débarque de la ville et qui a grandi sur le béton, s'il regarde un terrain, ça ne le dérangera pas si un nouveau condo se construit, puisqu'il n'a pas de relation au territoire. La relation au territoire, il faut la créer à partir de quelque chose. La cueillette, c'est un très beau point de départ », conclut la cueilleuse.



Crédit : Gourmet Sauvage

Recette

Trempette de chou gras

Ingrédients

2 gousses d'ail émincées

¼ c. à thé de paprika

¼ c. à thé de sumac d'ici

Huile d'olive

4 tasses de feuilles fraîches de chou gras

Sel (ou les herbes salées que vous avez faites)

1 tasse de yogourt grec gras

Faire chauffer un peu d'huile et revenir l'ail dans la poêle 2 minutes puis ajouter le paprika, saler. Réserver. Faire cuire les feuilles de chou gras à la vapeur, réserver et laisser refroidir. Les hacher finement. Mélanger le yogourt, des herbes salées au goût, puis le chou gras. Étaler dans une assiette, ajouter la garniture d'ail au paprika et des fraîcheurs fleuries en décoration. Servir avec les pitas ou des craquelins.

Source: Ariane Paré-Le Gal, Gourmet Sauvage

Pour aller plus loin

Gourmet Sauvage offre une centaine de produits sauvages cueillis à la main dans toutes les régions du Québec et transformés de façon artisanale dans les Laurentides. On y retrouve de la moutarde aux champignons sauvages, de la configure de mûres sauvages, du sirop de sapin artisanal, une salsa sauvage aux asclépiades, etc. Pour se familiariser à la cueillette sauvage responsable, l'entreprise offre également des ateliers, de mai à septembre. Ceux-ci sont déjà complets. Le calendrier sort habituellement au mois de février.

Parmi les livres de références, on retrouve *Forêt : Identifier, cueillir, cuisiner.* Co-écrit par Ariane Paré-Le Gal et son père, Gérald Le Gal, ce guide permet d'identifier et de découvrir tous les trésors de notre terroir sauvage. Il contient également de nombreuses recettes pour bien apprêter ses trouvailles. Le livre *Cueillir la forêt* est pour sa part un complément compact conçu pour accompagner le lecteur sur le terrain. Il propose plus de 100 fiches détaillées et plus de 300 photographies de plantes sauvages à différentes étapes de leur croissance afin de faciliter l'identification et la cueillette.



Laurentides

Eh oui, ça pousse ici !

Aurélie Moulun - Si l'on met de côté les pommes, les fraises et les tomates, par exemple, saviez-vous que l'on fait pousser des noix, des champignons et même… des fruits exotiques dans les Laurentides ?

Au pays des noix !

À Ferme-Neuve, la ferme Jolies Mi-Noix se spécialise dans la culture de deux types de noix : les noix de noyers cendrés et celles de noyers noirs !

« Le noyer noir est bien adapté au climat du sud du Québec. Il est très apprécié pour le goût unique de ses noix, la qualité et la beauté de son bois et sa valeur ornementale. Le noyer noir peut vivre 250 ans et atteindre 30 mètres de haut. Le noyer cendré a une durée de vie plus courte, à savoir moins de 75 ans », indique d'ailleurs l'entreprise sur son site internet.

Ces noix sont d'ailleurs reconnues pour être particulièrement dures. C'est pourquoi l'extraction de la noix de sa coque nécessite un outil de cassage particulier. Les noix de noyers noirs et de noyers cendrés peuvent être trouvées auprès de différents marchands. Visitez le site internet de Jolies Mi-Noix pour connaître tous les points de vente de l'entreprise.





Photos : Facebook/JoliesMiNoixHL

Des bananiers et citronniers… dans les Laurentides ?

Bien que cela semble surprenant, c'est pourtant vrai : on fait pousser des bananiers dans les Laurentides ! Les Serres Arundel, situées près de Mont-Tremblant, se spécialisent, entre autres, dans la culture de fruitiers exotiques.

Leur production en serre permet à l'entreprise de faire pousser notamment des bananiers, des figuiers, des citronniers, des papayers, des caféiers et même des plants d'ananas ! Les Serres Arundel procèdent d'ailleurs à la vente de ces plants. Avoir un bananier dans votre salon, ça vous dit ?

L'entreprise offre d'ailleurs divers produits fabriqués à partir des fruits qu'elle cultive au sein de ses 90 000 pieds carrés de serres. Pour tous les détails sur les différents produits offerts, visitez le site internet des Serres Arundel.



Par Sous les Oliviers



Burrata à la pancetta – 4 portions

Ingrédients

1 baguette de pain en tranches

3 c. à soupe de fleur d'ail hachée

1/4 tasse d'huile d'olive infusée à l'ail

Fleur de sel

3 c. à soupe de noix de pin

1/2 tasse de pancetta en petits cubes

2 tasses de tomates cerises variées coupées en deux

2 c. à soupe de basilic frais haché finement

1 c. à soupe d'huile d'olive infusée au basilic

1 c. à soupe de vinaigre de vin cépage italien Lambrusco

1 c. à soupe de vinaigre balsamique Signature Modena

1 burrata fraîche

Préparation

1. Préchauffer le four à 200 (400).

2. Dans un bol, mélanger l'huile d'olive infusée à l'ail et la fleur d'ail. Badigeonner sur les tranches de pain et ajouter un peu de fleur de sel. Faire griller au four légèrement.

3. Dans une poêle, faire revenir les noix de pin quelques instants sans huile et retirer du feu dès qu'elles commencent à dorer. Réserver dans un petit bol.

4. Faire revenir les cubes de pancetta dans la même poêle et les faire griller. Réserver.

5. Dans un bol, déposer les tomates cerises et ajouter l'huile d'olive infusée au basilic, le vinaigre de vin cépage italien Lambrusco et le vinaigre balsamique Signature Modena.

6. Déposer la burrata au centre d'une assiette. Ajouter les tomates, la pancetta, les noix de pin, le basilic frais et saupoudrer de fleur de sel.



Encore plus de stationnements incitatifs dans les Laurentides

Ève Ménard – Le CRE des Laurentides entame la deuxième phase du réseau de stationnements incitatifs. Cette fois, l'organisme s'attaque aux MRC de La Rivière-du-Nord, de Mirabel et d'Argenteuil.

À terme, l'objectif est d'offrir des stationnements incitatifs sur l'ensemble du territoire des Laurentides. La première phase du projet, lancé à l'automne 2022, s'était d'abord concentrée sur les MRC d'Antoine-Labelle, des Laurentides et des Pays-d'en-Haut. Une vingtaine d'espaces de stationnement et près d'une cinquantaine de cases sont déjà offertes. Ces stationnements sont gratuits et les cases disponibles sont souvent identifiés par une affiche.

Augmenter l'offre

Le projet vise à faciliter l'accès aux services de transport en commun, à favoriser le covoiturage et à diversifier les options de mobilité. Ainsi, si une personne souhaite prendre l'autobus, mais que l'arrêt est trop éloigné de sa résidence, alors elle peut stationner sa voiture dans l'un des stationnements incitatifs pour la journée. Une carte interactive disponible sur le site web du CRE des Laurentides recense d'ailleurs les espaces de stationnement offerts. On y retrouve le Théâtre du Marais à Val-Morin, le parc Gilbert-Aubin à Piedmont, l'hôtel de ville à Saint-Sauveur, le terrain de soccer des Clos prévostois à Prévost, etc.

La deuxième phase vise maintenant à augmenter le nombre d'espaces de stationnement, souligne Anne-Sophie Monat, directrice adjointe au CRE des Laurentides. Pour y arriver, l'organisation entre d'abord en contact avec les municipalités locales et les organismes de transport collectif pour connaître les stationnements existants, les disponibilités et les besoins. Si nécessaire, les propriétaires de stationnements privés sont également contactés, sensibilisés à la cause et invités à partager quelques cases de stationnement pour compléter le réseau.

Bien que les efforts soient maintenant axés sur les MRC de La Rivière-du-Nord, de Mirabel et d'Argenteuil, l'initiative est ouverte à tous, souligne Mme Monat.

Rentabiliser des espaces sous-utilisés

Les stationnements existants ont aussi des impacts environnementaux importants. Étant des surfaces minéralisées et très peu végétalisées, ils participent à la création d'îlots de chaleur et augmentent le ruissellement de surface en cas de fortes pluies. Pour le CRE des Laurentides, il est donc indispensable de rentabiliser ces espaces et d'éviter d'en construire de nouveaux. *« Tant qu'à avoir ces espaces bétonnés qui ont des impacts, on veut qu'ils soient utilisés au maximum de leur capacité »*, souligne Anne-Sophie Monat.



Les cases de stationnement disponibles sont souvent identifiées par une affiche.

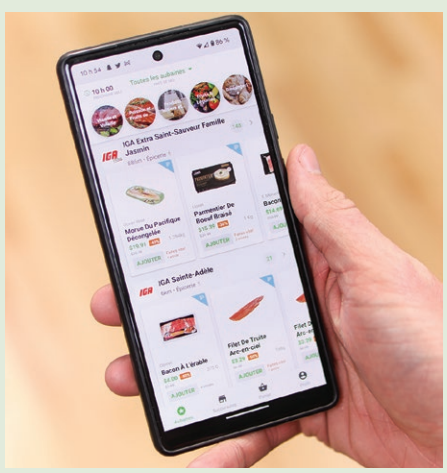
Photo : Courtoisie

D'ailleurs, ces espaces sont souvent sous-utilisés. *« Il y a des commerces dont le stationnement est presque vide en journée et seulement utilisé les soirs ou les fins de semaine »*, indique la directrice adjointe au CRE des Laurentides. Cette dernière donne également l'exemple des centres sportifs. *« Tant qu'à avoir ces espaces-là, aussi bien les utiliser. Et ça vient aussi compenser leurs impacts »*.

La deuxième phase sera complétée pour l'automne 2023. Puis, la dernière phase du projet se terminera à l'été 2024. Elle visera les deux dernières MRC de la région : Deux-Montagnes et Thérèse-De Blainville.

Des applications au secours des aliments invendus

Charles Séguin – Au Canada, près du tiers de la nourriture est perdue ou gaspillée tout au long de la chaîne de production alimentaire. À l'ère de l'inflation, de la réduflation et de la crise climatique, cette statistique peut sembler absurde. Les applications de réduction du gaspillage alimentaire pourraient vous aider à sauver des aliments de l'enfouissement, tout en ménageant votre portefeuille.



Le concept est simple. Les épiciers, marchands et restaurateurs y inscrivent leurs produits qui ne se qualifient plus pour être sur leurs tablettes, soit parce qu'ils sont moches, soit parce qu'ils se rapprochent de leur date de péremption. Vous faites un tour sur l'application, vous achetez des aliments à cuisiner rapidement ou à congeler pour plus tard et vous économisez jusqu'à 60 %. Bâtissez le reste de l'épicerie en fonction des aubaines de la semaine.

Si ces applis sont bien implantées en ville, l'offre est encore frileuse dans les Laurentides. Avec nos très nombreux marchands locaux, ce concept est loin d'avoir atteint son plein potentiel dans la région.

Les applis à télécharger

Les épiceries Maxi et Provigo sont associées à l'application *Flashfood* pour liquider leurs invendus. Des marchés à Sainte-Agathe-des-Monts, Saint-Sauveur et Saint-Jérôme sont inscrits. La date de péremption est indiquée sous chaque produit, ce qui facilite le magasinage et la planification des repas de la semaine.

L'offre de produits semble limitée. Au moment où ces lignes étaient écrites, moins d'une vingtaine de produits étaient trouvables dans les supermarchés des Laurentides. Un petit tour sur l'application avant d'aller à l'épicerie peut tout de même valoir la peine pour dénicher quelques aubaines.

L'application *Too Good To Go*, quant à elle, est très populaire à Montréal. Elle regroupe des épiceries, marchands spécialisés, restaurants et dépanneurs locaux et son inscription est gratuite. On peut ramasser un panier surprise de produits de boulangerie ou un sac rempli de produits d'épicerie divers pour un prix fixe. De nombreux ménages construisent leur menu de la semaine autour du contenu de ces paniers.

Dans les Laurentides, l'offre est encore limitée à quelques restaurants et dépanneurs.

On l'a essayé!

J'ai moi-même testé l'application dont l'offre est la plus intéressante dans les Laurentides pour le moment : *Food Hero*. Elle est associée aux chaînes Métro et IGA, entre autres.

D'abord, l'offre varie beaucoup. Certains supermarchés proposent plus de 600 produits alors que d'autres se limitent à une faible vingtaine.

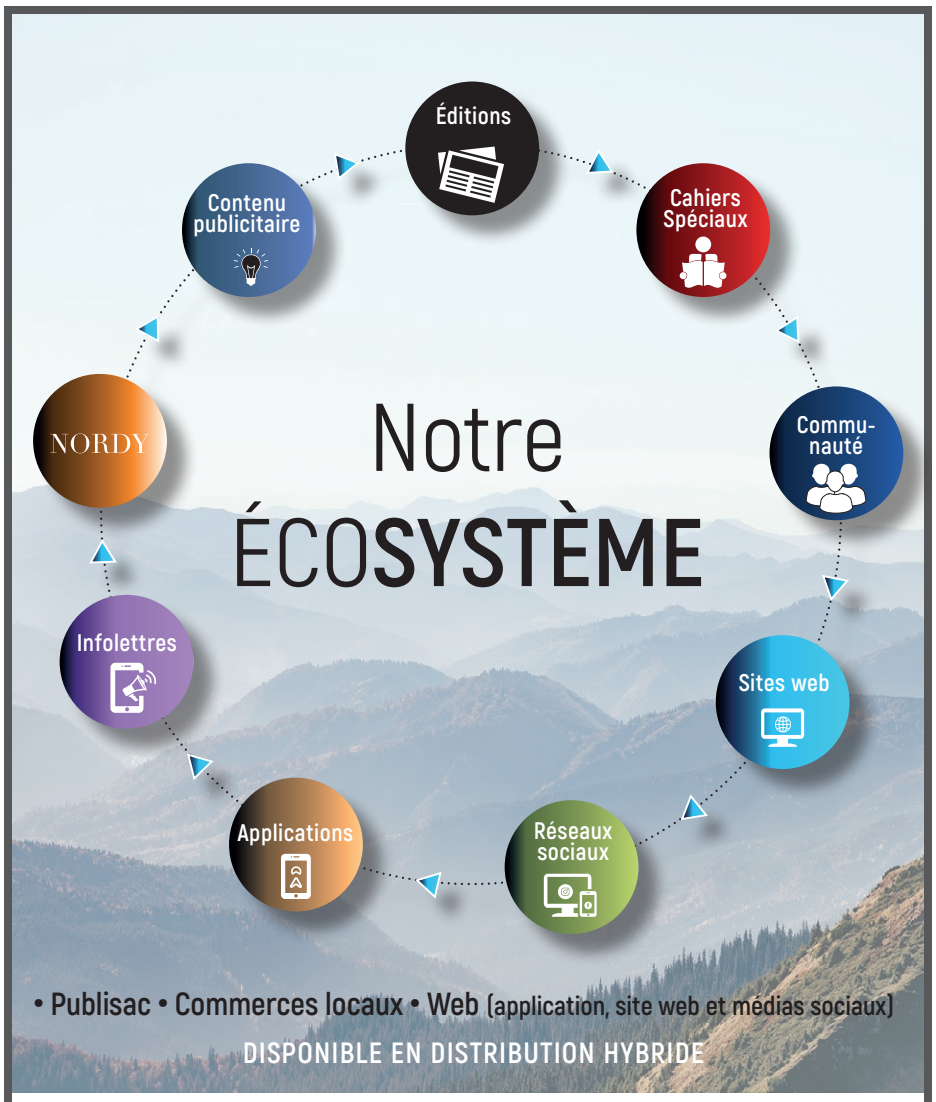
Au IGA où j'ai passé ma commande, 152 produits étaient disponibles. Une variété impressionnante de viandes était à 30 % de réduction. Un choix de poissons, de fruits de mer, de produits de boulangerie et de prêt-à-manger complétait la sélection.

Tous les produits ont été congelés avant leur date de péremption et sont, selon l'application, *« aptes à la consommation pour au moins 90 jours »* pour autant qu'ils demeurent congelés. Bon nombre de familles ont pour habitude de congeler les produits aussitôt achetés pour allonger leur durée de vie. Pourquoi ne pas les acheter déjà congelés, à prix réduit ? Il est cependant dommage de ne pas avoir accès à des produits frais.

Mon magasinage sur l'application était intuitif et facile. Au comptoir de cueillette cependant, le service m'a semblé mal rodé. Ma commande n'avait pas été préparée dans les délais convenus et les employés n'étaient même pas au courant de l'existence du service. Il aura fallu 30 minutes pour que mes trois items congelés se retrouvent dans mon panier.

Je suis quand même sorti du supermarché avec la fierté d'avoir sauvé quelques aliments et économisé quelques dollars.

Ces applis ont fait leurs preuves. En 2021, *Too Good To Go* a permis de sauver près de 53 millions de repas dans le monde. Les Laurentides sont riches de commerces et de marchands locaux. Emboîteront-ils le pas ?



Journal Le nord

PRÈS DE CHEZ VOUS!

SAINT-JÉRÔME
5 Saveurs
2160, boul. du Curé-Labelle, St-Jérôme
IGA extra
2012, rue St-Georges, St-Jérôme
Mayrand Entrepôt d'Alimentation
400, rue Lamontagne St-Jérôme
Super C
105, boul. Roland-Godard, St-Jérôme
MAXI St-Jérôme
900, boul. Grignon, St-Jérôme
Marché Populaire Saint-Jérôme
450 rue Ouimet, St-Jérôme
Brunet L. Raymond et A. St-Germain
1950 boul. Curé-Labelle St-Jérôme
Brunet J. Normand
450, boul. Monseigneur-Dubois St-Jérôme
Familiprix Extra
2012, rue St-Georges, St-Jérôme
La Maison des Parents du Québec
179, rue St-Georges, St-Jérôme
Théatre Gilles Vigneault
118, de la Gare, St-Jérôme
Maison de la Culture
101, place du Curé-Labelle, St-Jérôme
Cégep de Saint-Jérôme
455 Rue Fournier, Saint-Jérôme
Fromagerie Mirabel
150 boul. Lachapelle, St-Jérôme
Hôpital Régional de St-Jérôme
290 rue De Montigny, St-Jérôme
Tigre Géant
1950 boul. du Curé-Labelle, St-Jérôme
Metro Plus Thibault
430 rue Mgr Dubois, St-Jérôme

BELLEFEUILLE
Les Marchés Tradition Bellefeuille Ltée
1004, boul. de la Salette, Bellefeuille
Boucherie des Chênes
990, boul. de la Salette, Bellefeuille
IGA Extra Marché Robert Tellier 1990 inc.
1085, boul. Roland-Godard, Bellefeuille

ST-ANTOINE
Maxi St-Antoine
500, boul. Laurentides, St-Antoine
Au Toit Rouge
833 boul. Saint-Antoine, St-Antoine
Proxim
555 boul. Saint-Antoine, St-Antoine
Familiprix Extra
1440 boul. Saint-Antoine, St-Antoine
IGA Extra Jean Martin
1430 boul. Saint-Antoine, St-Antoine
Metro Plus Thibault
633 boul. des Laurentides St-Antoine
Brunet
500 boul. des Laurentides, St-Jérôme
Bingo des Laurentides
500 boul. des Laurentides, St-Jérôme

PRÉVOST
IGA Express Famille Piché
2900, boul, du Curé-Labelle, Prévost
IGA Extra Piché
2635, boul. du Curé Labelle, Prévost
PJC Jean Coutu
2987, boul. du Curé Labelle, Prévost
Pharmacie Jean Coutu
2627, boul. curé-Labelle, Prévost
Metro Plus Thibault
2989 boul. du Curé-Labelle, Prévost

SAINTE-SOPHIE
Marche GJ Papineau Ltee
630, rue de New Glasgow, Ste-Sophie
Metro Plus Thibault
2380 Ste-Sophie, Sainte-Sophie
Familiprix Extra
2215 boul. Ste-Sophie, Ste-Sophie
PJC Jean Coutu
2370, boul. Ste Sophie, Ste-Sophie
Marché Express Ultramar
2439, Boulevard Ste-Sophie, Ste-Sophie
Les Fromagiers de la Table Ronde
317, boul. Ste Sophie, Ste-Sophie
Ultramar
2439, boul. Ste-Sophie, Ste-Sophie

ST-COLOMBAN
Proxim pharmacie affiliée
347, Montée de l'Église, St-Colomban
PÉTRO CANADA
343, Montée St-Nicolas, St-Colomban

ST-HIPPOLYTE
Marché Tradition St-Hippolyte Inc.
2280, Ch., des Hauteurs, St-Hippolyte
Familiprix Extra
780, Ch., des Hauteurs, St-Hippolyte
Dépanneur Marché Du Coin
229, Ch. du Lac-Connelly, St-Hippolyte
IGA Extra St-Onge
560, Ch. des Hauteurs, St-Hippolyte

ST-CANUT
Uniprix Thomas-Ugo Deschênes
13900, rue Saint-Simon, St-Canut

MIRABEL
Jean Coutu
13905 Chemin St-Simon, Mirabel
Super C
13910 Chemin Saint-Simon, Mirabel

INFORMER + INSPIRER

>PN08612-4

Saint-Jérôme

160 ans à faire son marché


Le marché est à son endroit actuel depuis 1967.

Crédit: Histoire et Archives Laurentides


Le marché déménage derrière la gare en 1947.

Crédit : Histoire et Archives Laurentides, Archives de la Ville de Saint-Jérôme.


Le marché de Saint-Jérôme vers 1890. Photo de Jos Bélanger.

Crédit: Histoire et Archives Laurentides, Fonds Mgr Paul Labelle

Simon Cordeau – Le marché public de Saint-Jérôme fête cette année ses 160 ans d'existence. Il s'agit du plus vieux marché des Laurentides resté continuellement en activité. Brève histoire de ce point central de la vie jérômienne et régionale. Écrit grâce aux informations d'Histoire et Archives Laurentides (HAL).

En 1862, lors d'une assemblée du conseil municipal, le Dr Jules-Édouard Prévost propose la construction d'un marché public à Saint-Jérôme. Après discussions, le choix de l'emplacement s'arrête sur un terrain de la rue Saint-Georges, entre les rues Parent et de la Gare. Le charpentier François Cloutier construit un premier marché en bois pour la somme de 500 $. Il fait 50 pieds par 25 pieds, avec une grande salle à l'étage.

Le bâtiment ouvre en 1863 et accueille marchands et citoyens, tant à l'intérieur qu'à l'extérieur. Le clerc du marché dirige les commerçants et les voitures dans les espaces qu'ils louent, maintient l'ordre entre vendeurs et clients, est juge en cas de litiges, pèse la marchandise et perçoit les taxes.

Plus grand

Près de 20 ans plus tard, en 1882, le marché est déjà trop petit. Les citoyens demandent la construction d'un nouveau marché. Le vieux bâtiment de bois est démoli et, à sa place, un nouveau bâtiment de brique est construit. Il logera aussi la station de police et pompiers, à l'arrière. Le nouveau marché ouvre en 1885.

Cependant, la cohabitation est difficile. Rapidement, une partie du marché est amputée pour aménager une écurie pour les chevaux qui tirent la pompe à incendie. En 1929, le bâtiment trop petit est reconstruit, une fois de plus. Cette fois, c'est le marché qui n'a qu'un petit espace à l'intérieur et à l'arrière du poste de police et pompiers. Ce bâtiment en brique existe toujours et on peut l'admirer au 337 rue Saint-Georges.

La bonne place

Rapidement, l'endroit est de nouveau trop petit pour le marché public. Il manque d'espace pour circuler et les marchands se plaignent de l'absence d'étals couverts à l'extérieur. Ainsi, le marché déménage en 1947, à l'ouest de la gare, où se trouve actuellement l'hôtel de ville. On y aménage un espace extérieur mais couvert par des étals, qui protègent les vendeurs, leurs étals et les clients des intempéries et du sol.

Mais bientôt, ce sont les places de stationnement qui manquent ! Le marché est donc déplacé de nouveau, en 1967, à l'est de la voie ferrée, près des rues Parent et Melançon. C'est là qu'il s'y trouve encore aujourd'hui. On y aménage une seule grande allée couverte. À la fin des années 1990, pour revitaliser le secteur, on restaure la vieille gare et on aménage un vaste espace public. On construit aussi la tour de l'horloge, avec ses escaliers qui mènent directement au marché.

Surplombant la place de la Gare et le kilomètre Zéro du P'tit Train du Nord, le marché public de Saint-Jérôme et ses marchands sont toujours au coeur des communautés locale et régionale.

Sortie cinéma

Le temps d'un été : un camp de vacances unique

France Poirier – En salle dès le 14 juillet, le nouveau film de Louise Archambault est une incursion dans une sorte de camp de vacances où des personnes itinérantes se retrouvent dans le Bas-du-Fleuve, le temps d'un été. La scénariste, Marie Vien, et l'actrice, Élise Guilbeault, nous ont accordé une entrevue pour nous parler du film.

Marie Vien (La passion d'Augustine, Arlette, 14 jours 12 nuits, etc.) s'est beaucoup impliquée auprès des itinérants et souhaitait un jour parler de leur situation. Elle y réfléchissait depuis longtemps.

« C'est l'histoire de ces hommes et de ces femmes qui, au contact de la nature, vont se révéler à eux-mêmes. Tout comme l'aumônier, qui va régler certains problèmes qui refont surface au moment où il retourne dans le village qui a marqué les étés de son enfance. »

Poésie, tendresse, humour et drame

Mme Vien voue beaucoup d'affection pour les itinérants et les itinérantes. Pendant plus de cinq ans, elle a d'ailleurs servi des repas tous les jeudis à la Maison du Père, un important refuge à Montréal. *« Je suis une scénariste de formation et je savais que je voulais écrire sur eux. Je voyais la relation se tisser avec eux. Et je ne voulais pas écrire un film qui allait se passer dans la rue à Montréal. Je voulais les sortir de la ville et voir ce que ça pourrait donner »,* raconte Marie Vien.

La scénariste souhaitait que ces gens-là aient le droit de voir la beauté de la nature au bord du fleuve durant l'été.

> « C'est l'histoire de ces hommes et de ces femmes qui, au contact de la nature, vont se révéler à eux-mêmes. »
>
> – Marie Vien

« *Ç'a été mon idée de départ. J'ai fait beaucoup de recherches. La rue, ce n'est pas juste la personne qui prend de la drogue ou de l'alcool. La rue, c'est un grand village. Il y a des gens invisibles et d'autres plus visibles. J'ai rencontré des jeunes qui se sont retrouvés dans la rue à leur majorité, après le centre jeunesse. Dans la rue, ils trouvent une certaine famille. Je suis allée à la rencontre des gens de la rue pour créer ma famille fictive avec le curé (Patrice Robitaille) un peu idéaliste, alors que la religieuse (Élise Guilbeault) ramène tout ce monde-là, étant plus terre-à-terre.* »



Photo : Courtoisie Immina Films

Le film *Le temps d'un été* sort en salle le 14 juillet.

La nature : un personnage

Dans le film, Élise Guilbeault y tient le rôle de la religieuse. « *Le film parle de l'itinérance, mais à mon avis, c'est plus l'altruiste, la bienveillance, l'humanisme qui sont les thèmes du film.* » La comédienne explique que la nature est un personnage important dans le film. Elle est consolatrice.

« Il y a des gens qui sont dans la rue à Montréal qui n'ont vu que du béton toute leur vie. C'est un très beau film qui met en lumière notre rapport avec ces gens qui vivent en situation d'itinérance », nous a confié Élise Guilbeault. Elle n'a pas hésité à accepter le rôle. « *J'avais le goût de tourner avec la réalisatrice Louise Archambault et de me joindre à la brochette d'acteurs qui est tellement impressionnante. C'était un plaisir de faire partie de l'équipe* », a ajouté la comédienne.

Outre Patrice Robitaille et Élise Guilbeault, on retrouve dans la distribution Guy Nadon, Martin Dubreuil, Sébastien Ricard, Louise Turcot, Pierre Verville, Josée Deschênes, Gilbert Sicotte et Normand Chouinard.







Saint-Sauveur

Concert de dessins animés

Le **15 juillet**, la Ville de Saint-Sauveur vous invite à découvrir l'Orchestre d'Harmonie Leonardo Da Vinci qui vous offrira un voyage au cœur des musiques de dessins animés qui vous ont marqué !

Vous y entendrez du *« Disney, Pixar, Les Tonys, Studio Ghibli, Kiki la petite sorcière & Mulan, tout en revisitant Charlie Brown, Les Sentinelles de l'air et plusieurs autres ! Réveillez l'enfant en vous et ranimez l'émerveillement, les émotions et le plaisir, le temps d'une belle soirée, pour replonger dans vos souvenirs de jeunesse ! »*

Le spectacle aura lieu dès **19 h 30** au parc Georges-Filion. Pour tous les détails sur l'événement, visitez le site internet de la Ville de Saint-Sauveur.



Saint-Jérôme

Week-end pop avec Jay Scott

Le **15 juillet** prochain, c'est un rendez-vous sur la place des Festivités puisque l'artiste populaire Jay Scott y donnera une représentation gratuite !

« Jay Scott est un auteur-compositeur-interprète dont l'éventail musical se décline par le rap, le chant, le piano, la guitare et le beatmaking. Sa polyvalence et son éclectisme artistique teintent ses compositions sonores, qui font l'éloge du quotidien avec des textes touchants, des références à la culture populaire et des mélodies accrocheuses, dans une éternelle poursuite du bonheur. »

Le spectacle aura donc lieu le **15 juillet** dès **20 h**. Pour tous les détails sur l'événement, visitez le site internet de la Ville de Saint-Jérôme.



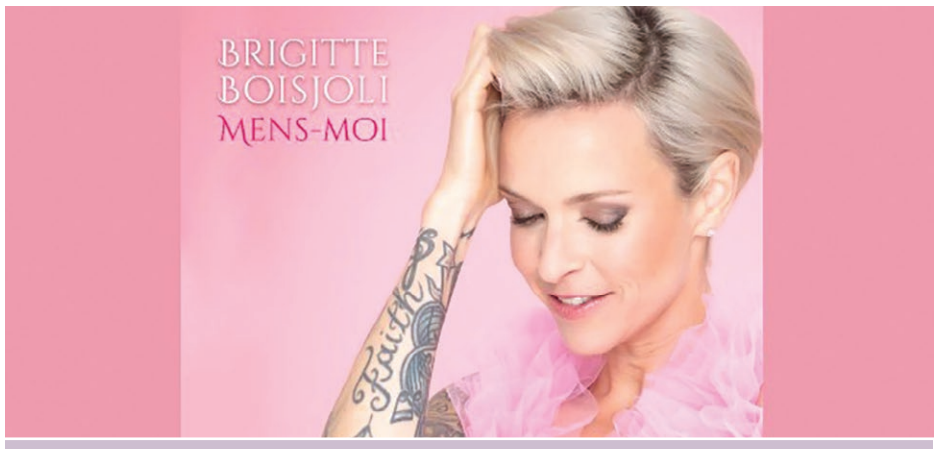
Val-Morin

Marthe Laverdière fait son show !

Les **14** et **15 juillet** prochains, ce sera l'occasion de découvrir l'humoriste Marthe Laverdière en rodage au Théâtre du Marais ! *« Dans son premier one-woman-show, mis en scène par Mario Jean, l'excellente conteuse nous entraîne dans toutes sortes d'histoires plus drôles et surprenantes les unes que les autres. Que ce soit son achat d'une serre entière sur un coup de tête, des clients colorés qu'elle a parfois dû recadrer, des énormes gaffes rattrapées de justesse, des accidents de bouquets de fleurs, de ses années comme massothérapeute ou d'agente au recouvrement, entre autres…quand Marthe se raconte, on ne s'ennuie jamais et on rit du début à la fin. »*

Marthe Laverdière sera donc en spectacle dès **20 h**. Pour tous les détails sur l'événement ou pour vous procurer des billets, visitez le site internet du Théâtre du Marais.

Le spectacle aura lieu dès **19 h 30** au parc Georges-Filion. Pour tous les détails sur l'événement, visitez le site internet de la Ville de Saint-Sauveur.



Prévost

Jeudis culturels avec Brigitte Boisjoli

Le **13 juillet**, la Ville de Prévost vous invite à son premier spectacle dans le cadre des Jeudis culturels avec nulle autre que Brigitte Boisjoli !

« Privilégiant un son vintage, sur des pièces parfois swing, jazzy et soul, on vous promet une soirée pleine d'énergie » avec l'artiste.

Le spectacle aura donc lieu dès **19 h 30** à la gare de Prévost. Pour tous les détails sur l'événement, visitez le site internet de la Ville de Prévost.



Sainte-Agathe-des-Monts

Ladies Night, pour vous mesdames !

Du **13 au 16 juillet**, assistez à la nouvelle mouture du spectacle *Ladies Night, pour vous mesdames ! « Pour son 20e anniversaire, la troupe de Ladies Night vous offre une version revampée pour vous mesdames ! Dans une mise en scène de Denis Bouchard et des chorégraphies originales de Jean-Marc Généreux, découvrez bientôt une nouvelle distribution qui vous en mettra plein la vue, comprenant Joey Scarpellino dans le rôle de Sylvain, Sébastien Leblanc, Patrick Emmanuel Abellard, Guillaume Rodrigue, Julie Ringuette et le striper-man ! Un de vos comédiens chouchous dans le rôle de Gérald. »*

Le spectacle aura lieu au Théâtre Le Patriote, les **13, 14 et 15 juillet** dès **20 h**. Le **16 juillet**, la représentation aura lieu à **15 h**. Pour tous les détails sur l'événement ou pour vous procurer des billets, visitez le site internet du Théâtre Le Patriote.



Saint-Jérôme | **Ju.No Band**

Dans le cadre du Week-end pop de la Ville de Saint-Jérôme, cette dernière vous invite à découvrir le groupe Ju.No Band le **14 juillet** prochain.

« Julie Levac possède une forte expérience scénique, une voix souple et un charisme qui charment à coup sûr. Normand Pelletier, son complice de vie, est reconnu comme une bête de scène ayant conquis les publics aux quatre coins du pays. En formule groupe, ils vous offrent les grands succès de la musique populaire. Divertissement garanti ! »

Le spectacle aura donc lieu le **14 juillet** dès **20 h** à l'amphithéâtre Rolland. Pour tous les détails sur l'événement, visitez le site internet de la Ville de Saint-Jérôme.



Photo : Florent Drillon et Bertrand Vacarisas

Sainte-Adèle | **La dégustation**

Dès le **7 juillet**, *La dégustation*, film d'Ivan Calbérac, prendra l'affiche au Cinéma Pine.

« Divorcé du genre bourru, Jacques tient seul une petite cave à vins, au bord de la faillite. Hortense, engagée dans l'associatif et déterminée à ne pas finir vieille fille, entre un jour dans sa boutique et décide de s'inscrire à un atelier dégustation… »

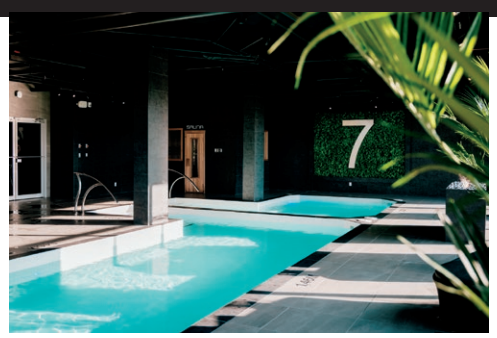
Le film met notamment en vedette Isabelle Carré et Bernard Campan. Pour tous les détails sur les différentes représentations du film *La dégustation*, visitez le site internet du Cinéma Pine.

7 SENS
condos locatifs

CONDOS LOCATIFS à Cité Mirabel

TOUT LE CONFORT INSPIRÉ DES PLUS GRANDS HÔTELS











CONCEPT HAUT DE GAMME

Les condos du 7 SENS répondent à des critères élevés en matière de design et de qualité de construction. Des modèles de 3 1/2, 4 1/2 et de 5 1/2 sont disponibles pour vous accueillir. En ce qui concerne les inclusions, le 7 SENS ne lésine pas sur la qualité et le confort. Chaque unité est équipée de sept électroménagers en acier inoxydable, de comptoirs en quartz et de luminaires encastrés haut de gamme. De plus, l'eau chaude, la climatisation, le chauffage et un balcon privé sont inclus pour chaque résident. L'insonorisation supérieure et l'échangeur d'air garantissent un environnement calme et sain. Un espace de rangement est également prévu, ainsi que des supports pour vélos. De plus, un stationnement intérieur est inclus pour chaque résident, assurant ainsi leur confort et leur sécurité.

DIGNE DES GRANDS HÔTELS

Le 7 SENS accorde une grande importance au bien-être de ses résidents, en offrant une multitude de commodités. Une piscine, un spa et un sauna intérieur vous permettent de vous détendre et de vous ressourcer. Un grand gym entièrement équipé ainsi qu'un studio de yoga et de pilates sont disponibles. Pour les passionnés de golf, des écrans géants sont mis à disposition pour pratiquer en mode virtuel. De plus, une salle de jeu avec billard, télévision et soccer sur table est disponible pour des moments de divertissement conviviaux. Comme dans tous les grands hôtels. Une salle pour réceptions privées avec cuisine complète est à disposition pour les événements spéciaux.

3 1/2 - 4 1/2 - 5 1/2

AVEC UNE PANOPLIE D'INCLUSIONS ET DE COMMODITÉS, LES RÉSIDENTS PROFITENT DE LEUR TEMPS LIBRE POUR ALLER NAGER, RELAXER, S'ÉTENDRE ET BIEN PLUS ENCORE !

DISPONIBILITÉS MAINTENANT ET À VENIR!

UN PROJET SIGNÉ

RAY JUNIOR INVESTISSEMENT

CONTACTEZ-NOUS POUR AVOIR PLUS D'INFORMATIONS

Annie Blouin
location@le7sens.com
579-477-7779
www.le7sens.com

>PN08865-1

LHJMQ

Verreault impressionne les Oilers

Luc Robert – L'ancien patineur des Sélects du Nord, Antonin Verreault, s'en promet à sa saison de joueur de 19 ans avec les Huskies de Rouyn-Noranda, à qui il a été échangé par les Olympiques de Gatineau lors des assises annuelles de la LHJMQ.



Photo : Dominic Charette, Olympiques

Antonin Verreault veut mettre derrière lui une blessure au poignet.



Photo : Jonathan Roy, LHJMQ

Le joueur de Mirabel est passé à l'Abitibi en retour d'un choix de première ronde (16e en 2023), un choix de première et de troisième ronde en 2025.

« C'est bizarre de m'exiler en Abitibi après trois campagnes en Outaouais, mais je me compte chanceux de renouer avec mon ancien coach bantam AAA des Sélects du Nord, Benjamin Bohémier de Saint-Jérôme, un adjoint avec les Huskies. Il m'aidera à m'adapter à Rouyn, où je connais peu de coéquipiers », a souligné Verreault.

La petite bombe sur deux lames a hâte de tourner la page sur sa dernière campagne. *« Parfois, un nouveau départ t'aide à mieux redémarrer ta carrière. J'ai encore sur le cœur notre élimination des Olympiques de Gatineau en quatre parties face aux Remparts de Québec. J'ai accepté de sacrifier mon temps de glace, mais nous avons vite été exclus des éliminatoires. Dans la majorité des autres clubs juniors majeurs, j'aurais été employé sur la première ligne du jeu de puissance »*, a-t-il déploré, sans nommer son ancien entraîneur Louis Robitaille pour son utilisation limitée.

Changement

Le patineur de 19 ans a évolué tant chez les Sélects bantam AAA que Midgets Espoirs, puis a terminé son midget AAA avec les Vikings de Saint-Eustache. Il a lui-même demandé de changer de décor dans le circuit Mario Cecchini.

« Ma moyenne de temps de glace se situait à 14 minutes par match et ce n'était pas assez. J'en ai glissé un mot à mon agent Philippe Lecavalier (frère de Vincent). Je ne voulais pas faire partie d'une reconstruction avec les Olympiques en 2023-2024. Je voulais partir. Beaucoup de mes amis ont été échangés, comme Noah Warren à Victo et autres. Avec l'arrivée de Rousseau à Rouyn, je pense que nous serons dès cette année des aspirants aux grands honneurs. »

Oilers d'Edmonton

Celui qui s'entraîne cet été à Pointe-Claire, revient d'un camp de perfectionnement estival des Oilers de la Ligue nationale de hockey (LNH).

« J'ai patiné au Rogers Place d'Edmonton et c'était super pour mon développement. C'est la deuxième fois qu'ils m'invitent, mais j'étais blessé et je n'avais pu y prendre part l'an passé. En août, je me pointerai au camp junior des Huskies, avant de retourner au camp des recrues des Oilers vers le 12 septembre. »

L'ailier de 5 pieds 8 pouces et de 165 livres reprend du poil de la bête, après avoir guéri une blessure.

« Ma blessure au poignet a été compliquée à traiter. Après trois mois dans le plâtre, il a fallu que je me fasse opéré en le retirant, parce qu'il n'y avait pas de progrès. J'étais répertorié en première ronde par la centrale de dépistage et je devais participer à la partie des meilleurs espoirs. Mais la guérison tardait et cela a été ma pire campagne à vie. J'ai dû me créer une carapace et prendre mon mal en patience. »

Hockey scolaire

Cap-Jeunesse tiendra deux fois les provinciaux

Luc Robert - L'organisation des Couguars de Cap-Jeunesse se voit attribuée l'organisation des Championnats provinciaux scolaires de hockey D1 pour les deux prochaines saisons.



Photo : Couguars Hockey

M. Sébastien Arseneau, coordonateur du programme hockey sport-études à Cap-Jeunesse.

L'école secondaire du secteur de Saint-Antoine tiendra les grandes finales des catégories M13, M15 et M18 en division 1.

« C'est une excellente nouvelle, tant pour notre programme sport-études hockey, que pour les retombées économiques qui seront engendrées entre Saint-Jérôme et Sainte-Adèle, aux motels et aux restaurants. Un total de 48 équipes nous visiteront, soit près de 720 jeunes, en plus de l'entourage des clubs », a précisé M. Sébastien Arseneau, coordonateur du programme hockey sport-études à Cap-Jeunesse.

Le dirigeant lève son chapeau à tous ceux qui se sont donnés la main pour obtenir les événements.

« Je remercie beaucoup le RSÉQ pour sa confiance et son support. Avec nos conquêtes de bannières provinciales, nous sommes un programme bien vu au Québec. Un collègue et moi cogitions là-dessus depuis quelques années. Ça vient en bloc de deux ans nous nous demandions si nous avions les installations nécessaires pour procéder. On a impliqué les intervenants du milieu et trouver des partenaires. Puis, on a participé à l'appel de candidatures », a-t-il poursuivi.

Saint-Jérôme et Sainte-Adèle

Recevoir autant de monde veut aussi dire réserver plusieurs glaces à l'avance au printemps prochain.

« Le centre sportif Saint-Antoine sera mis à contribution, tout comme les deux patinoires de l'aréna régional de la Rivière-du-Nord. Ça nous prenait un autre site et le centre sportif des Pays-d'en-Haut a aussi accepté de présenter des parties. Les régions des Pays-d'en-Haut et de la Rivière-du-Nord se donnent la main. On va maintenant former des comités pour répondre aux besoins », a ajouté M. Arseneau avec entrain.

> « Un total de 48 équipes nous visiteront, soit près de 720 jeunes, en plus de l'entourage des clubs » – Sébastien Arseneau

Le dirigeant compte bien engager toute l'organisation des Couguars dans le vaste projet, qui sera tenu ici en 2023-2024 et en 2024-2025.

« Nos quatre titres provinciaux parlent d'eux-mêmes. Ça sera plaisant pour nos étudiants, tant des équipes provinciales que celles du profil hockey, d'avoir accès à ça, de s'impliquer et d'encourager un évènement de tel calibre. »

Retour des choses

Il s'agit d'un juste retour des choses pour les programmes de sports-études régionaux, dont la révision du transport scolaire par la CSSRDN a fait craindre le pire pour leur survie.

« La participation aux sports-études demeure difficile depuis le retrait du transport scolaire. Le fardeau du voyagement a été transféré sur le dos des parents (jeunes de l'extérieur). Les écoles secondaires axent leur efforts vers le bassin de jeunes de l'école locale, soit de quartier. Notre recrutement est complété pour 2023-2024, mais nul doute que la visibilité qui accompagne les provinciaux aidera à faire rayonner Cap-Jeunesse encore plus. »

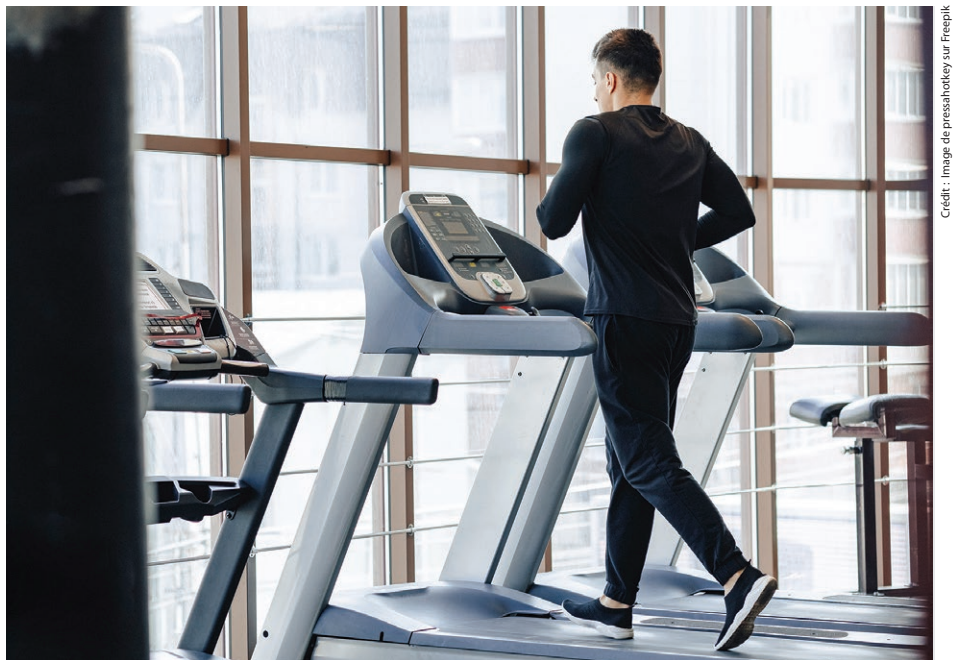
Dans un contexte pas toujours facile à gérer, les Couguars continuent de garder la tête haute.

« Le programme de sport-études hockey nous tient à cœur. Nous travaillons très fort pour qu'il conserve sa haute qualité. On recherche encore des solutions pour le transport scolaire, comme des points de chute (arrêts) pour embarquer les jeunes. Le problème, c'est que selon les cohortes, ça varie d'une année à l'autre. On peut se retrouver à cueillir 3 jeunes dans un secteur donné, puis ça passe à 10 ou à 0 l'année suivante. Pour bien exploiter un service de transport, il faut une régularité de clientèle », a-t-il convenu.

Tapis roulant vs Sentier

Les avantages et les inconvénients du jogging à l'intérieur et à l'extérieur

Pour de nombreux joggeurs passionnés, la décision d'aller sur les pistes extérieures ou de sauter sur un tapis roulant est un débat constant. Les deux options présentent leurs propres avantages et inconvénients. Cet article pourra t'aider à prendre une décision éclairée sur l'environnement qui correspond le mieux à tes besoins et à tes préférences.



Crédit : Image de pressahotkey sur Freepik

Les avantages du tapis roulant

• L'un des principaux avantages du jogging sur tapis roulant est le contrôle de l'environnement. Les conditions intérieures restent constantes quel que soit le temps qu'il fait à l'extérieur, ce qui te permet de maintenir ta routine de jogging sans soucis !

• Les tapis roulants permettent de mieux contrôler l'intensité et la durée de l'entraînement. Tu peux facilement ajuster la vitesse, l'inclinaison et d'autres paramètres pour adapter ton entraînement à tes besoins et à tes objectifs spécifiques.

• Le jogging sur tapis élimine les risques associés à la course à pied à l'extérieur, tels que les terrains accidentés, les voitures ou les zones mal éclairées. La surface d'un tapis roulant peut être plus douce pour les articulations.

Les inconvénients du tapis roulant

• Courir sur place sur un tapis roulant peut devenir monotone avec le temps, ce qui peut réduire la motivation et le plaisir général. Beaucoup de gens trouvent que le jogging en plein air offre une expérience plus engageante et stimulante.

• Les tapis roulants ne sont pas gratuits et nécessitent un espace important. Si tu n'as pas accès à un gym, l'achat et le rangement d'un tapis roulant à la maison ne sont peut-être pas envisageables.

• Il arrive que le jogging sur tapis roulant ne sollicite pas certains muscles stabilisateurs aussi efficacement que la course à pied en plein air. La surface plane et constante d'un tapis de course n'exige pas le même niveau d'activation musculaire et de coordination. D'ailleurs, on répète toujours exactement le même mouvement, ce qui peut augmenter les risques de blessures.

Les avantages de la course en sentier

• Le jogging en plein air offre un environnement en constante évolution, ce qui stimule l'esprit et les sens. L'opportunité d'explorer de nouveaux itinéraires, parcs et sentiers peut te permettre de maintenir tes séances d'entraînement fraîches et excitantes.

• Le jogging à l'extérieur sur un terrain accidenté exige une plus grande activation musculaire et une meilleure coordination que le jogging sur tapis roulant. Cela peut conduire à une amélioration de la force, de l'équilibre et de la stabilité.

• Courir en plein air te permet de profiter de l'air frais et de te rapprocher de la nature, ce qui peut avoir des effets bénéfiques sur la santé mentale, comme la réduction du stress et l'amélioration de l'humeur.

Les inconvénients de la course en sentier

• On peut être confronté à de mauvaises conditions météorologiques, ce qui peut avoir un impact significatif sur la qualité et le plaisir de la course.

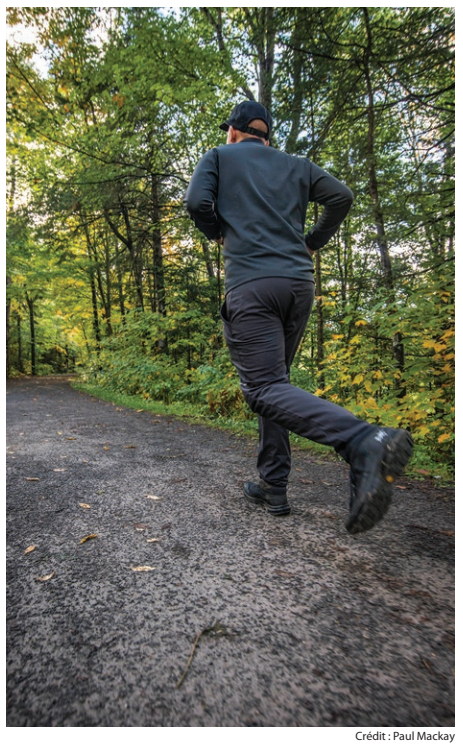
• Le jogging à l'extérieur peut présenter des dangers potentiels, comme la circulation automobile, les terrains accidentés et les zones mal éclairées. Parfois, Ii est essentiel de prendre des précautions.

• Le maintien d'un rythme régulier peut être plus difficile lors d'un jogging à l'extérieur en raison de facteurs tels que le terrain, la résistance au vent et les changements d'altitude.

En conclusion, le jogging sur tapis roulant et le jogging sur sentier ont chacun leurs avantages et leurs inconvénients. La décision dépend en fin de compte des préférences personnelles, des objectifs et des circonstances.

Bonne course !

Julie Thibault – Physiothérapeute
Mouvement Physio – Saint-Jérôme
mouvementphysio.com



Crédit : Paul Mackay



Cardinaux

Martin Johnson produit encore le spectacle

Luc Robert – Malgré ses 47 années bien sonnées, Martin Johnson a de nouveau épaté la galerie dimanche après-midi, en multipliant les circuits lors de l'exercice au bâton des Cardinaux, tenu au parc Gaffney-Kennedy de Saint-Colomban.



Photo : Luc Robert

Les vétérans François Cholette, Pedro-Luis Hernandez, Olivier Valiquette, Jean-Luc Désormeaux, le fêté Martin Johnson, François Rousseau, Christian-Marc Gendron, la mascotte Groovy et Jean-Pierre Maria ont souligné le retrait du chandail no. 22.

Une banderolle à l'effigie du numéro 22 a été dévoilée sur la clôture de gauche, vers laquelle l'ancien joueur de 3e but s'est encore amusé à décocher des missiles. *« Le plus comique, c'est que j'effectuais des élans pour la première fois en six ans. Mis à part deux tournois amateurs à Québec, je n'ai pas disputé de parties dans une ligue sérieuse depuis ma retraite. Et malgré cela, l'œil au bâton m'est revenu le temps de le dire »,* a souligné en entrevue le frappeur droitier.

En avant-match de la rencontre face au Big Bill de Coaticook, une cérémonie a eu lieu pour retirer son célèbre dossard 22. Ses anciens coéquipiers ont profité de l'occasion pour immortaliser la scène, se massant autour de lui le temps d'un cliché. Présents hors-terrain, les anciens propriétaires de la concession, Ronald Lécuyer et Alain Aubry, ont applaudi le colosse, sans toutefois être présentés à la foule.

Le gérant actuel des Cardinaux, Jean-Luc Désormeaux, a évoqué des moments inoubliables passés avec le Mirabellois, dont la conquête de 2010 du TPX de Saint-Jérôme.

« Quand on a acheté la concession de Rivière-du-Loup, j'étais heureux que Martin Johnson fasse partie de la transaction, car son nom se trouvait sur leur liste de protection. Mais ensuite, ça m'a coûté plusieurs soupers spaghettis pour défrayer son salaire », a blagué le no. 10, au sujet de l'époque où le joueur-entraîneur était un des seuls éléments rémunérés de l'ex-formation jérômienne.

« Sérieusement, il a été le meilleur joueur avec qui j'ai eu la chance de jouer au baseball ! Je l'ai catché souvent, pu le voir frapper des bombes, l'entendre faire des jeux de mots, le chicaner parce que je ne jouais pas le jour de ma fête, mais aussi et surtout… j'ai gagné un championnat en 2010 avec lui. Aujourd'hui, c'est ta journée, Dune Tune ! », a ajouté le gérant.

Honneurs divisés

Au cours de la dernière semaine, les Cardinaux ont remporté un des deux duels dans lesquels ils ont été impliqués. Dimanche, ils ont subi une défaite de 10 à 3, devant le Big Bill de Coaticook.

Le lanceur perdant a été Alexandre Lanauze. Il a permis 8 points, tous mérités, en 2 1/3 manches de travail.

À l'attaque, François Cholette a claqué son premier circuit de la saison. Puis, avec une marque de 8-1 pour le Big Bill en 3e manche, la timide réplique des locaux est venue de Jean-Luc Désormeaux, qui est venu marquer à la suite d'une erreur des visiteurs. Seul Danick Roussel, auteur d'un simple, a ensuite réduit l'écart pour les Colombanois. Une foule de 172 partisans a assisté à l'affrontement.

Vendredi dernier, la météo étant enfin favorable, les Cardinaux et leur lanceur gaucher Gabriel De Lisi ont profité de l'occasion pour l'emporter par la marque de 4 à 0, sur les jeunes prodiges de baseball de l'ABC U17M.

De Lisi a été étincelant, réussissant une partie complète et ajoutant un jeu blanc à sa fiche. Il a permis seulement 3 coups sûrs, tout en ajoutant 10 retraits au bâton en 7 manches de travail.

À l'offensive, Corentin Boucher a frappé la première longue balle de la jeune histoire des Cardinaux à Saint-Colomban, un circuit de deux points. Édouard Savoie a quant à lui frappé trois coups sûrs en autant de présences au bâton. Il s'agissait de la première victoire des Cardinaux à leur nouveau terrain. Ce vendredi 14 juillet à 20 h, ils recevront les Jets de Montréal.

Morin-Heights

Les nouvelles pistes de vélo de montagne inaugurées

Marie-Catherine Goudreau – Les nouveaux sentiers de vélo de montagne au Sommet Morin Heights ont été inaugurés mardi le 4 juillet dernier. Il s'agit d'un projet du club Vélo Pays-d'en-Haut en collaboration avec la Municipalité de Morin-Heights et de Sommet Morin Heights. Ainsi, les 12 nouveaux kilomètres de sentiers rejoindront maintenant le parc Basler pour créer un réseau total d'environ 24 km.



Photo : Marie-Catherine Goudreau

Il s'agira d'un site accessible à tous pour pratiquer le vélo de montagne, mais aussi d'un centre d'entrainement pour les athlètes du club. Les usagers pourront profiter des installations de Sommet Morin Heights comme le stationnement et le chalet principal. De plus, une nouvelle boutique spécialisée en vélo de montagne ouvrira ses portes.

Développer le talent des jeunes

Selon Marie-Hélène Turbide, administratrice en charge du comité sentiers, les sentiers de vélo de montagne sont de plus en plus précaires. *« C'est donc important d'avoir des infrastructures et des plateaux techniques pour nos jeunes et pour la communauté. C'est avec coeur qu'on travaille parce qu'on est des passionnés ! »*, a-t-elle déclaré lors de l'inauguration.

« On est très fiers du partenariat entre le club, Sommet Morin Heights et la Municipalité. C'est vraiment un beau projet qu'on réalise aujourd'hui, et ce n'est que le début », a souligné le maire de Morin-Heights, Tim Watchorn. Il a souligné l'importance de ce genre de projet et des sentiers pour le développement des athlètes d'ici, comme Zorak Paillé, membre du club Vélo Pays-d'en-Haut.

« C'est un début pour les sentiers de vélo de montagne à Sommet Morin Heights, mais aussi dans la municipalité. Je crois qu'on va devenir le pôle du vélo de montagne dans les Laurentides dans les prochaines années. Pour le futur, Morin-Heights sera reconnue au niveau international, comme c'est le cas avec Fondeurs Laurentides », a poursuivi Martin Giroux, directeur de Sommet Morin Heights.

L'objectif est d'ailleurs de recevoir une Coupe Québec, un jour, dans les Laurentides. *« Je pense que c'est possible avec un réseau de qualité comme ça »*, a souligné la présidente du club Vélo Pays-d'en-Haut, Julie Prégent.

Ouverture partielle

Actuellement, il reste encore quelques sentiers à finaliser pour l'ouverture complète du réseau, notamment dans le secteur du camping. En raison des orages et des pluies intenses des dernières semaines, les bénévoles n'ont pas été en mesure de terminer la construction des sentiers.

Il est possible de monter jusqu'en haut de la montagne de ski, mais le sentier est présentement un aller-retour.

« Sentiers Pays-d'en-Haut s'en vient travailler les deux premières semaines de juillet pour faire deux descentes. Puis, la piste de ski 364 sera aussi une troisième façon de descendre », rapporte Samuel Nault, responsable de la signalisation et de la construction dans le comité des sentiers de Vélo Pays-d'en-Haut.

« Certains sentiers ont tenu à la fonte des neiges, mais pas à la pluie des dernières semaines », rapporte-t-il. Certaines sections demandent d'ailleurs plus de passerelles que ce qui était prévu, en raison des zones humides. *« De semaine en semaine, au cours de l'été, des segments vont ouvrir. »*

Vos Classées

PETITES ANNONCES CLASSÉES

Heure d'ouverture :
lundi au vendredi de 8h30 à 16h30

Heure de tombée : lundi 12h
Heures d'affaires du service téléphonique : lundi au vendredi 8h30 à 16h30
Mode de paiement : VISA MasterCard

À NOS ANNONCEURS : Assurez-vous que le texte de votre annonce est exact dès sa parution, sinon il faut nous en aviser immédiatement. En cas d'erreur, notre responsabilité se limite uniquement au montant de l'achat de la première semaine de parution de votre annonce.
Toute discrimination est illégale.

Offrez-vous des extras
✓ Encadré ✓ Titre centré
✓ Couleur ✓ **Caractères gras**
Informez-vous auprès de votre téléconseiller

POUR TOUT ACHETER ET TOUT VENDRE, près de chez vous

Un seul numéro 1-866-637-5236

IMMOBILIER 100 à 299 | MARCHANDISE 300 à 399 | SERVICES 400 à 599 | EMPLOI ET FORMATION 600 à 799 | ÉVÈNEMENTS SPÉCIAUX 800 à 899 | VÉHICULES 900 à 999

130 - Propriétés recherchées|Échange

RECHERCHE terre, terrain, maison. Courtier agri-foret villégiature, résidentiel, 450-898-1679 www.francoisdu-charme.ca

205 - Logement appart à louer

2-1 / 2 ST-ADÈLE, proximité A-15, sortie 67, rez-de-chaussée, 4 électro inclus, bien entretenue, personne (tranquilles) 510$, août 514 688-6662

225 - Propriétés à louer

4-1/2 à Val-David, bien éclairée, idéal retraité, pas d'animaux, non-fumeur, enquête exigé, 819-322-1727.

245 - Chambres à louer

BELLE grande chambre meublée, lit queen avec literie. TV/câble, repas inclus, 650$, libre immédiatement, St-Jérome. 450-848-4338

310 - Divers à vendre

! RACHAT DE VOS CARABINES ET FUSILS par l'armurerie Sécure Armes, estimation professionnelle à domicile, accréditation GRC, reçus et transferts SIAF inclus. 581-989-ARME(2763).

324 - Articles chasse et pêche

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

404 - Services domestiques

SERVICE d'aide à domicile, entretien ménager, préparation de repas, commissions. Diane Guindon. 450-565-4499

SERVICE d'aide à domicile, entretien ménager, préparation de repas, commissions. Diane Guindon. 450-565-4499

415 - Massothérapie | Soins thérapeutiques

! NOUVEAU massage chinois. 468, boul. des Laurentides, Laval 450-490-9808

ESPACE EST, massage, spa OUVERT lundi au samedi. 577-A Notre-Dame, Repentigny. 450-932-7990.

424 - Astrologie

Ana Médium , spécialiste des questions amoureuses depuis 25 ans. Le secret des rencontres positives, la méthode pour récupérer son ex et des centaines de couples sauvés durablement, réponses précises et datées. Tél. : 450-309-0125

446 - Peinture décoration

À bon prix peinture intérieure/ extérieure, réparation de platre. 35 ans d'expérience. François. 450-712-1836

483 - Compagne | Compagnon

Homme, cinquantaine, belle apparence, 5'10, 180 lb, but sérieux amical, 819-686-1006

585 - Serv.financier

Financement Hypothécaire Privé et Automobiles à vendre. Aucun Cas Refusé. 1-866-566-7081

SOLUTIONS À L'ENDETTEMENT. Restez à la maison! Tout se fait en ligne. Laissez nous vous aider. Un seul versement par mois. 7 sur 7, de 8h à 20h. MNP Ltée, Syndics autorisés en insolvabilité. 514-839-8004

605 - Emplois divers

MOTEL Voyageur, St-Jérôme recherche femme de chambres. 450-438-1287

ÉQUIPEMENTS M.Touchette Mirabel (concessionnaire tracteurs et machinerie agricole). Recherche commis de bureau, anglais parlé/ écrit demandé. Connaissance en comptabilité, responsable des sites web, réclamation des garanties. Temps plein ou partiel, 450-438-4233

945 - Achat d'autos

ACHETONS voitures pour ferraille. Payons meilleur prix. Remorquage gratuit. 514-578-7181

SAINT-SAUVEUR, secteur Piedmont nouveaux condos locatifs ski in/ski



out, 4 ½ aire ouverte, foyer au gaz, air climatisé, planchers chauffants, comptoirs quartz, fenestration abondante avec vue panoramique, piscine chauffée extérieure, rangement et stationnement, location annuelle à partir de 1 975$/mois.
Communiquez avec Maryse au 450-231-0102 ou Alexandre au 514-560-6872
PN09125-2



ESPACE PUB
CONTACTEZ-NOUS
450.227.7999
Le nord
INFORMER + INSPIRER
atelier@journalacces.ca

Emplois

MATÉRIAUX ROBERT BOYER INC.
Sainte-Anne-des-Lacs

RECHERCHE
COMMIS DE QUINCAILLERIE
TEMPS PLEIN ET/OU PARTIEL

LIVREUR CLASSE 5
TEMPS PLEIN ET/OU PARTIEL

PAS DE SOIRS, PAS DE DIMANCHES
Faire parvenir votre c.v.
par courriel à **info@matrboyer.com**
PN09446-1

Manoir de la Fontaine
Retraités autonomes
Ambiance chaleureuse et accueillante
3 ½ à Saint-Jérôme
Sécuritaire • Ascenseur • Activités
À partir de 940$/mois
plusieurs services inclus
450 431-2053
www.manoirdelafontaine.ca
PN04155-1

DIFFICULTÉ À ÉCRIRE VOS TEXTES?
Laissez Mimi Legault vous aider :
• lettres • discours • c.v.
• corrections
• travaux scolaires
• autobiographies
mimilego@cgocable.ca



TRARA
TABLE DE RÉFLEXION ET D'ACTIONS DE RETRAITÉS ET D'AÎNÉS
MRC de La Rivière-du-Nord
425, Boul. Jean-Baptiste-Rolland Est, Saint-Jérôme
450 592-4899
trara.org

CLUB OPTIMISTE DE SAINT-JÉRÔME
CLUBOPTIMISTESTJEROME@GMAIL.COM

25 ANS
MERCI DE FAIRE PARTIE DE LA COMMUNAUTÉ
Accès Le nord NORDY

Emplois



NOUS EMBAUCHONS

HOMME À TOUT FAIRE

Horaire flexible
Salaire à discuter

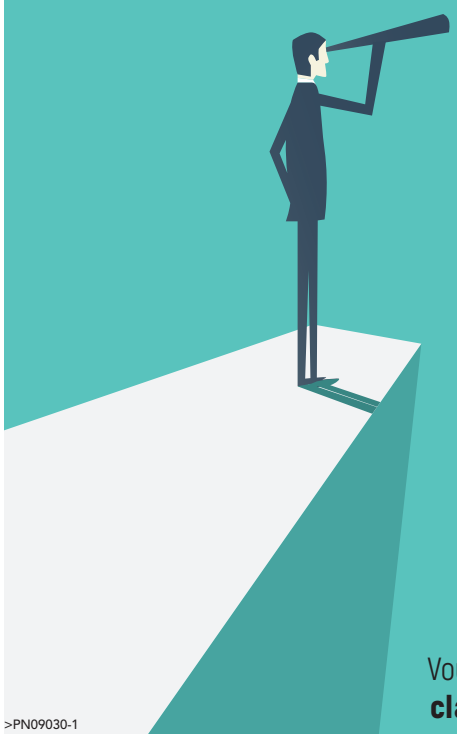
Envoyez CV à cjean@comfortinnstjerome.com

>PN09468-1

Vous êtes semi-retraité ou retraité ?

Vous avez envie de travailler selon vos disponibilités sur des projets spéciaux spécifiques ?

Nous avons une petite job de rêve pour vous !



NOUS RECHERCHONS :

- Une personne avec de l'expérience dans la vente
- Aimant prospecter et effectuer des suivis assidus auprès de clients pour des projets spéciaux spécifiques existants.
- Une personne autonome et organisée
- Pouvant se déplacer pour rencontrer les clients
- Aimant travailler sur des mandats de quelques mois ou quelques semaines

Le nord

INFORMER + INSPIRER

Vous pouvez me contacter par courriel à
claude.labelle@journallenord.com

>PN09030-1

Le nord 36 avenue Filion, St-Sauveur J0R 1R0 | 450 438-8383 | journallenord.com

PROPRIÉTAIRE Josée Pilotte | OPÉRATIONS ET ADMINISTRATION Josée Ménard, Mélanie Gosselin, Antoine Gascon | DIRECTEUR ARTISTIQUE Cédric Leblanc | INFOGRAPHIE Marie-Ève Lapointe, Daniel Berthier | NOUVELLES TECHNOLOGIES ET MULTIMÉDIA Antoine Gascon, Aurélie Moulun | CHEF DE PUPITRE France Poirier | JOURNALISTES Aurélie Moulun, Simon Cordeau, Luc Robert, Marie-Catherine Goudreau, Eve Ménard | DIRECTEURS DE COMPTE Kenny Carrier, Camille Vaillancourt, Pascale Arcand PHOTOGRAPHE / VIDÉASTE Sébastien Fleurant

Le Journal Le Nord est publié tous les mercredis à 23 450 exemplaires et distribué gratuitement à Prévost, Saint-Jérôme, Saint-Hippolyte, Sainte-Sophie, Saint-Colomban, Saint-Canut. Le contenu rédactionnel, photographique et publicitaire du Journal Le Nord ne peut être reproduit en tout ou en partie sans autorisation écrite de l'éditrice. Le Journal Le Nord exclut expressément toute responsabilité quant au contenu des annonces soumises par son client, dont notamment mais non limitativement toutes atteintes aux droits d'auteur, droits de l'image et autres sources de propriété intellectuelle. Dans l'éventualité de quelques poursuites en dommages ou autres à l'encontre du Journal Le Nord relativement auxdites annonces soumises par le client, ce dernier s'engage à tenir Le Journal Le Nord indemne et à prendre faits et cause en sa faveur.

Financé par le gouvernement du Canada | Canada Québec RS RÉSEAU SÉLECT

PEFC PEFC/01-31-106 Certifié PEFC Ce produit est issu de forêts gérées durablement et de sources contrôlées www.pefc.org

Avis public

Avis public

Ville de SAINT-JÉRÔME

>PN09464-1

AVIS D'APPEL DE PROPOSITION
Concession de services alimentaires du « Bistrot » du Quartier 50+ appartenant à la Ville de Saint-Jérôme et situé au 300, rue Parent, Saint-Jérôme (Québec) J7Z 7Z7, années 2023 à 2026

AVIS No : 2023-022-GGHP

TITRE : Concession de services alimentaires du « « Bistrot » du Quartier 50+.

DOCUMENTS DISPONIBLES : à partir du **12 juillet 2023** sur le système SEAO ou sur demande auprès du responsable du projet.

RÉCEPTION DES PROPOSITIONS : au plus tard, mardi le **1e août 2023, avant 10 h**, par courriel à l'adresse suivante : soumission@vsj.ca

RESPONSABLE DU PROJET : Madame Nadine Bélanger, chef de Division de la gestion contractuelle et appel d'offres par courriel à soumission@vsj.ca

DESCRIPTION : Cet appel de proposition n'est pas un appel d'offres.

CONTEXTE : Par le présent avis d'appel de proposition, la Ville de Saint-Jérôme désire obtenir des propositions de la part d'organisations ou de fournisseurs de services interpellés par la gestion des services alimentaires, du restaurant « Bistrot » du Quartier 50+.

Les personnes et entreprises intéressées par cet avis peuvent obtenir les documents de l'avis d'appel de proposition à compter du **12 juillet 2023** soit en s'adressant au Système Électronique d'Appel d'Offres (SEAO) sur le site Internet soit à l'adresse suivante : www.seao.ca ou sur demande à l'adresse suivante soumission@vsj.ca

DONNÉ À SAINT-JÉRÔME, ce 12 juillet 2023.

La greffier adjoint par intérim, SIMON VINCENT, avocat

Avis public

Ville de SAINT-JÉRÔME

>PN09465-1

AVIS D'APPEL DE PROPOSITION
Concession de services alimentaires du Restaurant du « Centre sportif (Aréna Saint-Antoine) » appartenant à la Ville de Saint-Jérôme et situé au 600, 35e Avenue, Saint-Jérôme (Québec), années 2023 à 2025.

AVIS No : 2023-027-GGHP

TITRE : Concession de services alimentaires du « Centre sportif (Aréna Saint-Antoine) »

DOCUMENTS DISPONIBLES : à partir du **12 juillet 2023** sur le système SEAO ou sur demande auprès du responsable du projet.

RÉCEPTION DES PROPOSITIONS : au plus tard, mardi le **1er août 2023, avant 10 h**, par courriel à l'adresse suivante : soumission@vsj.ca

RESPONSABLE DU PROJET : Madame Nadine Bélanger, chef de Division de la gestion contractuelle et appel d'offres par courriel à soumission@vsj.ca

DESCRIPTION : Cet appel de proposition n'est pas un appel d'offres.

CONTEXTE : Par le présent avis d'appel de proposition, la Ville de Saint-Jérôme désire obtenir des propositions de la part d'organisations ou de fournisseurs de services interpellés par la gestion des services alimentaires, du restaurant du « Centre sportif (Aréna Saint-Antoine) ».

Les personnes et entreprises intéressées par cet avis peuvent obtenir les documents de l'avis d'appel de proposition à compter du **12 juillet 2023** soit en s'adressant au Système Électronique d'Appel d'Offres (SEAO) sur le site Internet soit à l'adresse suivante : www.seao.ca ou sur demande à l'adresse suivante soumission@vsj.ca

DONNÉ À SAINT-JÉRÔME, ce 12 juillet 2023.

Le greffier adjoint par intérim, SIMON VINCENT, avocat

Avis public

AVIS DE CLÔTURE D'INVENTAIRE

Article 795 C.c.Q.

Prenez avis que **Lise GERMAIN**, en son vivant domiciliée au 300, rue du Docteur Charles-Léonard à Saint-Jérôme, province de Québec, est décédée à Saint-Jérôme le 15 août 2022. Un inventaire de ses biens, reçu devant Me Rielle DAGENAIS, notaire, le 29 juin 2023, a été dressé conformément à la loi et peut être consulté par toute personne ayant un intérêt à l'étude de la notaire, sise au 265, boul. des Braves, Terrebonne, Québec, J6W 3H6.

Me Rielle DAGENAIS, notaire

>PN09442-1

VISITEZ NOTRE SECTION EMPLOIS LOCAUX

Le nord journallenord.com

ESPACE PUBLICITAIRE 450.227.7999

Le nord atelier@journalacces.ca

Salle d'exposition

24 h/24
7 JOURS/7



Crématel
Funérailles économiques

Forfaits funéraires les moins chers de la région à partir de 1145 $ + tx (arrangements préalables disponibles)

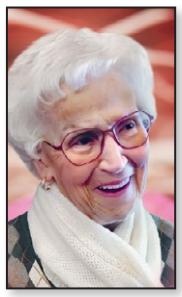
16, rue de la Gare, Saint-Jérôme J7Z 5L2
CREMATEL.COM 450 431-7700

>PN09375-1



Avis de décès

Brière (Desjardins), Léonne
1930 - 2023



À St-Jérôme, le 28 juin 2023, est décédée à l'âge de 93 ans, Mme Léonne Desjardins, épouse de feu Réal Brière.

Elle laisse dans le deuil ses enfants: Micheline (Diane), Linda (Michel), ses petits-enfants Valérie (Mathieu), Francis (Vanessa), ses arrière-petits-enfants Icia, Cléa, Luca, les membres de la famille Brière, neveux, nièces, autres parents et amis.

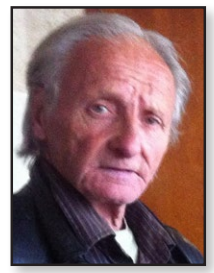
La famille recevra les condoléances le samedi 22 juillet 2023 de 10 h à 15 h. Une cérémonie de dernier adieu aura lieu à 15 h à la Résidence Funéraire Desrosiers & Fils Inc. située au 10 rue De Martigny Est, St-Jérôme, Qc. J7Z 1V6.

Vos marques de sympathie peuvent se traduire par un don à la Fondation des maladies du coeur et de l'AVC. coeuretavc.ca/dons

Depuis 1959 DESROSIERS & FILS INC. Résidence Funéraire

>PN09459-1

VALIN Denis
1945 - 2023



À Saint-Sauveur, le 07 mai 2023, à l'âge de 78 ans, est décédé M. Denis Valin.

Il laisse dans le deuil son fils Tommie Valin, sa sœur Diane (Ed), ses neveux Cédric et Tulsa ainsi que plusieurs autres parents et amis.

La famille recevra les condoléances le dimanche 23 juillet de 9h à 12h et de 14h à 17h au salon de la

Maison funéraire Trudel, 214 rue Principale Saint-Sauveur 450-438-1234 www.maisontrudel.com

MAISON TRUDEL SERVICES FUNÉRAIRES

>PN09460-1

Forget née Lachance, Gisèle
1933 - 2023



À St-Jérôme, le 1er juillet 2023, est décédée à l'âge de 90 ans, Mme Gisèle Lachance, épouse de feu Pierre Forget.

Elle laisse dans le deuil ses filles: Sylvie (Jacques), Josée (Jean-Pierre), Michèle (Alain), ses petits-enfants: Tina, Simon, Carlos-David, Jérémy et Félix, ses arrière-petits-enfants: Noah, Adam, Charlie, Henrik, son frère Claude (Ghislaine), ses neveux, nièces, autres parents et amis.

La famille recevra les condoléances le jeudi 13 juillet 2023 dès 10 h à la Résidence Funéraire Desrosiers & Fils Inc. située au 10 rue De Martigny Est, St-Jérôme, Qc. J7Z 1V6.

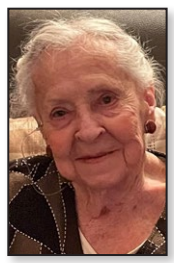
Les funérailles le jeudi 13 juillet 2023 à 14 h 30 en l'église de la Paroisse St-Pierre (520 boul. Bourassa, St-Jérôme, Qc. J7Y 1X9).

Vos marques de sympathie peuvent se traduire par un don à la Fondation de l'Hôpital régional de St-Jérôme. www.fondationhopitalsaint-jerome.org

Depuis 1959 DESROSIERS & FILS INC. Résidence Funéraire

>PN09463-1

PERREAULT (née BLAIN) Suzanne
1929 - 2023



De Saint-Sauveur, le 3 juillet 2023, à l'âge de 93 ans, est décédée Mme Suzanne Perreault, née le 13 septembre 1929 à Montréal, veuve de Marcel Perreault.

Elle laisse dans le deuil son fils Pierre, ses filles Lyse (Gérard Siegmann) et Christiane (Marc Pâquet), ses deux petits-fils Nicolas Siegmann et Maxime Siegmann (Kim Danis), son arrière-petit-fils Thomas Siegmann, fils de Maxime, sa belle-sœur Hélène Perreault, plusieurs neveux et nièces de la grande famille Alphonse Perreault.

Fondatrice des boutiques La Lampe d'Aladin, femme d'affaires aguerrie, passionnée de lecture, bridge, peinture, golf, et sa Floride, ses fleurs et ses tomates !

Un merci spécial à Hélène Simard qui s'est occupée d'elle de façon extraordinaire durant les dix derniers mois, un grand merci à tout le personnel du CHSLD des Hauteurs pour les bons soins, la douceur et l'amitié qu'ils lui ont démontrés tout au long de son séjour.

Une célébration de sa vie aura lieu en l'Église de Saint-Sauveur le samedi 5 août à 13h, suivie du service à 14h. (205 rue Principale, Saint-Sauveur, J0R1R0)

Vos marques de sympathie peuvent se traduire par un don à la fondation de recherche Alzheimer.

Maison Funéraire Trudel 450-438-1234 www.maisontrudel.com

MAISON TRUDEL SERVICES FUNÉRAIRES

>PN09458-1

Richard Charbonneau
1957 - 2023



À Québec, le 30 juin 2023, à l'âge de 66 ans est décédé Monsieur Richard Charbonneau, époux de Mme Hélène Maltais.

Outre son épouse, il laisse dans le deuil son fils Joseph (Rébecca Garon), son père Michel (sa mère feue Marie-Paule Aubin), son frère feu Sylvain (Guylaine Villeneuve), ses beaux-frères et belles-sœurs Jean-Baptiste (Janice Bennett), Hertel (Marthe Vachon), Jacques (Gina Laforge), Manon (Serge Lauzon), Barbara (André Côté), France (Réjean Paquet), Paula (Marc Jobin), ses neveux et nièces, oncles et tantes, ainsi qu'autres parents et amis.

La famille recevra vos condoléances le samedi 15 juillet 2023 de 9h à 14h au salon de la :

Maison Funéraire Trudel, 400 Place du Curé Labelle, Saint-Jérôme, QC. (450) 438-1234

Une liturgie de la parole sera célébrée au salon ce même samedi à 14h.

Vos marques de sympathie peuvent se traduire par un don à la Fondation du CHU de Québec pour recherche contre le cancer : https://fondationduchudequebec.org/dons-recherche/

MAISON TRUDEL SERVICES FUNÉRAIRES

>PN09457-1

GAUTHIER (Beauchamp) Nicole
1940 - 2023



Au CHSLD de Blainville, le 27 juin 2023, à l'âge de 83 ans, est décédée Mme Nicole Gauthier épouse de feu M. Guy Beauchamp domiciliée à Prévost.

Elle laisse dans le deuil ses enfants Daniel et Martine (Serge), ses deux petites-filles Eugénie et Florence.

De la famille Gauthier, elle quitte son beau-frère et sa belle-sœur Raymond Walsh (feu Pierrette Gauthier), Anne-Marie Noël (feu Georges Gauthier), de la famille Beauchamp elle quitte également sa belle-sœur Mme Jacqueline Beauchamp (Jacques Delorme), son beau-frère M. André Beauchamp (Germaine Benoît), Mme Nicole Gauthier laisse également ses neveux, nièces, autres parents et amies.

La famille recevra vos condoléances le samedi 12 août de 10h à midi au salon de la **Maison Funéraire Trudel Inc. 801 Boul. Des Laurentides, St-Jérôme (St-Antoine) 450-438-1234 www.maisontrudel.com**

La Célébration de la Vie se déroulera au salon même à 11h30

A la mémoire de Mme Nicole Gauthier, compensez l'envois de fleurs par des dons à la Fondation Québécoise du Cancer (Cartes disponibles au salon)

La famille remercie sincèrement le personnel du CLSC Lafontaine et le personnel du CHSLD de Blainville (soins palliatifs) pour la qualité et l'excellence des soins prodigués.

MAISON TRUDEL SERVICES FUNÉRAIRES

>PN09443-1

Le nord atelier@journalacces.ca

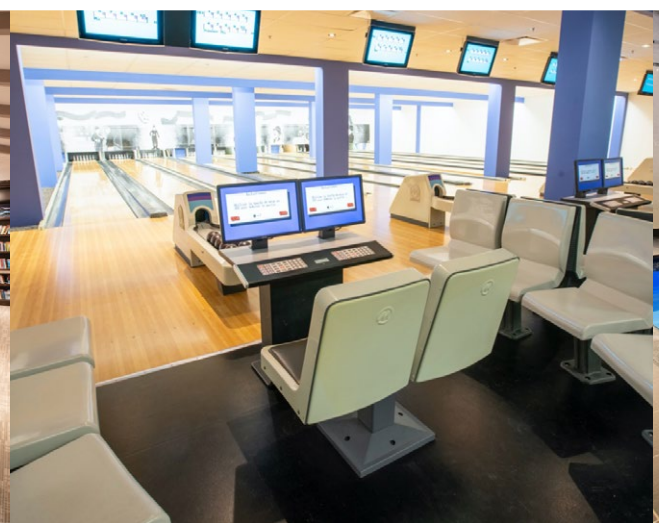
UNE VUE À COUPER LE SOUFFLE

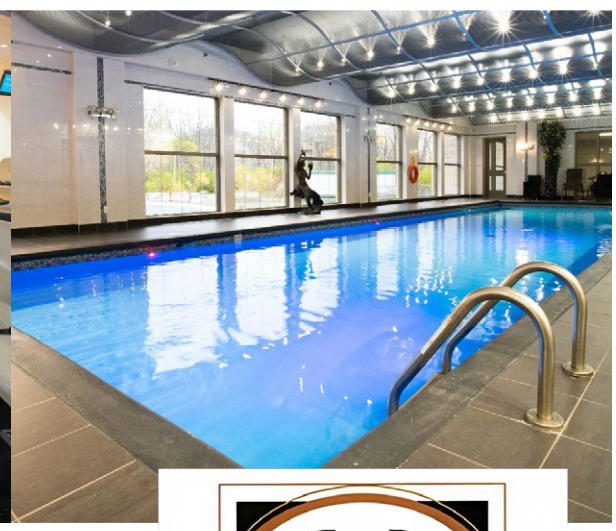
EN BORDURE DE LA RIVIÈRE DES PRAIRIES !



INCLUS AU BAIL : téléphone, câble Vidéotron, internet, eau chaude, taxe d'eau, stationnement intérieur et plusieurs loisirs sur place







Place des Cageux, Laval (à l'entrée de l'Île Paton)

450 973-4260 | residencedesphilanthropes.ca

Un complexe d'une beauté remarquable à des prix compétitifs

La Résidence des Philanthropes

>PN09294-1