



Laissez-nous
prendre soins de vous!

819-668-2398

batisseurs.ca • 600 av. De Salaberry, Chambly



CLINIQUE DENTAIRE BERTHIAUME

- Dentisterie familiale
- Soins esthétiques
- Service d'orthodontie
- Blanchiment des dents

1101, boul. Brassard, bureau 207
Place Les Lilas, Chambly 450 447-1100

HEBDOMADAIRE
LE JOURNAL
Le mercredi 1 février 2023 | Volume 58 | # 43
32 pages | 30 247 exemplaires
DE CHAMBLY

CHAMBLY Pizzeria
450 447-1444
616, RUE SAINT-PIERRE CHAMBLY, QC

Hausse du salaire minimum

15,25 \$

DE L'HEURE

(Photo : Julien Dubois)

Page 3

Etienne Gérin-Lajoie
450 658-8211

Courtier immobilier
Remax Plus inc
Agence immobilière.

SERVICE DE QUALITÉ DEPUIS 30 ANS +

RE/MAX Tranquillité

www.etiennegerinlajoie.com

PERFOMAX Ouvert samedi sur rendez-vous

N'achetez pas vos pneus avant d'avoir comparé chez Perfomax

CHANGEMENT D'HUILE à partir de	34,95\$
ALIGNEMENT à partir de	75,95\$
POSE ET EQUILIBRAGE DE PNEUS à partir de	60\$

PNEU SOLUTIONS

14" à partir de	101,95\$	15" à partir de	111,95\$	16" à partir de	129,95\$	17" à partir de	134,95\$	18" à partir de	144,95\$
-----------------	----------	-----------------	----------	-----------------	----------	-----------------	----------	-----------------	----------

2440, boul. Industriel, Chambly 450 447-5195 perfomax.ca



Madame Sandra Bolduc et Monsieur Serge Allaire



Plus de 17 000\$ ONT ÉTÉ AMASSÉS

Merci

Du fond du cœur, nous remercions nos précieux donateurs pour leur appui!

LA RENTRÉE SCOLAIRE 2022

- Les équipements Briand
- La Maison Darche
- Dékosol
- Wilson et Lafleur Ltée.
- Alliance Remoque
- Chez Marius
- Les Entreprises Claude Martel (Midas)
- Garage Pelletier et fils
- Transmission automatique Chambly
- Librairie Larico
- Valentine Chambly
- Marché IGA Lambert Chambly

- Chaussures Pop
- Animalerie Chambly
- Caisse Desjardins du Bassin-de-Chambly
- Carrosserie Denis
- Tim Horton's Boul Fréchette
- Flexoplus
- Journal de Chambly
- Jocelyn Métras CPA Inc. (Longueuil)
- Fertilisation Provost Inc.
- Concept B
- Structures Sim Con Inc.
- Au coin de LaBaie

- Saint-Hubert Toyota
- FG Chocolatier
- Les entreprises Claude Martel (Midas)
- Pharmacie Brunet
- SMR Déneigement et paysagement
- L'Entraide Plus

Merci

Lors de la collecte de l'Halloween d'octobre dernier, une somme record de 10 441\$ a été recueillie!

Un grand merci aux conseils d'établissement, directeurs et directrices, enseignants et enseignantes, adjointes administratives et aux parents. Merci à tous les enfants qui ont amassés de l'argent durant leur tournée du 31 octobre. Votre geste de générosité est grandement apprécié.

DE CARIGNAN : Les écoles Carignan Salière et du Parchemin.

DE CHAMBLY : Les écoles Madeleine Brousseau, La Passerelle, Sainte-Marie, De Bourgogne, William-Latter, Jacques de Chambly et De Salaberry.

Un merci spécial à tous les bénévoles qui ont roulés tout cet argent ainsi qu'à mon extraordinaire épouse, Marie-Claude Laliberté, qui me permet et me soutien afin d'aider une partie de la communauté.

Serge Allaire

À l'an prochain!

Envie d'aider auprès des gens de chez nous?

Contactez-nous! Sandra Bolduc 450 658-9898 poste 710

Pour tout don, un reçu d'impôts sera émis.

Veuillez libeller votre chèque au nom de POSASDM



Salaire minimum

Le cap des 15 \$ dépassé

Le salaire minimum augmentera de 7 % le 1^{er} mai, soit la hausse la plus importante au Québec depuis plus de vingt ans. Les négociations débuteront désormais à 15,25 \$ de l'heure, au minimum. Une décision qui ne ravit pas tout le monde.

Julien Dubois
Initiative de journalisme local
jdubois@journaldechambly.com

Le phénomène d'inflation concernant les prix des biens de consommation, des taux de marge de crédit, des coûts de matières premières, ou encore la pénurie de main-d'œuvre compliquent la tâche de bon nombre d'acteurs de l'économie québécoise. Devant la difficulté de boucler les fins de mois chez les employés payés au salaire minimum, le gouvernement a décidé de relever ce dernier à 15,25 \$, soit une augmentation de 1 \$ de l'heure.

« Évidemment, nous sommes contents pour les personnes concernées et nos clients. (...) Cela n'empêche pas que nos frais vont augmenter. »
- Nathalie Boucher

Stéphane Brin, conseiller du syndicat FTQ Montréal, n'est pas complètement satisfait de la mesure. « Nous réclamions plutôt 18 \$ l'heure. Nous nous sommes battus à 15 \$ de l'heure par le passé, mais déjà qu'en 2020, ce n'était plus suffisant, n'en parlons pas pour 2023! Une personne travaillant 40 heures par semaine devrait pouvoir boucler son budget sans problème. Il n'est pas normal de consta-



Le gouvernement a voulu équilibrer entre pouvoir d'achat et charges des entreprises. (Photo : Julien Dubois)

ter que des travailleurs à temps plein doivent aller combler leurs besoins de première nécessité dans les banques alimentaires. »

Des frais supplémentaires

Du côté du centre communautaire Aux sources du Bassin de Chambly, les dirigeants sont mitigés concernant cette mesure. « Évidemment, nous sommes contents pour les personnes concernées et nos clients, assure Nathalie Boucher, directrice administrative. Chez nous, les salariés sont au-dessus

du salaire minimum. Cela n'empêche pas que nos frais vont augmenter. En ajoutant la pénurie de main-d'œuvre, une concurrence existe entre les différents centres communautaires. Les salaires se dirigent encore vers la hausse. »

La Fédération canadienne de l'entreprise indépendante (FCEI) défend les intérêts des PME. Dans son rôle, elle révèle une certaine inquiétude concernant une mesure qui devrait coûter 2 600 \$ supplémentaires par année

pour chaque employé au salaire minimum. « Les PME n'ont pas de répit, estime François Vincent, vice-président Québec de l'organisation. Les hausses des coûts s'enchaînent depuis un an et les entrepreneurs n'ont pas de portefeuille magique faisant apparaître des billets de banque. Cela fragilise les petites entreprises qui ne peuvent pas, autant que les grandes, absorber les hausses et qui risquent de perdre des clients à cause d'une trop grande augmentation de leurs prix. Il faudrait que le gouvernement du Québec accompagne cette augmentation du salaire minimum de mesures d'atténuation, comme des allègements fiscaux sur la masse salariale. La FCEI rappelle qu'il est nécessaire d'inclure les PME dans le bouclier anti-inflation. »

Un compromis

Annoncée à la mi-janvier, la mesure a été justifiée par Jean Boulet, ministre du Travail, qui souhaite trouver un compromis entre tous les partis de la société. « Nous le savons, les défis liés au marché du travail sont grands : la pénurie de main-d'œuvre et la progression rapide des salaires en font foi. Le contexte économique que nous traversons actuellement nécessite que nous posions des gestes concrets afin d'améliorer le pouvoir d'achat des personnes à faible revenu tout en respectant la capacité de payer des petites entreprises, surtout en région. Je suis convaincu que la hausse du salaire minimum que j'annonce aujourd'hui fait partie de ces initiatives et qu'elle favorisera la participation des Québécoises et des Québécois au marché du travail pour ainsi contrer le fort taux de postes vacants qui demeure actuellement. » Près de 300 000 travailleurs sont concernés.

Question aux lecteurs

Voyez-vous plus d'avantages ou d'inconvénients concernant l'augmentation du salaire minimum?

journaldechambly.com

PLUSIEURS
FORFAITS
DISPONIBLES

CONTACTEZ-NOUS
POUR EN
SAVOIR PLUS

On t'attend
DIMANCHE
LE 12 FÉVRIER
pour le Superbowl !



1737, avenue Bourgogne, Chambly

450 658-6092

tavernemarius.com

Montant fraudé remboursé

Retour sur investissement

Quelques semaines après avoir soutiré 5 500 \$ à la Carignanoise Joëlle D'Addario, la compagnie frauduleuse Tno bourse lui a retourné en deux versements la somme de 5 600 \$.

Un texte de Jean-Christophe Noël
jcnoel@journaldechambly.com

À la suite de ce remboursement, le site Internet de la compagnie Tno bourse est devenu inaccessible. Avant sa disparition, l'entreprise s'y décrivait comme étant une entreprise « privée dans laquelle plusieurs courtiers placent l'argent des clients, dans les meilleurs investissements du moment, pour leur rapporter un maximum de gains en 24 h ». Joëlle D'Addario, 18 ans, était tombée dans le panneau. Croyant qu'elle pouvait faire des gains rapidement, 5 500 \$ lui avaient été ainsi subtilisés en peu de temps.

Une plainte a formellement été portée à la police par Joëlle D'Addario et sa mère, Marie-Josée Bérubé. Le *Journal de Chambly* est ensuite entré en contact avec celui qui s'identifie comme étant le fondateur de Tno bourse. Après avoir pris connaissance de la plainte et de l'existence de l'article décrivant la fraude, il répond au journal « qu'elle (Joëlle) peut demander un remboursement ».

« Quand elle (courtier de Tno bourse) a vu l'article, elle m'a réécrit en me disant qu'elle ne comprenait pas la plainte à la police et l'article », mentionne Mme D'Addario. L'employée de Tno bourse a alors dit à Mme D'Addario qu'elle n'avait qu'à lui demander remboursement et qu'elle l'aurait obtenu. « Je leur avais pourtant déjà écrit environ cinq fois en les suppliant de me redonner mon argent », raconte la Carignanoise. La courtière qui prétend avoir un diplôme en finances a également envoyé des messages vocaux. « C'était une pe-



Après quelques semaines à se battre ensemble, Marie-Josée Bérubé et Joëlle D'Addario ont vu les fraudeurs leur retourner 5 600 \$. (Photo : Jean-Christophe Noël)



Ce site est inaccessible

Impossible de trouver l'adresse IP du serveur de
www.tnobourse.com.

Voici quelques conseils :
Vérifier la connexion

ERR_NAME_NOT_RESOLVED

Le site Web de Tno bourse a disparu de la Toile peu de temps après la fraude. (Photo : capture d'écran)

tite voix, elle semblait très jeune. Je ne sais même pas si elle était majeure. Et la façon de m'écrire, c'est sûr qu'elle n'a aucun diplôme en courtage ou autres », convient Mme D'Addario.

Les arnaqueurs ont demandé à répétition si les démarches de Mme D'Addario et sa mère cesseraient si la plaignante était remboursée. « Ils ont l'air d'avoir eu peur », constate celle qui avait été flouée.

Il y a deux semaines, contre toute attente, un premier montant de 3 000 \$ a été déposé dans le compte de Joëlle D'Addario. Puis, le lendemain, 2 600 \$ supplémentaires se sont ajoutés à la somme. « Je ne pensais jamais revoir

cet argent. Je pensais que c'était fini. Je n'en croyais pas mes yeux », s'exclame la jeune femme, qui a senti une vague de pression s'évacuer.

Rappel à la prudence

Devant le stratagème de fraude, l'agent Éric Boulianne, de la Régie de police Richelieu-Saint-Laurent, rappelle à la prudence. « On fait tellement de campagnes de sensibilisation. On ne doit pas divulguer ses informations ainsi. On s'époumone à donner des conseils de prévention devant la promesse de rendements qui n'ont pas de bon sens », énonce le policier, qui parle de négligence téméraire dans ce cas précis.

« On s'époumone à donner des conseils de prévention devant la promesse de rendements qui n'ont pas de bon sens. »
- Éric Boulianne

Expérience acquise

Bien qu'anxiogène pour Mme D'Addario, l'expérience de vie ne lui aura pas été coûteuse financièrement parlant. Elle dit avoir pris conscience et connaissance des démarches officielles à faire lorsqu'il est matière d'investir de l'argent.

Son argent, Joëlle D'Addario l'a placé, en grande partie. Elle réserve toutefois une somme pour profiter de la vie dans le cadre d'un voyage en Espagne, avec des amis, après sa session scolaire.

Question aux lecteurs

Quelle plainte formulée à la police a-t-elle tourné en votre faveur?

journaldechambly.com



YANNICK GINGRAS
Courtier immobilier
RE/MAX ÉVOLUTION

1055, BOUL DU SÉMINAIRE
BUREAU 302
ST-JEAN-SUR-RICHELIEU
Cell. : 514-892-7973
Bureau : 450-349-5868

RE/MAX
remax-quebec.com

Tranquilli-T

TITAN 2021

RE/MAX RÉUSSITE DE CARRIÈRE EXCEPTIONNELLE

RE/MAX TEMPLE DE LA RENOMMÉE

VOUS VOULEZ VENDRE OU ACHETER, **CONFIEZ-MOI VOS PROJETS !**

yannickgingras.com

Intervention policière

Inquiétude sur le bassin

La Régie de police Richelieu-Saint-Laurent a dû se rendre sur le bassin de Chambly, le 21 janvier dernier, en raison d'un individu tenant des propos inquiétants.

Un texte de Jean-Christophe Noël
jcnol@journaldechambly.com

Vers 16 h 45, les policiers ont reçu un appel anonyme d'une personne qui tenait des propos troublés, indiquant qu'elle se trouvait sur le bassin de Chambly.

« Il y a eu une absence de collaboration », indique Éric Boulianne, du Service de police de Richelieu Saint-Laurent. L'individu a mentionné se trouver sur



le bassin. Étant donné le risque causé par l'épaisseur de la glace, la présence des pompiers a été nécessaire. Conjointement, les policiers et les pompiers du Service d'incendie de Chambly ont donc effectué des investigations sur le lieu mentionné. À 18 h 45, les recherches ont pris fin. « Finalement, la personne n'était pas sur le bassin », résume M. Boulianne.

« Au fur et à mesure que l'information entrait, et après avoir localisé la personne en détresse, on s'est aperçus qu'il y avait eu de la fausse information. »
- Éric Boulianne

Retrouvée ailleurs

La personne dont il était question dans l'appel a été retrouvée à Sainte-Julie, ville où elle réside. Des soins lui ont



Les policiers et les pompiers ont effectué des recherches sur le bassin de Chambly en raison d'une personne ayant menacé d'attenter à sa vie. (Photos : courtoisie)

été prodigués. Elle a été transportée en milieu hospitalier. « Au fur et à mesure que l'information entrait, et après avoir localisé la personne en détresse, on s'est aperçus qu'il y avait eu de la fausse information », explique l'agent Éric Boulianne.

Étant donné l'état de santé mentale de l'individu impliqué, il ne devrait pas y avoir d'enquête ni d'accusation. « Il est plus nécessaire d'accompagner et de soutenir la personne dans ce cas », termine M. Boulianne.



**CENTRE DENTAIRE
RUEL INC.**

**MAINTENANT UN
CENTRE MULTI-SERVICES**

VOTRE ÉQUIPE D'EXPÉRIENCE EN DENTUROLOGIE



Isabelle
Lefebvre,
d.d.



Stéphanie
Lefebvre,
d.d.



- Prothèses complètes et partielles
- Prothèses sur implants
- Service de réparation

NOUVEAUTÉ: Implantologie

- Dentisterie générale et esthétique
- Chirurgie
- Orthodontie préventive
- Couronne et ponts sur implants
- Service d'urgence
- Blanchiment des dents

**OUVERT DU
LUNDI AU
VENDREDI**



Centre Dentaire Ruel
947, boul. Périgny, Chambly
centredentaireruel.com
450 447-4055

Lefebvre Denturologistes
lefebvre.denturologistes.ca
514 437-9933



Paroisse Sainte-Angèle-de-Monnoir

Se relever de la fraude

Alice Lafeuille encaisse avec peine ce qu'a vécu la fabrique de Sainte-Angèle-de-Monnoir, fraudée « d'au moins » 160 000 \$ par l'ex-employée Pascale Floymon.

Un texte de Jean-Christophe Noël
jcnol@journaldechambly.com

« Je ne sais pas ce que l'on fait pour se relever de ça, parce que je suis en train de me relever », exprime Alice Lafeuille, qui fréquente couramment ce lieu de culte, auquel elle voue une grande importance. De façon récurrente, elle y prépare la messe. Elle s'y implique également, notamment à travers divers événements qui ont permis de recueillir des dons qui devaient servir au bien-être de la paroisse. « On a organisé beaucoup d'activités étant donné que l'on n'avait jamais d'argent », met en reflet Mme Lafeuille, qui demeure à Sainte-Angèle-de-Monnoir depuis 35 ans. La raison pour laquelle l'église n'avait jamais d'argent lui apparaît simplement. « On s'aperçoit que tout cet argent allait dans ses (Pascale Floymon) poches. »

Temps et argent

Du temps et de l'argent, Alice Lafeuille en a donné sans compter pour la paroisse. À savoir comment elle a réagi devant la fraude avouée, Alice Lafeuille marque un silence avant de répondre. « Comment on peut réagir quand on



Assise sur la chaise de l'ancien bureau de Pascale Floymon, Alice Lafeuille donne du temps à la fragerie située à même la fabrique. Une partie de l'argent amassé est remise à la paroisse. (Photos : Jean-Christophe Noël)

se sent abusée? », évoque, larmes aux yeux, la croyante dont la confiance a été abimée. « Elle cachait bien ça », convient-elle. L'Angéloirienne rappelle que lorsque des comptes étaient demandés à la coupable, « elle trouvait toutes sortes de raisons pour ne pas les donner ». Elle parle aussi d'anciens administrateurs des lieux sous le choc, qui, au fil du temps, « n'ont pas vu ça ».

Mme Lafeuille ajoute que tous ceux qui ont fait des dons doivent se sentir, comme elle, abusés. « Qu'est-ce que tu veux que l'on fasse?, questionne la pas-

sionnée de spiritualité. On attend de pouvoir trouver un sens à ça », ajoute celle qui fait aussi partie du conseil d'orientation pastorale, avec le curé de la place, Éloi Giard.

André Millette est nouvellement marié à l'église de Sainte-Angèle-de-Monnoir. Comme plusieurs citoyens, il a contribué à la dime. « Il y en a qui ne veulent plus donner. Ça les regarde », dit-il. M. Millette a peu d'espoir de revoir la couleur des 160 000 \$ que Pascale Floymon a été condamnée à rembourser.

Pardon de Dieu?

Est-ce que Dieu pardonne, de se faire voler ainsi en sa maison? « Ce que je sais, c'est que Dieu est miséricordieux envers tous. Comment il fait? Je ne saurais pas te le dire. Le reste, je ne peux pas le juger », exprime Mme Lafeuille.

**« Je ne sais pas ce que l'on fait pour se relever de ça, parce que je suis en train de me relever. »
- Alice Lafeuille**

Pascale Floymon a été condamnée à 15 mois de prison. Elle devra également rembourser la somme de 160 000 \$ volée à son ancien employeur. Alice Lafeuille lui souhaite de cheminer en prison. « Elle a dit qu'elle était coupable, mais je ne sens pas le repentir », termine-t-elle.

De son côté, l'abbé Éloi Giard répond par une citation de Sainte-Thérèse de Lisieux, qu'il qualifie de plus grande sainte des temps modernes. « Avec tous les péchés du monde sur la conscience, j'irais me jeter dans ses bras avec la même confiance. »



Au cœur du village se trouve la paroisse de Sainte-Angèle-de-Monnoir.



Jean-Paul Bergeron est l'administrateur des finances de la paroisse depuis 2019, année où la fraude a été dévoilée. Un texte de Jean-Christophe Noël jcnol@journaldechambly.com

LE **JOURNAL**
DE CHAMBLY

1668, avenue Bourgogne, bureau 204
Chambly, QC J3L 1Z1
450 658-6516

BUREAU DE L'ADMINISTRATION
1488, rue Montarville, Saint-Bruno
QC J3V 3T5
450 441-5300

ÉDITEUR
Philippe Clair
pclair@versants.com

ADJOINTE ADMINISTRATIVE
Michèle Caya
mcaya@versants.com

DIRECTRICE VENTES ET SOLUTIONS MÉDIAS
Anne-Marie Clair
amclair@journaldechambly.com

COORDONNATRICE VENTES ET SOLUTIONS MÉDIAS
Kathia Gagné
kgagne@journaldechambly.com

VENTES ET SOLUTIONS MÉDIAS
Julie Bisailon
jbisailon@journaldechambly.com

DIRECTEUR DE L'INFORMATION
Frédéric Khalkhal
fkalkhal@journaldechambly.com

JOURNALISTES
Jean-Christophe Noël
jcnol@journaldechambly.com
Julien Dubois
Initiative de journalisme local
dubois@journaldechambly.com

Frank Jr Rodi
redaction@journaldechambly.com
Alexandra Vieille
redaction@journaldechambly.com

INFOGRAPHISTES
Denis Kiopini
Christine Burke
Carole Bouvier

IMPRIMERIE
Transcontinental

DISTRIBUTION
Publi-Sac

30 247 exemplaires

RS RÉSEAU SÉLECT
PARTENAIRES PUBLICITAIRES

Initiative de
journalisme local

Financé par le
gouvernement
du Canada

Canada

Circulation

Le feu rouge attendu!

La Ville de Chambly a annoncé l'installation prochaine d'un feu rouge sur le carrefour De Périgny - Daigneault. Une décision saluée par les habitants du quartier.

Julien Dubois
Initiative de journalisme local
jdubois@journaldechambly.com

Lorsqu'on lui parle de l'installation prochaine d'un feu rouge, Véronique Côté ne cache pas son impatience. Cette résidente de la rue Daigneault depuis septembre est contrainte de tourner à droite lorsqu'elle rejoint le boulevard De Périgny, conformément à la règle de circulation actuellement en vigueur. Une direction diamétralement opposée au centre-ville de Chambly. « Cela m'oblige à prendre un détour pour aller faire mon épicerie, relate-t-elle. On compte un trajet de dix minutes. »

Au choix, les automobilistes peuvent poursuivre sur l'avenue De Périgny pour ensuite faire demi-tour quelques centaines de mètres plus loin, à Carignan, ou bien emprunter la rue Martel, située de l'autre côté de la rue Daigneault.



Le carrefour est jugé dangereux par les résidents de la rue Daigneault. (Photo : Julien Dubois)

Dans cette zone de plusieurs centaines d'habitants située au bout de la rue Bourgogne, la circulation est dense. Véronique Côté assure que le feu rouge permettra davantage de sécurité sur la route. « Nous devons être très méfiants lorsque nous nous engageons sur l'avenue De Périgny. Les voitures provenant de notre gauche roulent vraiment vite.

Même les personnes qui me visitent me l'ont souligné. Un feu rouge pourra régulariser la circulation. »

Lors du dernier conseil municipal, la mairesse, Alexandra Labbé, a clairement exprimé son souhait d'installer le feu rouge. « C'est le moyen le plus rapide pour sécuriser l'intersection.

On veut aussi désenclaver cette zone de la ville afin de permettre de gagner le centre plus rapidement. »

L'intersection pourrait être sécurisée sur le long terme, à moins qu'un deuxième scénario lié au Programme particulier d'urbanisme (PPU) ne vienne changer les plans. L'idée est de prolonger l'avenue Bourgogne, mais la Ville ne se prononce pas encore sur la faisabilité du projet. « On attend la réponse du ministère des Transports, poursuit la mairesse. Nous avons pris position en appliquant les résolutions. La balle est dans leur camp. »

À l'autre extrémité de l'avenue Bourgogne, la Ville a demandé la réouverture du chemin piétonnier sous le pont Yule. Il permet l'accès à l'ancien site de l'entreprise Bennett Fleet, où devrait se construire bientôt une résidence.

Question aux lecteurs

Quels sont les endroits proches de chez vous où la circulation pourrait être améliorée?
journaldechambly.com



YVES-FRANCOIS BLANCHET

Député de Beloeil-Chambly
et chef du Bloc Québécois

1228013553-010223

450 658-0088 • 1 877 741-7802
yves-francois.blanchet@parl.gc.ca

Dominic Lambert
COURTIER IMMOBILIER

Vendre soi-même...
Ou avec un courtier?
Pourquoi pas les deux!

514 266.4001

CONTACTEZ-MOI pour
l'ÉVALUATION GRATUITE
de votre propriété

Plus de 18 ans d'expérience

Carrefour Familial du Richelieu

Halte-garderie 0-5 ans
Activités parent/enfant 0-5 ans
Ateliers parents

FIER D'ÊTRE DANS LE CŒUR DES FAMILLES DEPUIS PLUS DE 25 ANS !

POUR PLUS D'INFORMATIONS : 450 447-9969
OU ACCUEIL@CARREFOURFAMILIAL.ORG
CARREFOURFAMILIAL.ORG

En collaboration avec :

1228012320-220622

CHRONIQUE HISTOIRE



Louise Chevrier
Société d'histoire de la
seigneurie de Chambly.

L'origine de la famille Boileau

Boucherville, 1706 : Pierre Boileau épouse Marguerite Ménard. Originaire de la ville de Poitiers, il est arrivé au pays en 1686. Née à Michilimakinac, Marguerite est la fille de Maurice, interprète du roi en langues amérindiennes à ce poste de traite des Grands Lacs. Sa mère, Madeleine Couc, est une métisse algonquienne.



La Canadienne et le Canadien, collection Ville de Montréal. (Photo : courtoisie)

Le premier Boileau laisse peu de traces dans les documents, contrairement à Marguerite Ménard, qui deviendra sage-femme. Dès son arrivée à Chambly, elle est marraine aux baptêmes d'Amérindiens. Autour d'elle gravitent les membres des familles seigneuriales, les chirurgiens, les capitaines de milice. Cet héritage provenant des Ménard, appartenance au pays et réseau d'alliances, les premiers Boileau sauront le mettre à profit.

En 1707, Pierre et Marguerite sont à Chambly, où naîtront leurs six enfants : René (I), Marguerite, Pierre (II), Madeleine, Louise et Michel.

René (I) est cité dans la correspondance de l'intendant Hocquart comme « guide » dans les forêts du lac Champlain, qu'il connaît comme sa poche; il désigne à l'ingénieur de la marine Levasseur l'emplacement de chenaies et de pinèdes, arbres destinés à la construction navale. Cité dans le journal de l'ingénieur Louis Franquet, il est auprès du général Montcalm, qu'il guide vers le fort de Carillon en empruntant « le chemin Boileau ».

Pendant les décennies 1740 et 1750, tandis que Michel suit les traces de son grand-père à titre d'interprète du roi au fort Saint-Frédéric, Pierre (II) organise le transport du bois jusqu'à Chambly, fournit en marchandises diverses les forts de Chambly et de Saint-Frédéric. Pierre est « l'homme de la situation », celui qui fera fortune : collaborateur de Joseph Cadet du temps de l'intendant Bigot, il assure le transport de bateaux pour les Américains envahisseurs. La paix revenue, il est le procureur du seigneur de Niverville, le capitaine de milice. Entre-temps, il a acquis des terres, spéculé, amassé des biens.

Ainsi, son fils unique, René (II), véritable « bourgeois gentilhomme » et père du notaire patriote, pourra prétendre à la main de la très noble Marie-Josèphe-Antoinette de Gannes de Falaise, immortalisée par un portrait de Malépart de Beaucourt.

Les filles de la famille ne sont pas en reste. Marguerite, épouse du maçon Gaboriau dit Lapalme, est sage-femme. Louise épouse Laurent Perreault, éleveur de bestiaux; elle est l'ancêtre des familles de ce nom. Quant à Madeleine, dans le sillage de son frère René à la mission de Missisquoi (Swanton au Vermont), elle épouse le navigateur Jacques Sachet. Leur fille, Victoire, par son mariage avec Noël Lareau, est l'ancêtre des familles Lareau de la région.

L'épopée des premiers Boileau est le sujet de la prochaine conférence présentée par la SHSC, le dimanche 19 février à 13 h 30, au Pôle culturel de Chambly. Pour suivre la SHSC sur sa page Facebook : <https://www.facebook.com/societehistoirechambly>

Mme Alexandra Labbé, mairesse de Chambly, M. Claude Gauthier et M. Patrick Marquès, maires des villes de Richelieu et de Carignan

Êtes-vous satisfaits des méthodes et de la contribution qu'offre la Régie intermunicipale de police Richelieu-Saint-Laurent aux communautés de Chambly, de Richelieu et de Carignan? Durant une récente tempête de neige, je me rendais au travail en circulant sur le chemin des Patriotes en direction est, vers l'autoroute 10. Je circulais prudemment, en portant une attention particulière aux conditions routières. Quelle n'a pas été ma surprise de voir surgir derrière moi, gyrophares allumés, une voiture de police banalisée de la Régie de police Richelieu-Saint-

Laurent! En me remettant ma petite contravention de 105 \$, l'agent invoquait la sécurité routière, alors même qu'il avait compromis cette sécurité en obstruant pendant de longues minutes une voie de circulation en pleine tempête de neige! Était-ce vraiment la meilleure contribution que cet agent pouvait faire, un matin de tempête, que d'utiliser une voiture banalisée afin de contrôler la vitesse de quelques conducteurs? Permettez-moi d'en douter. D'ailleurs, les véhicules banalisés devraient être réservés à la filature de criminels, pas à la surveillance d'honnêtes citoyens. La présence visible d'un policier a un effet préventif certain, même si les revenus de contraventions peuvent être moindres. Mais cette situation semble découler d'une culture vou-

lant que toute interaction entre un agent et un citoyen doive se solder en contravention. Il faut donc, comme maires, vous poser la question : voulez-vous que nos agents fassent de la prévention ou bien qu'ils traitent les honnêtes citoyens comme une source de revenus? À une époque où le rôle des agents de police est en métamorphose, quel service voulez-vous que nos agents offrent? Un corps de police municipal archaïque qui croit bon de piéger les honnêtes citoyens, incluant lors de tempêtes de neige? Sinon, quel type de leadership devrait être exercé sur et au sein de ce corps de police afin qu'il contribue de façon plus positive à la communauté?

Martin Gagnon, Chambly

PRÉCISION

Dans l'article *Répondre à l'éthique* de notre édition du 18 janvier 2023, une erreur a été commise dans la citation du Commissaire à l'intégrité municipale et aux enquêtes (CIME). Plutôt que de citer le CIME ainsi : « Le Commissaire à l'intégrité municipale et aux enquêtes (CIME) n'avait pas condamné les fuites d'information du CCU de Chambly en 2021, mais il reconnaissait des risques sérieux de manquements déontologiques de membres du CCU, notamment des bris de confidentialité et des conflits d'intérêts », le CIME aurait dû être cité ainsi relativement à ses travaux : « ont exposé des risques sérieux de manquements déontologiques de membres du CCU, notamment des bris de confidentialité et des conflits d'intérêts. Tandis que la conduite des élus membres du CCU est encadrée par le Code d'éthique et de déontologie qui leur est applicable, celle des membres non élus n'est régie par aucune règle. »



Malgré la tempête, la vie continue autour du stationnement incitatif de Chambly. À peine le soleil levé, tout le monde repart travailler.

Coordonnateur de sécurité sur les chantiers

Pour plus de sécurité

Depuis le 1^{er} janvier, la Commission des normes, de l'équité, de la santé et de la sécurité au travail (CNESST) impose la présence d'un coordonnateur de sécurité sur les chantiers de dix ouvriers ou plus, conformément à la loi. Une nouvelle pas forcément bien accueillie par les professionnels.

Julien Dubois
Initiative de journalisme local
jdubois@journaldechambly.com

La loi modernisant le régime de santé et de sécurité du travail a pour objectif d'augmenter la prévention sur la santé et la sécurité sur les chantiers tout en incluant la participation des employés. Ainsi, depuis le 1^{er} janvier, un représentant en santé et sécurité devra être présent pour veiller sur la bonne application des consignes par et pour les ouvriers à temps partiel pour les chantiers comptant dix travailleurs ou plus, et à temps plein pour les travaux joignant simultanément 100 ouvriers ou plus. Ce règlement concerne uniquement les exploitations entamées après le 1^{er} janvier.

De plus, un plan de prévention est désormais obligatoire. Il doit inclure les risques identifiés ainsi que la manière de les contrôler, voire d'y remédier, le processus de surveillance et les formations des personnes présentes sur le chantier. Des procédures sont aussi réclamées concernant les premières urgences.

Selon les statistiques de la CNESST, 71 personnes ont perdu la vie sur un chantier de construction en 2021, ce qui en fait le domaine le plus touché, au Québec, par les accidents. Un chiffre record qui inquiète les syndicats.

Interrogées sur l'efficacité de cette loi, les entreprises de la construction sur Chambly et ses environs se montrent réservées. Si certaines comprennent la nécessité d'encadrer davantage la sécurité sur le lieu de travail, d'autres y voient une complication. « Cela va d'abord engendrer plus de coûts, expliquent plusieurs propriétaires qui ont souhaité conserver l'anonymat. On est déjà venus nous voir à plusieurs reprises pour faire des rappels au règlement. Les inspecteurs viennent poser des questions, cela fait perdre du temps sur notre travail. »



Les chantiers de plus de 10 personnes seront davantage encadrés par souci de sécurité. (Photo : archives)

Sensuali[T]

(n.) La poésie entre coeur et corps

DANS UN JARDIN
Fabrication locale

RÉSIDENCE

Rivière Richelieu

UN COMPLEXE POUR RETRAITÉS

PROMOTION HIVERNALE

STUDIOS

274 - 356 - 357 - 362 - 363

PRIX : 1545 \$ - 373 \$
= 1172 \$*

STUDIO DE 325 pi²*

LES INCLUSIONS : Loyer de base, câble, téléphone et Internet
Ménage, buanderie et changement de literie 1X semaine
3 repas par jour, activités et loisirs

*La superficie peut varier. Estimation du crédit.
Estimation d'impôts pour maintien à domicile autonome.
Signature avant le 31 mars 2023

1, PLACE ROUVILLE TESSIER, RICHELIEU J3L 6Y4

450 447-2615 POSTE 401

514 714-1144

DEMANDEZ NICOLE CHOUINARD

La COP15 et la biodiversité

COVABAR salue l'entente

Le COVABAR voit d'un bon œil l'entente réalisée lors de la COP15 pour freiner, sur un cadre mondial, le déclin de la biodiversité à travers le monde.

Un texte de Jean-Christophe Noël
jcnoel@journaldechambly.com

« Sans eau, il n'y a pas de biodiversité. C'est la base de la vie », prêche Sylvain Lapointe, directeur général (DG) du COVABAR. Le COVABAR se trouve à être le Comité de concertation et de valorisation du bassin de la rivière Richelieu. Il coordonne notamment la gestion intégrée des ressources en eau (GIRE) pour son territoire, et ce, dans une approche de développement durable. « Ce qui m'a encouragé, c'est de voir que notre premier ministre a reconnu que la sauvegarde de la biodiversité, ça passait par la protection de notre eau », ajoute le DG marievallois.

« On a passé le temps de la sonnette d'alarme. Il n'est plus minuit moins cinq, il est rendu minuit dix. »
- Sylvain Lapointe

M. Lapointe y voit de l'espoir. Toutefois, concrètement, il attend de voir comment se manifestera le plan d'action. « On a passé le temps de la sonnette d'alarme. Il n'est plus minuit moins cinq, il est rendu minuit dix », juge l'homme.

Fonds Bleu

En matière aquatique, la création du Fonds Bleu devrait permettre un investissement de 650 millions de dollars lors du prochain mandat de la CAQ. L'annonce avait été faite avant les der-

nières élections. Sylvain Lapointe considère le développement de cette mesure financière à son état embryonnaire. « Est-ce que ce ne sont que les budgets déjà existants dans les différents ministères ou y aura-t-il réellement des fonds nouveaux? », questionne-t-il. Il constate que ces 650 M\$ sur cinq ans se situent davantage dans « le maintien d'actifs que dans la réalisation de nouveaux projets qui auront des impacts significatifs ». Le DG du COVABAR entrevoit, avec une hâte non dissimulée, la façon dont cet investissement sera géré.

Les plantes envahissantes et la protection des cours d'eau, la question des bandes riveraines ainsi que les mises à jour des infrastructures municipales sont au cœur de la mission du COVABAR. Avec le Fonds Bleu, Jean-François Roberge, député de Chambly, avait dit vouloir redonner les rives des rivières et des lacs aux citoyens et les assainir au Québec. « Nous sommes optimistes, mais nous ne souhaitons pas être déçus dans quatre ou cinq ans », espère Sylvain Lapointe. En début d'année 2023, il entend effectuer « une petite tournée » auprès des têtes dirigeantes afin de faire part des préoccupations de l'organisme ainsi que de sa vision en matière de protection de l'eau.

Projet de loi en 2023

C'est la Chine qui assurait la présidence de la COP15. L'entente réalisée lors du rassemblement a été décrite par certains comme étant « ambitieuse ». Le projet de loi sera déposé en 2023. Steven Guilbeault, ministre de l'Environnement et du Changement climatique, a indiqué que le gouvernement canadien travaillera, parallèlement, aussi avec ses partenaires autochtones, les provinces et les territoires.

Le texte se décline en 23 objectifs, à commencer par la protection de 30 % des terres et des océans d'ici 2030. Cette cible a été présentée comme



Sylvain Lapointe est le directeur général du Comité de concertation et de valorisation du bassin de la rivière Richelieu. (Photo : archives)

l'équivalent, pour la biodiversité, à l'objectif de Paris, soit de limiter le réchauffement climatique à 1,5 °C.

Le texte donne également des garanties pour les peuples autochtones, gardiens de 80 % de la biodiversité subsistante sur Terre, et propose de restaurer 30 % des terres dégradées et de réduire de moitié le risque lié aux pesticides.

Huit cibles

Outre la cible phare visant à protéger 30 % des terres et des océans de la planète, plusieurs priorités d'action sont prévues. Voici huit objectifs mis de l'avant par les Nations unies parmi les 23 au sein du texte :

- La conservation et la gestion efficaces d'au moins 30 % des terres, des zones côtières et des océans de la planète. Actuellement, 17 % des terres et 10 % des zones marines sont sous protection.
- La restauration de 30 % des écosystèmes terrestres et marins affaiblis par l'activité humaine.
- Réduire à un niveau proche de zéro la perte de zones d'une grande importance pour la biodiversité et d'une grande intégrité écologique.

- Réduire de moitié le gaspillage alimentaire mondial.
- Supprimer ou réformer les subventions qui nuisent à la biodiversité à hauteur d'au moins 500 milliards de dollars par an. Renforcer les incitations positives à la conservation et à l'utilisation durable de la biodiversité.
- Mobiliser au moins 200 milliards de dollars par an de fonds publics et privés pour le financement de la biodiversité.
- Accroître les flux financiers internationaux des pays développés vers les pays en développement pour qu'ils atteignent au moins 30 milliards de dollars par an.
- Exiger des sociétés transnationales et des institutions financières qu'elles surveillent, évaluent et divulguent de manière transparente les risques et les impacts sur la biodiversité de leurs opérations, portefeuilles, chaînes d'approvisionnement et de valeur.



Le chevalier cuivré, dans le Richelieu, est une espèce menacée. (Photo : courtoisie - ministère des Forêts, de la Faune et des Parcs)

Question aux lecteurs

Que pensez-vous de l'entente réalisée lors de la COP15?
journaldechambly.com





Semaine de prévention DU SUICIDE

Du 5 au 11 février 2023



**Se mobiliser pour empêcher
des gens de commettre l'irréparable**

Un sujet tabou, le suicide? De moins en moins, et c'est tant mieux! Du 5 au 11 février 2023 se tient la 33^e édition de la Semaine de prévention du suicide. Le slogan de la campagne initiée par l'Association québécoise de prévention du suicide (AQPS) est « Mieux vaut prévenir que mourir. Ose parler du suicide. »

Avec ce thème, l'AQPS souhaite mettre à l'avant-plan l'importance d'effectuer de la prévention et d'encourager les gens à parler du suicide en dépit des craintes ou des malaises que ce sujet délicat peut provoquer. Car agir, tant individuellement que collectivement, peut littéralement contribuer à sauver des vies!

MATÉRIEL DE SENSIBILISATION

La cause vous tient à cœur et vous cherchez des moyens de vous impliquer? L'AQPS met à votre disposition une boutique de matériel de sensibilisation. Rendez-vous sur le site jedonneenligne.org/aqps pour commander des produits (épingles, affiches, etc.) qui vous aideront à amorcer des discussions sur le suicide auprès de vos proches et dans votre milieu de travail, notamment.

MICROSITE

À la recherche d'informations sur le suicide?

Créé spécialement pour la campagne 2023, le microsite oseparlerdusucide.com contient notamment :

- De l'information sur la détresse, sur les façons de la déceler et d'y répondre;
- Des témoignages de personnes ayant osé parler du suicide;
- Une liste de moyens de se mobiliser pour la cause.

Pour en savoir plus sur l'évènement, visitez le aqps.info/semaine/ et suivez l'Association québécoise de prévention du suicide sur Facebook, YouTube et Instagram (#PreventionSuicide #ParlerDuSuicide).

DE L'AIDE EN TOUT TEMPS

Si vous pensez à vous enlever la vie ou si vous vous inquiétez pour une personne de votre entourage, n'oubliez pas que des intervenants sont là pour vous aider tous les jours, 24 h sur 24! Visitez le suicide.ca, téléphonez au 1 866 APPELLE (277-3553) ou utilisez la messagerie texte au 1 855 957-5353.

BESOIN DE PARLER?
APPELLE-NOUS!

plasa
source des monts

Travail de rue
Clinique jeunesse 12-24 ans
j'ai faim à tous les jours
POSart
Maison Stéphane Fallu
Expérience d'emploi
Événement communautaire

direction@posasdm.org
620, rue Sénécal, Chambly info: 450 658-9898

En collaboration avec
LE JOURNAL
DE CHAMBLY

Organisme favorisant la lutte à l'exclusion social et à la pauvreté d'individus âgés de 35 ans et moins

N'hésitez pas à demander de l'aide 1 866-APPELLE

**JEAN-FRANÇOIS
ROBERGE**

Député de Chambly

Ministre de la Langue française
Ministre responsable des Relations canadiennes et de la Francophonie canadienne
Ministre responsable des Institutions démocratiques
Ministre responsable de l'Accès à l'information et de la Protection des renseignements personnels
Ministre responsable de la Laïcité
jean-francois.roberge.chmb@assnat.qc.ca
2028, avenue Bourgogne, Chambly, Québec J3L 1Z6

1226013508-010223



Suivez votre député en action!



Un poste dans le paysage

Le poste électrique situé au centre de Chambly est visible à l'œil nu. Une anomalie dans le paysage qui n'est pas passée inaperçue pour Donald Desrosiers, habitant de Chambly et ancien salarié d'Hydro-Québec.

Julien Dubois
Initiative de journalisme local
jdubois@journaldechambly.com

Situé à proximité du Pôle culturel, le poste électrique de Chambly est incontournable! Protégé par un discret grillage, il trône au bout du stationnement avec ses installations de plusieurs mètres de haut. Dans un paysage valorisant la nature, sa stature fait tache comme souhaite le souligner Donald Desrosiers, ancien salarié d'Hydro-Québec et habitant de Chambly depuis un an et demi. « Des murets d'atténuation, visuelle et sonore, permettent à ces postes d'être davantage intégrés dans le paysage, contrairement aux clôtures Frost. Ils présentent aussi l'avantage d'être anti-son et d'être un frein à tout acte de vandalisme, comme le vol de cuivre, même si le Québec en est préservé concernant ce méfait. Hydro-Québec a lancé cette initiative il y a 35 ans en milieu urbain. »



Le poste électrique d'Hydro-Québec est entouré d'une simple clôture. (Photo : Julien Dubois)

Déterminé à ce que la situation soit rectifiée, le citoyen a interpellé le conseil municipal, mardi, lors de la période de questions durant la séance au Pôle culturel. « Cela fait trois ou quatre fois que j'en parle avec la mairesse et

je n'ai pas de nouvelles. Je n'ai pas de retour depuis quatorze mois! J'appelle ce lieu la « cicatrice du centre-ville » vu l'horreur esthétique qu'il représente. Le poste électrique est essentiel dans le fonctionnement de la ville, ce n'est pas

la question. Mais on doit pouvoir l'intégrer au mieux dans l'environnement. »

Alexandra Labbé a reçu la plainte et explique le retard de cette mise en place. « La Ville a contacté Hydro-Québec pour entamer les travaux, mais les délais sont longs, note la mairesse. De notre côté, nous avons fait le nécessaire pour amorcer le processus. » Le site Internet d'Hydro-Québec présente plusieurs postes électriques intégrés dans les environnements afin de présenter un meilleur visage à l'endroit. L'ensemble peut être composé de briques ou de murs de végétation afin de proposer le paysage le plus harmonieux possible.

Hydro-Québec se charge de l'aménagement paysager. Pour clore les travaux, l'entreprise s'occupe du terrassement, de la démobilisation du chantier et de l'inspection finale en laissant sur place uniquement les équipements d'exploitation.

Question aux lecteurs

Quel est le meilleur moyen d'intégrer le poste d'Hydro-Québec dans le paysage du centre-ville de Chambly?
journaldechambly.com



FÖRENA

C I T É T H E R M A L E

CÉLÉBREZ LA ROMANCE TOUT EN DOUCEUR

CARTES-CADEAUX DISPONIBLES
À FÖRENA.CA

250 rang des Vingt-Cinq Est
Saint-Bruno-de-Montarville, QC, J3V 0G6

1-844-985-2500
FORENA.CA

1266012833-250123



Passion FOOTBALL

ÊTES-VOUS PRÊT? **DIMANCHE** LE 12 FÉVRIER 2023



SALLE GABY BERNIER

11 : Les magouilleurs
18 : Hommage à Joe Dassin
24 : Marko Métivier
25 : Alain Tremblay

Billets disponibles :
LEPOINTDEVENTE.COM
OU DELIRESETDELICES.COM



SERIEDÉLICES
microbrasserie

Microbrasserie face au Bassin de Chambly

- Grande sélection de bières artisanales brassées sur place
- Sangri-bière
- Palettes de dégustation
- Spiritueux Québécois
- Menu bistro et accompagnements

Musique - Humour - Jeux de société
ENFANTS ADMIS EN TOUT TEMPS ACCOMPAGNÉS D'ADULTE

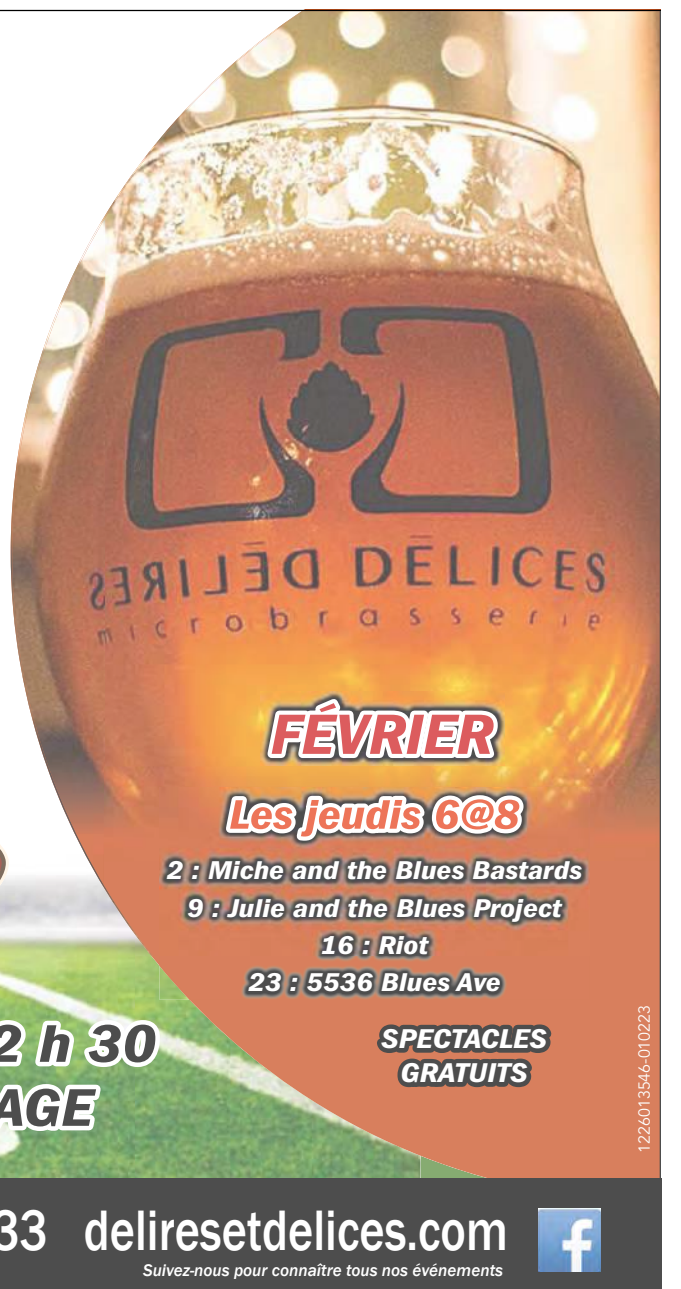


LA PLACE



pour ton Superbowl!

Dimanche le 12 février dès 12 h 30
ÉCRAN GÉANT - QUIZ - TIRAGE



FÉVRIER

Les jeudis 6@8

2 : Miche and the Blues Bastards
9 : Julie and the Blues Project
16 : Riot
23 : 5536 Blues Ave

SPECTACLES GRATUITS

1226013546-010223



Super Bowl : cinq conseils pour un party mémorable

Ça y est, le moment tant attendu par les fans — les inconditionnels comme les occasionnels! — de football américain est à nos portes... Prêt à célébrer? Voici quelques conseils pour que la soirée soit des plus réussies!

- 1. Réunissez tous vos amis :** plus on est de fous, plus on rit! Invitez tous vos amis... même s'ils ne viennent que pour le spectacle de la mi-temps — parions qu'ils se laisseront gagner par l'ambiance électrisante! Psitt! Avant de lancer vos invitations, calculez le nombre de places assises devant la télévision.
- 2. Décorez :** donnez un air de stade de football à votre salon! Surtout, décorez aux couleurs des deux équipes qui s'affronteront dans ce match ultime — à moins que le cœur de tous vos amis penche du même côté, ce qui serait assez étonnant.

3. Planifiez un festin de roi : amuse-gueules, ailes de poulet, pizza, hamburgers, croustilles... Que vous voyiez à tout ou que chacun apporte un plat différent, assurez-vous de ne manquer de rien (surtout pas de serviettes en papier!), car c'est le temps de se remplir la panse sans culpabiliser! Et n'oubliez pas les desserts — pourquoi ne pas trouver des recettes qui les transformeront en ballons de football, par exemple?

4. Prévoyez à boire pour tous les goûts : bière, boissons gazeuses, eau, cocktails aux couleurs des deux équipes... veillez à ce que chacun y trouve son compte.

5. Organisez des activités : compétitions amicales, karaoké sur le thème de la victoire, jeu-questionnaire sur le football... préparez de quoi animer la soirée.

Vous voilà fin prêt pour la fête : bon match!



Savoureux cocktail au citron



Ingrédients (Pour 1 portion)

- 1 once de limoncello (liqueur italienne au citron)
- 1 once de rhum blanc
- 4 onces de Sprite ou de 7 Up
- Glaçons
- 1 tranche de citron (garniture)

Préparation

1. Dans un grand verre, verser les ingrédients sur les glaçons.
2. Garnir de citron et déguster en bonne compagnie.

Texte : Textuel

LE VIEUX BOURGOGNE PRÉSENTE LE
MATCH DU SUPER BOWL
DIMANCHE 12 FÉVRIER

1718 AVENUE BOURGOGNE

SPÉCIAUX

PINTE DE BUDWEISER • 5.50\$
PICHET DE BUDWEISER • 14\$
NACHOS FROMAGE • 8\$
HAMBURGER CLASSIQUE • 10\$

• 4 ÉCRANS
• RÉSERVATION (450) 658-7572

Pour une
SOIRÉE FOOTBALL GOURMANDE!
À l'achat de
2 pizzas 14"
obtenez **GRATUITEMENT**
12 AILES DE POULET
Valable jusqu'au 12 février

Notre réputation n'est plus à faire
ingrédients de première qualité
depuis 28 ans!

450-447-7373

505, boul. Richelieu, Richelieu | 450 447-7373 | pepesuperchoix.ca



Des idées de jeux pour pimenter votre party du Super Bowl

Vous avez invité vos amis pour le Super Bowl? Voici quelques suggestions d'activités pour animer la soirée.

Les paris entre amis

Quoi de mieux qu'un pool pour mettre du piquant dans la soirée? Il ne s'agit pas de miser gros, mais plutôt de mettre l'emphase sur le simple plaisir de gagner. Pariez entre vous sur l'équipe gagnante, sur celle qui sera la plus punie, sur le joueur qui marquera le premier touché, etc. Psitt! C'est un excellent moyen d'intéresser ceux qui ne sont là que pour l'ambiance!

Les jeux traditionnels... à saveur de football!

- Fais-moi un dessin : mettez les « talents » de dessinateur de vos invités à profit pour faire deviner des mots reliés au football (vous pouvez faire de même avec des mimes ou des sculptures en pâte à modeler).

- Mot tabou : remettez une épingle à linge à chacun et déclarez un mot tabou (football, touché ou quart-arrière, par exemple). Chaque fois qu'un invité réussit à faire prononcer ce mot à un autre, il récolte son épingle — celui qui en amasse le plus remporte les honneurs.

- Karaoké : certes, les chansons sur le football ne sont pas légion... mais vous pouvez y aller de vos interprétations personnelles des incontournables succès qui résonnent après chaque grande victoire! Fous rires — et fausses notes — garantis!

Les quiz

Vos amis se vantent d'être de fins connaisseurs? Mettez-les à l'épreuve avec un jeu-questionnaire sur les équipes qui s'affrontent dans cet ultime duel ou sur l'histoire du Super Bowl. Des recherches sur Internet vous permettront de leur poser quelques bonnes « colles »!



Une dernière chose : les gagnants recevront-ils des prix? Pensez-y!

Texte : Textuel

TA SOIRÉE FOOTBALL!

PROMO SUPERBOWL!

2 PIZZAS 12"
CHOIX DE 3 INGRÉDIENTS
+ 12 AILES DE POULET + FRITES

32.95\$

Valide du 1^{er} février au 12 février
AU COMPTOIR ET À LA LIVRAISON

450 658-1658 ou 450 572-1515

Livraison gratuite (MIN. 10\$)

Heures d'ouvertures et de livraison :
Dimanche au jeudi : 11h à 23h Vendredi et samedi : 11h à 1h

COMMANDEZ EN LIGNE
1011 boulevard Périgny, Chambly **SEMAPIZZA.CA**

TON MATCH NOTRE BOUFFE!

BOÎTE DU SUPERBOWL

- 2 rack de cote levées
- 1 paquet de chili
- 1 paquet de porc effiloché
- 2 paquets de porc fumé façon smoked meat Montréal
- 4 paquets de saucisse aux poulet (Ailes de Poulet Buffalo, Poutine Doritos épicés)
- 4 paquets de saucisse aux porc (Saucisses Nachos et Saucisses Pizza)

120\$
VALEUR DE PLUS DE 140 \$

**MARDI AU VENDREDI 10 H À 18 H
SAMEDI 10 H À 17 H**

514 250-8293
906, avenue Simard, Chambly
Saucissescompagnie.com

On fête l'amour cette année!
Débuter avec notre repas digne
des meilleures préliminaires!

Pensez à réserver!
OUVERT MARDI LE 14 FÉVRIER DÈS 17H

CHEZ L'ARTISAN
Cuisine authentique
à saveur locale

Plus de 150 bières
de microbrasseries
québécoises

OUVERT DU JEUDI AU SAMEDI DÈS 17H
284, chemin des Patriotes, Saint-Mathias-sur-Richelieu
450 658-5613 • chezlartisan.ca

Nous serons en vacances du 18 février au 23 mars

1226013461-250123

IDEAL PROTEIN
POUVOIR vivre PLEINEMENT

EXPERTE
de la
SANTÉ et du
BIEN-ÊTRE

CIM
Idéal
MINCEUR
Chambly

Josianne Dubé (propriétaire)
1969, boul. de Périgny, suite 201, Chambly
450 403-3503 cliniqueidealminceur.com/chambly

1226013525-250123

CHAUSSURES
POP

Soldes
d'hiver
en cours

1288, avenue Bourgogne, Chambly • 450 658-7878

1226013495-250123

En amour au
les marchands de

PLUS DE
600 \$
EN PRIX
à gagner!
4 gagnants



COUPON DE PARTICIPATION

NOM : _____

ADRESSE : _____

COURRIEL : _____

TÉLÉPHONE LE JOUR : _____

COMMENT PARTICIPER : Faites parvenir le coupon de participation dûment rempli par courriel à infoventes@journaldechambly.com ou déposez-le au bureau du Journal de Chambly situé au 1668, avenue Bourgogne, Chambly, J3L 1Z1 avant le 7 février 2023 à 16 h et courez la chance de remporter des cartes-cadeaux à dépenser chez les marchands participants de ce concours ainsi qu'une paire de billet pour le spectacle de P-A Méthot. Les tirages auront lieu le mercredi 8 février à 9 h. Les participants doivent être âgés d'au moins 18 ans. Les gagnants devront venir chercher leur prix au bureau du Journal de Chambly. Les employés du journal ainsi que leur famille ne peuvent participer à ce concours.

CONCOURS
de la Saint-Valentin

avec
notre région!

Courez la chance
de remporter
un amour de cadeau!
À GAGNER

UNE CARTE-CADEAU DE 50 \$ chez FG Chocolatier
et UNE CARTE-CADEAU DE 50 \$ chez
Chaussures Pop de Chambly;

UNE CARTE-CADEAU DE 50 \$ chez Fleuriste Lily
Rose et une paire de billets pour le spectacle
de P-A Méthot au Pôle Culturel de Chambly;

UNE CARTE-CADEAU DE 50 \$ chez l'Artisan
et UNE CARTE-CADEAU DE 50 \$
chez Bijouterie Robert Auclair;

UNE CARTE-CADEAU DE 50 \$ chez
La Rôtisserie et une carte-cadeau
de 50 \$ chez Idéal Minceur Chambly;

Un accès aux bains pour 2 personnes
chez Forëna



Notre boutique est relocalisée temporairement
1634, av. Bourgogne, Chambly
450 447-4707

Bijouterie
Robert Auclair

NOUS ACHETONS
VOTRE OR! Même si brisé

Sélection de
diamants à **50%**

■ Réparation de bijoux
■ Changement de batteries

Place Chambly | Chambly | 450 658 9905

LA RÔTISSERIE
FUMOIR URBAIN
LIVRAISON | POUR EMPORTER | SALLE À MANGER

*Votre souper
de rêve en amoureux!*
Pensez à réserver!

450 708-1199 1485, rue du Pont, Marieville
www.larotisserie.ca

FLEURISTE DÉCO
Lily Rose

- Fleurs fraîches
- Plantes
- Mariages
- Ballons à l'hélium
- Cadeaux et déco
- Arrangements funéraires

Service de qualité offert
par des fleuristes d'expérience et passionnés!

545, boulevard Richelieu, Richelieu • 450 403-1822

FORËNA
CITÉ THERMALE

CÉLÉBREZ
LA ROMANCE
TOUT EN
DOUCEUR

CARTES-CADEAUX DISPONIBLES
À FORËNA.CA

250 rang des Vingt-Cinq Est
Saint-Bruno-de-Montarville, QC, J3V 0G6

1-844-985-2500
FORENA.CA

JEUX N° 802

MOTS CROISÉS

1	2	3	4	5	6	7	8		9	10	11
12									13		
14								15			
16					17		18			19	
20			21	22			23		24		
25		26				27					
				28					29	30	
31	32		33			34		35			
	36				37					38	39
40				41				42	43		
44							45				
46									47		

HORIZONTALEMENT

1. Précis et rigoureux.

12. Il vole.

13. Arme de sagittaire.

14. Métamère.

15. Elle est très connue.

16. Mouille les aisselles.

17. Rebondi.

19. À toi.

20. Pronom personnel.

21. Variété de pomme.

23. Divisions d'une pièce.

25. Nocives et violentes.

28. De son fruit, on tire le cachou.

29. Partie du corps du cheval.

31. Sévère réprimande.

34. La loi de Moïse.

36. Colin-maillard.

37. Le Luxembourg en fait partie.

38. Note.

40. Philosophe grec.

42. Tissu de laine.

44. Aspiré.

45. Sans compagnie.

VERTICALEMENT

1. Qui groupent un grand nombre de personnes.

2. Rendu sans volonté.

3. Elle porte une fleur.

4. Petite agglomération.

5. C'est la saison des maringouins.

6. Solliciter avec insistance.

7. Moyen de transport.

8. Tour.

9. Arbrisseau dont on mâche les feuilles.

10. Sel d'acide urique.

11. Comprimés.

15. Absorbe.

18. Maison de banlieue, en Russie.

22. Canevas.

24. Souverain.

26. Rébarbatif.

27. Catégorique.

30. Des coups tirés.

32. Arbrisseau à feuilles épineuses.

46. Méchant.

47. Unité de titre des fibres textiles.

33. Fleuve de Russie qui se jette dans la mer Caspienne.

35. Eau de la mer.

37. Créer un vide.

39. Sommet végétal.

40. Placé.

41. Bière anglaise.

43. Période d'activité sexuelle des mammifères mâles.

45. Abréviation courante.

SUDOKU

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

RÉPONSE DU N° 802

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

HOROSCOPE

Signes chanceux de la semaine : Cancer, Lion et Vierge

SEMAINE DU 29 JANVIER AU 4 FÉVRIER 2023

BÉLIER (21 MARS - 20 AVRIL)
L'exercice physique est excellent pour la santé. Vous découvrirez quelques personnes avec qui partager le plaisir d'entreprendre une activité inspirante et d'échanger sur la spiritualité en général.

TAUREAU (21 AVRIL - 20 MAI)
Il y aura beaucoup d'action si vous avez de jeunes enfants ainsi qu'une vie sociale active. Côté cœur, il sera question d'un voyage ou d'une escapade romantique à vivre passionnément avec l'être cher.

GÉMEAUX (21 MAI - 21 JUIN)
Les rigueurs de l'hiver peuvent malmener votre vitalité. Il s'agit aussi d'une excellente période pour déployer pleinement votre imagination et entreprendre la création d'une œuvre de votre cru.

CANCER (22 JUIN - 23 JUILLET)
S'il y a toujours beaucoup de monde autour de vous, vous trouverez la situation passablement stressante ou angoissante par moment. Du repos s'impose avant la fin de la semaine pour vous ressourcer.

LION (24 JUILLET - 23 AOÛT)
On pourrait vous confier de nouvelles responsabilités plus importantes au travail. Les gens vous apprécieront grandement et chercheront davantage à faire des affaires avec vous. On vous reconnaît pour votre fiabilité.

VIERGE (24 AOÛT - 23 SEPTEMBRE)
Vous aurez le goût de voyager ou de partir à l'aventure. De nouvelles péripéties plus spéciales les unes que les autres vous inspireront. Vous envisagerez la possibilité de reprendre vos études.

BALANCE (24 SEPTEMBRE - 23 OCTOBRE)
Vous aurez les émotions à fleur de peau si vous vivez une situation financière plutôt précaire. Heureusement, les solutions ne tarderont pas à se présenter et vous retrouverez le chemin de l'abondance.

SCORPION (24 OCTOBRE - 22 NOVEMBRE)
Avec les gens qu'on aime, la négociation est souvent plus délicate. Vous serez plus vulnérable ou fragile lorsque des émotions sont impliquées. Prenez du recul pour réussir à mieux coordonner les choses.

SAGITTAIRE (23 NOVEMBRE - 21 DÉCEMBRE)
Le succès sur le plan professionnel vous attend. Vous rassemblerez un maximum de clients pour un évènement en particulier, ou encore vous bénéficierez d'excellents rabais, propulsant ainsi vos profits.

CAPRICORNE (22 DÉCEMBRE - 20 JANVIER)
Devant votre enthousiasme et vos belles initiatives, tous les projecteurs se braqueront sur vous et vous propulseront à l'avant-scène. On vous applaudira et vous recevrez une médaille ou une forme de reconnaissance.

VERSEAU (21 JANVIER - 18 FÉVRIER)
Vous vous retrouverez régulièrement à la maison ou en compagnie des membres de votre famille. Ceux-ci pourraient vous imposer des responsabilités supplémentaires; du moins, l'un d'eux nécessite vos bons soins.

POISSONS (19 FÉVRIER - 20 MARS)
Prenez le temps de négocier lorsque vous magasinez. Il vous suffira d'élever légèrement la voix pour vous faire entendre et respecter. Évacuez votre trop-plein d'émotions verbalement.

À LA SEMAINE

prochaine!

12260134-76-010223

FÉVRIER

Mois de la santé dentaire des animaux de compagnie

DES DENTS SAINES POUR LA VIE!

Testez vos connaissances sur la dentition de vos petits compagnons!

1. Combien de dents un chien adulte possède-t-il?

- A. 32
B. 38
C. 42



2. Comment appelle-t-on les dents du poisson rouge, situées au fond de sa bouche?

- A. Dents pharyngiennes
B. Dents laryngées
C. Dents jugales

3. Quelles sortes de dents sont absentes chez les rongeurs?

- A. Les incisives
B. Les canines
C. Les molaires

4. Vers quel âge les dents de lait du chat commencent-elles à tomber?

- A. 3 mois
B. 10 mois
C. 2 ans

5. Lequel de ces animaux change de dentition plusieurs fois au cours de sa vie?

- A. Le serpent
B. Le lapin
C. Le cochon d'Inde

6. Parmi ces espèces, laquelle possède de minuscules dents sur la mâchoire inférieure?

- A. La tortue
B. La perruche
C. Le poisson combattant

7. Quels nutriments permettent au lapin d'user ses dents?

- A. Les protéines
B. Les fibres
C. Les glucides



Février est le Mois de la santé dentaire des animaux de compagnie. Profitez de l'occasion pour vérifier si vous prodiguez les soins nécessaires à votre meilleur ami en demandant conseil à votre vétérinaire!

RÉPONSES

1-C, 2-A, 3-B, 4-A, 5-A, 6-C, 7-B

ANIMALERIE CHAMBLY

Tout pour la santé dentaire de vos bébés!

Accessoires, nourriture, jeux et bien *plus!*



ENTREPRISE FAMILIALE À VOTRE SERVICE DEPUIS PLUS DE 40 ANS!
MICHÈLE ET SON ÉQUIPE VOUS ATTENDENT.

1295, boul. de Périgny, Chambly (Place Chambly)
450 658.3125 animaleriechambly.com

1226013463-010223



Une bonne santé dentaire pour croquer la vie à pleine dents!

Personnel formé pour offrir des examens dentaires et des méthodes de préventions.



- 80% des chiens et des chats de plus de 3 ans présentent des problèmes dentaires?
- Nourritures appropriées pour la santé buccale
- Pour des conseils ou un examen vétérinaire appelez-nous!

veterinairerichelieu.com

539, boul. Richelieu, Richelieu • 450 403.4313

1226013465-010223

Chico

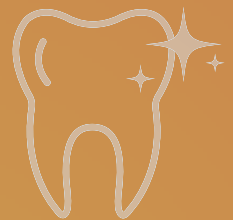
Boutique d'animaux

Mois de la santé dentaire

La boutique de quartier préféré de tous les animaux du quartier



Merci d'encourager notre entreprise familiale!



5\$

DE RABAIS

à l'achat de 40\$ et plus avant taxes

*Limite d'un coupon par foyer. Ne peut être jumelé aux spéciaux en vigueur. Valable à la boutique de Chambly seulement. Valable jusqu'au 30 mars 2023.



450-279-0188

3701 Boulevard Fréchette local 104, Chambly

1226013542-010223

INFO PHARMACIE

CHRONIQUE

PUBLICITÉ

Bienvenue dans votre plus récente édition de la chronique « Info Pharmacie » la plus populaire de Chambly! Ce mois-ci, nous parlerons de l'intolérance au lactose et de ses répercussions sur le fonctionnement intestinal.

Avant toute chose, on se doit de premièrement vous présenter le lactose : il s'agit du principal sucre contenu dans le lait et les produits laitiers. Deuxièmement, on vous dévoile de grands oubliés dans leur grande noirceur qui ne reçoivent pas toujours l'attention qu'ils méritent : les enzymes! L'intestin et l'estomac reçoivent les félicitations et les médailles pour la digestion de la nourriture mais dans les faits...

- Amylase est l'enzyme qui digère l'amidon.
- Protéase est l'enzyme qui se fait demander de digérer les protéines.
- Lactase est l'enzyme délégué à la digestion du lactose.
- Lipase est l'enzyme chargé du dossier des lipides.

Etc. Etc. Etc...

« Si on suit la logique, l'enzyme Gymnase digère les gyms ? »

« Hmm pas tout à fait mais bel essai ! »

Bref, on peut dire que les enzymes sont les adjoints administratifs du tube digestif et y sont secrétés au moment opportun selon la nourriture présente. L'estomac et l'intestin sont sur le "poster" mais les enzymes travaillent dans l'ombre.

Que se passe-t-il alors si un enzyme ne se présente pas au bureau ?

« Lactase rentre pas ce matin, ça te tentes-tu de digérer le lactose pour aujourd'hui ? La pile est restée sur son bureau. »

Malheureusement, ce n'est pas si simple ! Un électricien peut arriver à faire du plâtre (ou à tout le moins, essayer !). Mais... Du côté des enzymes, chacun d'entre eux est ultra spécialisé dans son domaine et est totalement incapable de régler quoi que ce soit d'autre sur le chantier que ce qui concerne son champ d'expertise. Il n'y a pas d'enzyme Michel Chartrase derrière tout ça, promis juré !

SYMPTÔMES

Si vous ne produisez pas assez de lactase dans votre intestin pour digérer les produits laitiers, voici ce qui peut vous arriver suite à l'ingestion d'une trop importante quantité :

- Ballonnements, douleurs abdominales
- Gazs, gargouillis d'estomac
- Selles molles et diarrhées
- Vomissements



Tout le monde est sensé posséder l'enzyme lactase dans son petit intestin au moins à un moment de sa vie : à sa naissance. C'est ainsi que durant les premiers mois de sa vie, on arrivera à digérer le lait maternel (certains intestins de bébés effectivement avec plus de succès que d'autres). Par contre, au fil de la croissance et du sevrage au lait maternel, des intolérances au

lactose peuvent se développer. C'est souvent à l'adolescence ou au début de l'âge adulte qu'on remarquera si une intolérance au lactose s'est installée.

Aussi, l'intolérance peut varier selon vos origines. Nos amis les hommes des cavernes provenant d'Europe se sont mis à consommer le lait il y a plusieurs milliers d'années. Ils se sont ainsi fabriqués une meilleure tolérance que les hommes des cavernes d'origine asiatique, africaine ou autochtone, qui étaient moins portés sur cette famille d'aliments.

PRÉVENTION ET TRAITEMENT

On ne peut malheureusement pas faire « disparaître » l'intolérance au lactose. Par contre, on peut en éviter les désagréments de différentes façons :

- Limiter ou éviter les produits laitiers et les produits transformés qui en contiennent (pains, desserts, sauces, etc.)
- Choisir des produits laitiers sans lactose
- Prendre des suppléments de lactase avant de consommer des produits laitiers. Votre pharmacien peut notamment vous prescrire des suppléments d'enzymes sous forme de comprimés croquables (couverts par la plupart des assurances) qu'on mastiquera quelques minutes avant d'ingérer du lactose.

Finalement, les produits laitiers apportent plusieurs éléments nutritifs essentiels dont le calcium. Il est important d'adapter son régime en conséquence afin de ne pas manquer de rien si on choisit d'en écarter les produits laitiers !

C'est tout pour ce mois-ci ! Si votre électricien n'a pas fait un job de plâtre à votre goût, nous ne pourrions pas faire grand-chose pour vous : les pharmaciens font possiblement partie des professions les plus empotés lorsqu'il est question de rénovations. Mais pour parler de l'intolérance au lactose et des avenues possibles pour soulager ce problème, ça lui fera grand plaisir !



Marc-Étienne Cloutier, David Rousseau et Marc-Antoine Fortin,
pharmaciens propriétaires affiliés à **familiprix**

1235, boul. de Périgny (Place Chambly)
450 447-3377



Directives de consommation d'alcool à faible risque du Canada

Un verre

Selon une récente étude du Centre canadien sur les dépendances et l'usage de substances (CCDUS), les dangers liés à la consommation d'alcool sont présents dès le premier verre. Une directive que les Alcooliques anonymes voient d'un bon œil.

Frédéric Khalkhal
fkalkhal@journaldechambly.com

En novembre 2011, le CCDUS recommandait de ne pas dépasser 10 consommations d'alcool par semaine pour les femmes et 15 verres standards pour les hommes. Changement de cap radical la semaine dernière. Selon le Centre, il est désormais établi qu'après deux verres standards ou moins par semaine, le risque de méfaits liés à l'alcool est faible. Le risque est modéré avec de trois à six verres standards et élevé avec sept verres ou plus.

Alors que certains jugent l'étude excessive, les Alcooliques anonymes estiment qu'« enfin, les vraies choses sont dites. Dire que 10 verres pour les femmes et 15 pour les hommes par semaine, c'est *correct*, cela n'a pas d'allure. Zéro verre par semaine, c'est zéro risque et je peux vous dire que l'abstinence, ça marche! » Cela fait 24 ans que cette personne qui souhaite garder l'anonymat explique qu'elle ne se porte que mieux depuis que l'alcool a disparu de ses consommations.

Selon le CCDUS, même en petite quantité, l'alcool n'est pas bon pour la santé. « La recherche nous apprend qu'il n'y a pas de quantités ni de sortes d'alcool bonnes pour la santé. Que ce soit du vin, de la bière, du cidre ou un *shooter* d'alcool fort, ça ne change rien. Boire de l'alcool, même en petite quantité, entraîne des conséquences pour tout le monde, peu importe l'âge, le sexe, le



Les Québécois, en moyenne, boivent 494 verres

genre, l'origine ethnique, la tolérance à l'alcool ou encore les habitudes de vie.

C'est pourquoi si vous consommez de l'alcool, boire moins, c'est mieux! » peut-on lire dans l'étude.

Les réunions

Il explique aussi que le regroupement « Alcooliques anonymes reçoit de plus en plus d'appels année après année et que l'organisme encadre plusieurs rencontres, matin, midi et soir, partout au Québec ». À Chambly et à Marieville, des rencontres sont organisées régulièrement. Toutes ces réunions sont présentes sur le site des Alcooliques anonymes (aa-quebec.org).

Une forte consommation

Selon Statistique Canada, au Québec, la consommation d'alcool *per capi-*



La Corne d'abondance
CUISINES COLLECTIVES ET ATELIERS CULINAIRES



La Corne d'abondance – Des cuisines collectives et des activités reliées à l'alimentation pour tous !

Cuisiner à La Corne d'abondance, c'est : économiser temps et argent, découvrir de nouvelles recettes et de nouveaux trucs pour cuisiner et rencontrer des gens passionnés et intéressants!

- Cuisines collectives
- Ateliers thématiques
- Cuisines pour aînés
- Cuisines pour hommes
- Cuisines ados (13-17 ans)
- Ateliers Parent/Enfant

Pour inscription : 450 447-3414 • 2391, avenue Bourgogne, Chambly
cornedabondance.com



En collaboration avec **LE JOURNAL DE CHAMBLY**

de trop



d'alcool pur par année, soit 8,4 litres, selon Statistique Canada. (Photo : archives)

« Dire que 10 verres pour les femmes et 15 pour les hommes par semaine, c'est correct, cela n'a pas d'allure. Zéro verre par semaine, c'est zéro risque et je peux vous dire que l'abstinence, ça marche! »
- alcoolique anonyme

ta est passée de 8 litres en équivalent d'alcool pur en 2004-2005 à 8,9 litres en 2011-2012. Elle a ensuite diminué pour atteindre 8,3 litres en 2014-2015 et est

demeurée stable en 2015-2016. Depuis, elle a augmenté pour atteindre 8,4 litres en 2020-2021. À titre d'exemple, le volume de consommation de 8,4 litres d'alcool pur équivaut à une moyenne de 494 verres par personne par année, soit 1,35 verre par jour toute l'année.

Selon l'INSPQ, l'alcool est de loin la substance psychoactive la plus consommée au Canada et au Québec. Selon les données du cycle 2017-2018 de l'Enquête sur la santé dans les collectivités canadiennes (ESCC), 76 % des Canadiens et 81 % des Québécois de 12 ans et plus questionnés ont rapporté avoir bu de l'alcool au moins une fois au cours des 12 mois précédant l'enquête (buveurs actuels). Cette proportion est demeurée stable au Québec dans les dernières années, puisqu'elle se situait à 81 % en 2000-2001.



Pierre Bessette

COURTIER IMMOBILIER
514 820-9099
pbessette@remax-quebec.com



DUPLEX



943 - Beau duplex avec garage sur un terrain de 6600 pi.ca., 2 x 4 1/2, belle cour arrière, stationnement double, près des services, écoles, parc, autoroute, transport en commun et grandes artères. Intérieur chaleureux et grandes pièces. Bienvenue!

MAISON ET GARAGE



140 - Secteur recherché et homogène, maison mobile sur son propre terrain de 12151 pi.ca., garage détaché récent, belle cour arrière et remise. Intérieur chaleureux, 3 chambres à coucher, grand salon et nouvelle armoire dans la cuisine. Occupation immédiate!

THÉOPHILE

BAR À VIN



RÉSERVEZ VOTRE
TABLE POUR VOS
CÉLÉBRATIONS
DE LA
SAINT-VALENTIN!

12216012846-250123

MARDI
AU VENDREDI

11H30 — 14H00
17H — 23H

SAMEDI

17H — 23H

530 BOUL. DES PROMENADES
SAINT-BRUNO-DE-MONTARVILLE
QUÉBEC J3V 6A8

450 482-4828

THEOPHILEBARAVIN.CA

INFO@THEOPHILEBARAVIN.CA

Savoir prendre une photo

Carlos Richer, professionnel passionné d'images, tiendra une conférence au Pôle culturel de Chambly afin de réaliser le plein potentiel d'une photo. Amateurs de flou, de mise en place dans l'espace et de jeu de lumière, cet événement est fait pour vous!

Julien Dubois
Initiative de journalisme local
jdubois@journaldechambly.com

Le langage plastique, voilà un titre de conférence qui peut laisser interrogatif pour toute personne novice en photographie. « C'est la manière d'apprécier la surface et l'organisation des éléments avant de prendre une photo, explique Carlos Richer, maître de conférence sur son art. On parle de rendu, de texture ou de flou. Par exemple, si vous souhaitez prendre en photo une route de pavés, à midi, vous ne constaterez aucune texture. Mais le matin ou le soir, le soleil pourra proposer des ombres et des contrastes qui donneront une autre dimension à la photo. *Le langage plastique* est la possibilité de comprendre ces éléments et de savoir comment les exploiter. »

« Parfois, nous prenons des décisions instinctivement. Après la conférence, le but est de savoir pourquoi on le fait. » - Carlos Richer

Comme les mots, les images peuvent aussi transmettre des messages. Carlos Richer estime que le langage plastique peut suggérer des subtilités. « Prenons l'exemple d'une voiture dont on souhaite souligner les courbes. On pourrait la photographier avec des objets tout aussi courbés pour montrer une cer-



Carlos Richer animera une conférence au Pôle culturel de Chambly fin février. (Photo : Courtoisie)



Gérer le flou et l'espace fait partie des qualités du photographe. (Photo : Courtoisie)

taine fluidité, ou bien avec des formes rectilignes en arrière-plan pour proposer un contraste. La distribution des ob-

jets peut influencer le message. L'œil du spectateur va s'accrocher à une globalité. »



L'art de la photographie a pris une autre dimension avec l'explosion des réseaux sociaux. (Photo : Courtoisie)

La créativité du photographe est largement sollicitée dans ce domaine. Mais la complexité de la haute technologie des appareils pourrait être un frein à l'initiative humaine. « La majorité des gens exploitent peu le potentiel des appareils, poursuit l'artiste. Les modes automatiques règlent tout, surtout sur les cellulaires. Cela dit, la qualité est aussi bonne. Comme je dis souvent, « Pas besoin d'un stylo Montblanc pour écrire de beaux poèmes ». »

Durant la conférence, Carlos Richer pointera les situations lors desquelles le photographe pourra utiliser le langage plastique pour améliorer davantage les prises de vue. « Parfois, nous prenons des décisions instinctivement. Après la conférence, le but est de savoir pourquoi on le fait. Cela pourra convenir à un photographe novice ou professionnel. »

La conférence aura lieu le lundi 20 février à 19 h 30, au Pôle culturel de Chambly.

Question aux lecteurs

Quel niveau de talent en photographie possédez-vous?
journaldechambly.com



Film sur Lysanne Richard

Toujours plus haut



Lysanne Richard et Yves Milord sautant dans une eau frigorifiée. (Photos : courtoisie - Unis TV)

Le documentaire d'Alexa Fay, produit par Sophie Claivaz-Lorange et qui met en vedette la plongeuse de haut vol chamblyenne Lysanne Richard, sort sur Unis TV.

Un texte de Jean-Christophe Noël
jcnoel@journaldechambly.com

Lysanne Richard est l'une des meilleures plongeuses de haut vol de compétition au monde. La citoyenne de Chambly, dans la jeune quarantaine et mère de trois enfants, est toutefois prête à se concentrer sur des projets personnels. Le premier sur la liste a été un plongeon de 22 mètres dans un lac glacé en plein hiver. Un saut qui n'avait jamais été réalisé dans des conditions si extrêmes.

« Je suis comme dans une quête absolue de je ne sais pas quoi. Il n'y a jamais personne autour de moi qui me dit que je ne suis pas à la hauteur. Je n'ai rien à prouver à personne. Mais je veux être à la hauteur », sont les mots d'ouverture du court métrage que prononce Lysanne Richard.

« Il n'y a jamais personne autour de moi qui me dit que je ne suis pas à la hauteur. Je n'ai rien à prouver à personne. Mais je veux être à la hauteur. »
- Lysanne Richard

Le film *Toujours plus haut* accompagne l'athlète à travers la préparation et la réalisation de ce saut. Présenté en grande première au Festival du film de Banff, le documentaire, qui se concentre sur cet exploit, se veut aussi un portrait de la carrière de la plongeuse de haut vol.

Un côté plus « dramatique »

Le film met aussi l'accent sur le sens du risque, cette quête du dépassement qui anime Lysanne. « J'aime le ton du documentaire, car, dès le début, on m'entend m'exprimer avec sérieux, un côté de moi que les gens voient habituellement moins ressortir. Dans le film, on

essaie de comprendre pourquoi je me soumetts à cet exercice, on comprend que j'ai une quête inassouvie et c'est un peu le côté dramatique de ma personnalité qui ressort », confie l'athlète.

À travers les embûches, les blessures et autres motivations qui pourraient expliquer la fin de son histoire d'amour avec le plongeur de haut vol, on y trouve une Lysanne Richard qui puise au fin fond de sa détermination. « Le fait que le monde me conseillait d'arrêter, ça m'a donné la force de continuer », met-elle en reflet.

« C'est comme si ma quête ultime n'était pas encore accomplie, mais je ne sais pas c'est quoi », sont les termes qu'utilise Lysanne Richard pour clore le film, qui dure un peu moins de 12 minutes.

Autre record Guinness

Le 16 septembre 2021, Lysanne Richard et son comparse, Yves Milord, plongeur de haut vol depuis plus de 40 ans, ont effectué avec brio deux plongeurs de haut vol de façon synchronisée d'une hauteur de 25 mètres à partir de deux montgolfières en plein vol. Cela établissait un record mondial. Le plongeur, qui devait se faire en août, se voyait continuellement reporté en raison du climat, qui ne réunissait pas les conditions requises. La faisabilité de l'exploit s'est constatée la journée même.

Il se trouve que Lysanne Richard s'attaquera à un autre record Guinness. Cette fois, le projet se ferait en Montérégie. C'est ce qu'a révélé au journal la plongeuse de haut vol. « On travaille fort pour que ça puisse se développer et que ça ait lieu l'été prochain », mentionne la sportive, qui attend la confirmation avant de donner plus de détails.



Un grand merci

Paniers de Noël 2022



En mon nom, celui des membres des Chevaliers de Colomb du Conseil 6148 Révérend Léo Foster Chambly Carignan ainsi que tous les bénéficiaires des paniers de Noël, nous souhaitons remercier nos partenaires ainsi que toute la population de notre belle région pour leur générosité qui a permis la tenue de notre activité « PANIERS DE NOËL 2022 ».

Robert Bellerose, Grand Chevalier

En collaboration avec

LE JOURNAL
DE CHAMBLY



POUR TOUT ACHETER ET TOUT VENDRE, PRÈS DE CHEZ VOUS!

PETITES ANNONCES CLASSÉES

Heure de tombée : vendredi 12 h

Heures d'affaires du service téléphonique : lundi au vendredi 8 h 30 à 12 h et de 13 h à 16 h 30.

Mode de paiement :

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.

Profitez également de la
parution GRATUITE
de votre annonce sur
VosClassées.ca.

OFFREZ-VOUS DES EXTRAS

- ✓ Encadré
- ✓ Titre centré
- ✓ Couleur
- ✓ Caractères gras

Informez-vous auprès de votre
téléconseiller.

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

205 Logements / appartements à louer

! 2X4-1/2, Marieville, rez-de-chaussée (890\$) + rez-de-chaussée + garage + sous-sol, (1,200\$). Pas d'animaux, non-fumeur. 1er février. 514-972-6372

GRAND 5-1/2, Chambly, 2 stationnements, déneigement inclus, 1,350\$, 514-677-2472

210 Logements / appartements chauffés à louer

MARIEVILLE, rue St-Césaire, coquet 2-1/2, meublé, chauffé, éclairé, déneigé, stationnement, non-fumeur, pas d'animaux, idéal personne seule, libre 1er février. 450-460-2451

324 Articles de chasse et pêche

ACHETONS vos armes à feu. On peut se déplacer. Contactez Dominique ou Paolo 1-877-349-2332

335 Ordinateurs logiciels et équipements

À Domicile: Vente/ Réparation: Ordinateur/ Électronique: TV, DVD, Vidéo, Radio/ Son, Sauna... 450-467-5259

365 Poêle / fournaise / bois de foyer

BOIS de foyer Borduas et Bossé. Érable, bois franc 100%. Prenons réservations. Livraison toute l'année. 450-347-2751; possibilité texto

404 Services domestiques offerts

* Femme de ménage, 35 ans d'expérience, minutieuse, fiable. 514-703-3501

POUR une maison étincelante de propreté, prix compétitif, 23 ans d'expérience, références et reçu sur demande. Entretien résidentiel. Soumission gratuite. Appelez du lundi au mardi de 9h00 à 21h00. 514-242-3724

424 Astrologie/occultisme

Ana Mèdium, 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

442 Constructions / Rénovations / Réparations

ATTENTION RÉNOVATIONS F. CHARBONNEAU. Finition sous-sol, plafonds suspendus, planchers flottants, patios, "deck". Travail professionnel. Prix imbattables. Estimation gratuite. Licence R.B.Q. 8263-8222-25 François 514-236-9308 francoischarbonneau@videotron.ca

446 Peinture/décoration

! Faites peindre par peintre d'expérience en travail de décoration. Estimation gratuite, Yves. 514-237-2079.

452 Planchers / Pose et sablage

SABLAGE de Planchers Pose, réparation, teinture Sablage d'escaliers Finition au choix 450-653-3109 planchersduclos.com R.B.Q.: 5735-6396-01

480 Toitures/couvreurs

TOITURE DE RÊVE Bardeaux d'asphalte, membrane TPO, calfeutrage. Réparation de tous genres. Estimation gratuite. Aussi déneigement de toiture, nettoyage et déglacage de gouttières. Prix compétitifs * * * RBQ#: 8359-0703-01 514-424-8456, Yves

555 Argent à prêter

PRÊT de 500\$ sans enquête de crédit. creditcourtage.ca 1-866-482-0454

585 Services financiers divers

"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

HOMME à tout faire recherché. Temps partiel, horaire flexible. 514-892-2002

SECTEUR Rive-Sud de Montréal, recherche pour embauche employé pour nettoyage de hotte de cuisine de restaurant. Sérieux, ponctuel, travail physique, permis souhaité, formation assurée, possibilité de transférer l'entreprise cause retraite. Salaire intéressant, avantages. Heures de travail du lundi au jeudi, temps plein, temps partiel. Marcel: 514-603-9494

VITRERIE CHAMBLY recherche installateur de thermo, rampe, miroir, polyvalent, débrouillard, avec ou sans expérience. Salaire selon expérience, 450-982-3995



635 Coiffure/beauté/esthétique

RECHERCHE coiffeur(se) avec auto pour résidence personnes âgées autonomes centre d'accueil, hôpitaux. Clientèle assurée. 514-766-3553, 1-800-448-3553

685 Chauffeurs / Transports

BESOIN chauffeur classe 1, 2 jours semaine et classe 5 temps plein, secteur Rive-Sud. m.pelletier249@gmail.com 450-907-4733

845 Prières/remerciements



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

TRANSPLANT QUÉBEC

Ensemble pour le don d'organes, pour la vie.

APRÈS M'AVOIR LU... RECYCLE-MOI!

AVIS DE DÉCÈS

AVIS DE DÉCÈS

Marcel Davignon
1931-2023

Au CHSLD Sainte-Croix de Marieville, le 24 janvier 2023, à l'âge de 91 ans, est décédé M. Marcel Davignon, époux en premières noces de feu Mme Yolande Martel et en secondes noces de feu Mme Réjeanne Tétreault, demeurant à Marieville.

Il laisse dans le deuil ses enfants : Dominique, Jean-Claude, Mario, feu Christian (Diana Strucchi), Johanne, Brigitte, ses petits-enfants, arrière-petits-enfants, frères et sœurs, beaux-frères, belles-sœurs ainsi que ses neveux, nièces, autres parents et amis.

La famille Davignon vous accueillera le mercredi 1^{er} février 2023 de 18h à 21h. Funérailles le jeudi 2 février 2023 à 11h en l'église St-Nom-de-Marie de Marieville. Ouverture des salons jeudi dès 9h.

Prière de ne pas envoyer de fleurs et de privilégier un don à la Fondation du rein.

<https://kidney.akaraisin.com/ui/dongeneral/donations/start>

RÉSIDENCE FUNÉRAIRE G. JODOIN INC,
690, Ste-Marie, Marieville QC J3M 1J2 | 450 460-2430
residencefunerairedojoin.ca



RÉSIDENCES FUNÉRAIRES

Jodoin & Lalime

1226013566-010223

AVIS DE DÉCÈS

AVIS DE DÉCÈS

CHOQUETTE, Jacques
1930 - 2023

Décédé le 15 Janvier 2023. Il laisse dans le deuil ses enfants Guylaine (Guy), Sylvie (Richard), feu Johanne, Luc (Diane), Christine (Michel), aussi ses 9 petits enfants et ses 5 petits arrière-enfants.



1226013537-010223

LA MALTRAITANCE ENVERS LES PERSONNES AINÉES

C'EST INACCEPTABLE !

1 888-489-ABUS (2287)



**VEER,
HERVÉ**

1932-2023

Le 19 janvier 2023, à l'âge de 90 ans, est décédé Hervé Veer, époux de Lucie Bilodeau.

Outre son épouse, il laisse dans le deuil ses frères Victor (Henriette) et Jean-Noël, ses neveux et nièces ainsi que parents et amis.

La famille recevra les condoléances le samedi 28 janvier en l'église Notre-Dame-de-Bonsecours de Richelieu dès 9h suivi des funérailles à 10h.

La Maison Darche
www.dignitequebec.com

1226013541-010223

Babillard

Lucioles, Coop de solidarité

L'accompagnatrice familles est une intervenante qui travaille en équipe avec vous, les parents, selon vos besoins. Elle vous écoute et vous apporte du soutien dans une approche humaine et sans jugement. Elle peut vous rencontrer à domicile et se déplace partout sur le territoire du CLSC du Richelieu. Elle est en lien avec les ressources du milieu et peut vous guider vers les services qui vous conviennent. Que vous viviez des problèmes financiers, une séparation, de la fatigue, de l'isolement, du stress, des inquiétudes au sujet de vos enfants, elle est là pour vous aider à y voir plus clair. C'est gratuit, confidentiel et sans liste d'attente.

Association Québec-France Chambly - Vallée-du-Richelieu

Chers membres, venez célébrer notre repas de la Saint-Valentin, qui aura lieu le 12 février à 17 h. Lieu : La Croisée des Chemins, 3701, boulevard Fréchette, Chambly. Vous pouvez confirmer jusqu'au 9 février inclusivement par courriel à chrystinegauvin@gmail.com ou par téléphone à Denise Poirier au 450 658-3608. Coût : 40 \$ incluant taxes, services et un verre de vin.

Club FADOQ Chambly

Souper dansant de la Saint-Valentin du club FADOQ de Chambly le samedi 18 février à 18 h, au Centre des Aînés, 1390, avenue Bourgogne, Chambly. Danse sociale et danses en ligne au coût de 28 \$ pour les membres et de 30 \$ pour les non-membres. En soirée, 20 h : 10 \$. Musique : Michel Gingras. Pour réservation : info@fadoqchambly.org ou 450 447-7758.

Société d'horticulture Haut-Richelieu

La Société d'horticulture Haut-Richelieu vous invite, le 15 février prochain à 19 h 30, à la conférence d'Hélène Baril, *Haies fleuries et différentes*. Lieu : Pavillon Pierre-Benoît, 80, rue Clermont (Secteur Saint-Luc). Prix membre : 3 \$; prix grand public : 10 \$. Informations : 450 349-4610.

Club FADOQ Marieville

Voici les prochaines dates à noter dans votre agenda pour les activités de la FADOQ de Marieville. Les samedis 4 et 18 février prochain, soirée dansante avec Jacques Therrien à la musique de danse. Le dimanche 12 février, Journée coups de cœur, avec M. Therrien à la musique de danse, ainsi qu'une prestation de Steve Baril, qui nous chante l'amour à l'occasion de la Saint-Valentin. Le tout suivi d'un souper-spaghetti à 17 h. Une belle journée pour 25 \$ par personne. Service de bar sur place. Réservez votre place dès maintenant, car elles sont limitées. Bienvenue à tous. Pour nous joindre 450 460-2424.

OFFRES D'EMPLOI

Ébénisterie DANIEL FOUCAULT

est à la recherche d'effectif à temps plein pour combler son équipe.

Nous sommes spécialisés en fabrication d'armoires de cuisine et de meubles sur mesure, et ce, depuis maintenant 30 ans. Nous sommes à la recherche d'une personne sérieuse, polyvalente, ponctuelle et fiable afin d'assurer le bon fonctionnement de la production.

Les postes à combler sont :

OPÉRATEUR DE CNC EN EBÉNISTERIE

- Personne avec ou sans expérience.

MONTEUR DE CAISSON

Tâches :

- Fabriquer et assembler les caissons de cuisine
- Autres tâches connexes
- Travail physique et d'équipe
- Salaire à discuter
- 40h/semaine

Envoyer votre CV à danielf.67@hotmail.com ou en personne au

960, rue Aubry, Saint-Jean-sur-Richelieu ou contacter Daniel Foucault au 514 825-4262

OPPORTUNITÉS D'EMPLOIS (TEMPS PLEIN ET PARTIEL)



En pleine croissance, on vient de doubler notre superficie et nous avons des postes à combler au sein de notre équipe.

Les postes sont:

- Manœuvres pour la fabrication des produits
- Réceptionniste bilingue français/anglais, entrer les commandes et factures dans Quickbooks
- Envoi et réception de marchandise et gérance de l'entrepôt
- Support général de bureau
- Contrôle et assurance de qualité (compétence minimum 4 ans requise)
- Marketing, correspondance sur les médias sociaux, site web

Plusieurs beaux défis dans un domaine en plein essor attendent les candidat(e)s qui se joindront à nous.

Nous sommes situés à Beloeil, près de Sail à côté de l'autoroute 20.

Si vous êtes intéressé, contactez Stephen Emond pour plus de détails pour chaque poste
450-536-1295 • Stephen@iatrexx.com

► COUTURIÈRE ► TAILLEUR / TAILLEUSE

DEMANDÉS

► Confection Trigone Inc. Couture spécialisée

► Temps plein et temps partiel Avec ou sans expérience

Si le poste vous intéresse et croyez posséder les qualifications nécessaires, communiquez avec Annie Touchette au 450 447-0260, ou faites parvenir votre CV à : c.trigone@videotron.ca

69b, chemin des Patriotes, Saint-Mathias-sur-Richelieu, J3L 6B7

► DU NOUVEAU CHEZ



NOUS FORMONS

TECHNICIEN(NE) EN PHARMACIE (ATP)

Tu as le goût de changer de carrière et tu as de l'intérêt pour le travail en pharmacie

Tu as un minimum d'expérience en informatique et tu aimes travailler en équipe

Poste à temps plein | Très bon avantages sociaux

Communiquez avec M. Pierre Richard
prichard@pjc.jeancoutu.com

947, BOUL. DU SÉMINAIRE N.
SAINT-JEAN-SUR-RICHELIEU

340, BOUL. SAINT-LUC
SECTEUR SAINT-LUC



Recherche Commis comptable

• Horaire de jour / 35 heures par semaine

Faire parvenir votre curriculum à l'adresse suivante :

ofiadmin@ostiguyford.com

ou par fax : 450-658-0678



400, boul. Richelieu | RICHELIEU | CHAMBLY



450 658-1717 | ostiguyford.ca

Intégration compétences

Le Cercle de dialogue

Le mois dernier, dans le cadre du Programme d'appui aux collectivités, l'organisme Intégration compétences a tenu ses deux premières séances du Cercle de dialogue entre les Québécois natifs et les immigrants.

Un texte de Jean-Christophe Noël
jcnol@journaldechambly.com

Le premier Cercle de dialogue a eu lieu en matinée, au Pôle culturel de Chambly, et le deuxième s'est tenu en après-midi dans les locaux d'Intégration compétences de Beloeil. Le Cercle de dialogue est un processus de croisement de cultures pour la construction de relations harmonieuses. Ces cercles recouvrent un large éventail de pratiques, de sujets, et aident à briser les barrières associées à l'exclusion de groupes cibles. Les sujets du dialogue sont identifiés selon les propositions de participants. Le déroulement du cercle reste confidentiel pour garantir la libre expression.

Il s'agit d'une activité visant à répondre à l'objectif de renforcer et de promouvoir



Le Cercle de dialogue sert à renforcer et à promouvoir des pratiques de cohabitation entre les différentes cultures. (Photo : courtoisie)

voir des pratiques de cohabitation entre les différentes cultures afin de prévenir les conflits, d'assurer l'intégration et la cohésion sociale dans une perspective pluraliste.

Les résultats des activités, sous la forme de témoignages, sont filmés et partagés avec les partenaires, les professionnels de la santé, de l'éducation,

les citoyens de la MRC de la Vallée-du-Richelieu, de la MRC de Marguerite-D'Youville, de la MRC de Rouville et de la ville de Saint-Bruno-de-Montarville.

Le projet subsiste grâce à l'aide financière du ministère de l'Immigration, de la Francisation et de l'Intégration.

Les prochains cercles de dialogue ont lieu les 21 février, 23 mars, 28 avril, 19 juin et 11 juillet 2023. La population peut s'inscrire en contactant Amélia Lopez au 450 464-4481 ou par courriel à amelialopez@integrationcompetences.ca. (Source : Intégration compétences)

À propos d'Intégration compétences

En tant qu'OBNL, la mission d'Intégration compétences est d'accompagner et de guider la clientèle de la Montérégie dans ses démarches d'insertion à la société. IC favorise un cheminement sur mesure vers l'accès à un emploi, à un retour aux études, à l'entrepreneuriat et/ou à l'autonomie personnelle et sociale.

En tant qu'expert de la jeunesse et de l'immigration, Intégration compétences intervient auprès des organismes et des employeurs pour les soutenir dans leurs défis en ressources humaines.

Question aux lecteurs

Avec des gens de quelle nationalité aimeriez-vous dialoguer?

journaldechambly.com

OFFRES D'EMPLOI

THERMO-DATA
THERMOGRAPHIE INFRAROUGE
INFRARED THERMOGRAPHY

À la recherche d'un(e)

- ÉLECTRICIEN(ne)
- ELECTRO-TECHNICIEN(ne)
- TECHNICIEN(ne)

Pour la vérification de systèmes de distribution d'électricité sur des navires.

Poste à temps plein, horaire variable.

Type de travail non-traditionnel, autonome à l'étranger très valorisant.

Les services Thermo-Data Inc. est une petite entreprise offrant un service de vérification par thermographie infrarouge de très haute qualité depuis 2007. Sans s'y limiter, nous œuvrons principalement à l'extérieur du pays sur des navires.

Responsabilité du poste :

- Transport et vérification par thermographie infrarouge de systèmes électriques.
- Interprétation des résultats et production de rapport détaillé principalement en anglais
- Disponibilité en tout temps, horaire flexible et non régulier.

Profil recherché du candidat :

- Esprit critique, persévérant et observateur.
- Technique et responsable avec le souci du détail
- Capacité de travailler seul ou avec des étrangers
- Respect des normes et règlements
- Anglais et français

La possession d'un DEP, d'un DEC en électrotechnique, un BAC, ou une expérience équivalente en électricité est un atout.

La connaissance en thermographie infrarouge n'est pas nécessaire, elle sera sous la responsabilité de l'entreprise lors de votre embauche.

Un casier judiciaire vierge est une exigence. • Un passeport canadien est requis.

Veuillez nous transmettre votre CV au info@thermo-data.com

COSTCO WHOLESALE

Costco figure au Palmarès des meilleurs employeurs. - Forbes Magazine

Nous embauchons CENTRE DE DISTRIBUTION VARENNES

Avantages de travailler chez Costco

- Stabilité d'emploi
- Horaires faits trois semaines à l'avance
- Possibilité de temps supplémentaire
- Avantages sociaux très compétitifs payés par Costco
- Prime de 4 \$/h le dimanche
- Carte de membre Costco gratuite
- Promotions à l'interne
- Carrière valorisante
- Milieu de travail sécuritaire

Employés recherchés

- Manutentionnaires
- Préparateurs de commandes – Commerce en ligne
- Salaires de 17,50 \$/h jusqu'à 27,55 \$/h
- Caristes 19,50 \$/h jusqu'à 29,45 \$/h

Faites ÉQUIPE
avec **Costco** Varennes
Cherchez « emplois » sur Costco.ca

Psychiatrie de l'Hôpital du Haut-Richelieu

12 000 lumières

Les Lumières d'hiver de la Fondation Santé se sont une nouvelle fois frayé un chemin jusqu'au cœur des gens de la communauté.

La deuxième édition de cette campagne se clôture avec pas moins de 12 000 lumières allumées. Cette année encore, des centaines d'individus et d'entreprises ont fait briller des lumières en l'honneur ou à la mémoire de personnes qui leur sont chères. « Lumières d'hiver est une campagne qui touche tout le monde. Il y a quelque chose de très symbolique dans le geste d'allumer une lumière. Pour nous, cette campagne représente de la magie pour notre communauté, du soutien pour notre personnel de la santé, du courage pour ceux qui se battent contre la maladie et la mémoire de ceux qui nous ont quittés », souligne Julie Coupal, directrice générale de la Fondation Santé.

Ce sont plus de 94 000 \$ qui seront investis dans le projet *Bâtir ensemble* visant à transformer complètement l'unité de psychiatrie de l'Hôpital du Haut-Richelieu.

94 000 \$

C'est l'argent qui sera investi dans le projet Bâtir ensemble.

La magie transportée en CHSLD

La campagne Lumières d'hiver a également apporté réconfort et féerie aux résidents des six CHSLD de la région. Des décors festifs et lumineux ont été faits sur mesure pour eux afin qu'ils puissent réaliser des photos souvenirs avec leurs familles et amis. Des personnages des fêtes et des lumières ont également été installés dans les cours intérieures afin d'égayer les lieux.

Un symbole d'effort collectif

Le sapin géant et les lumières scintillant dans les différents décors sont bien plus que des décorations. Ils symbolisent ce qu'il est possible d'accomplir quand tout le monde pose une action pour le bien commun. Une seule lumière allumée n'a pas le même



L'argent permettra de transformer complètement l'unité de psychiatrie de l'Hôpital du Haut-Richelieu. (Photo : courtoisie - Jessyca Viens Gaboriau)

effet que 12 000 lumières qui brillent de mille feux. « Cette campagne démontre une fois de plus que notre communauté est unie par un fort sentiment de solidarité », précise Julie Coupal. (Source : CISSMC16)

Question aux lecteurs

Quelle maladie mentale aimeriez-vous voir disparaître en premier?

journaldechambly.com

OFFRES D'EMPLOI

Le **Journal de Chambly** et ses publications sont à la recherche d'un

LE **JOURNAL** DE CHAMBLY

JOURNALISTE

Fonction

Sous l'autorité du directeur de l'information, le ou la journaliste est responsable de la recherche, de la rédaction, sous forme de nouvelles écrites et pour nos sites Web. Poste à temps plein qui propose un salaire compétitif.

Tâches et responsabilités

- Recherche de sujets et rédaction d'articles sur des événements d'actualité régionale
- Présence sur le terrain
- Prise de photos et de vidéo
- Proposition de sujets
- Autres tâches connexes

Exigences / compétences recherchées

- Expérience en journalisme
- Habiletés excellentes en rédaction
- Curiosité, autonomie et rapidité d'exécution
- Connaître la région de la Rive-Sud

Faites parvenir votre candidature à l'attention de **Frédéric Khalkhal** à fkalkhal@versants.com

1226012871-051022

SERVICES OFFERTS AUX CHERCHEURS D'EMPLOI

Atteignez votre objectif d'emploi le plus rapidement possible, et ce, sans frais.

450 460-5225

Marieville, bureau principal
Saint-Césaire, point de service

Avez-vous un problème de transport?
Communiquez avec nous.

CFARE cfare.net
Centre de formation et d'aide à la recherche d'emploi
accueil@cfare.net

Avec la participation financière de : Québec

1226012871-051022

Jean Coutu

NOUVEAU NOUS FORMONS SUR PLACE COSMÉTICIENNE

TU AIMERAS CHANGER DE CARRIÈRE ET LES SOINS DE LA PEAU ET LE MAQUILLAGE TE FACILITENT, VIENS NOUS RENCONTRER, NOUS AVONS UN POSTE À TEMPS PLEIN POUR TOI AVEC DE TRÈS BONS AVANTAGES SOCIAUX.

Demandez Pierre Richard ou envoyez votre CV à prichard@pjc.jeancoutu.com

947, BOUL. DU SÉMINAIRE N. SAINT-JEAN-SUR-RICHELIEU
340, BOUL. SAINT-LUC, SECTEUR SAINT-LUC

1226013530-250123

Babillard

Cercle de Fermières Marieville

Le Cercle de Fermières Marieville invite les dames et les jeunes filles de 14 ans et plus à venir rencontrer ses membres pour connaître leurs ateliers d'art textile. Nous commencerons les ateliers du lundi le 6 février et celui du jeudi, le 9 février 2023. Les lundis de 13 h à 16 h, et les jeudis de 18 h à 20 h, au sous-sol de l'église Saint-Nom-de-Marie, Marieville. Ce sera pour nous un plaisir de vous rencontrer. L'inscription est de 30 \$ par année, incluant cinq magazines *L'Actuelle*. Pour tout renseignement, contacter Hélène Bergeron 514 778-8351.

Brunch des Chevaliers de Colomb

Le dimanche 19 février aura lieu le brunch des Chevaliers de Colomb, au sous-sol de l'église Très-Saint-Coeur-de-Marie, au 2390, avenue Bourgogne, Chambly. Ce brunch, tout spécialement, est au profit de la paroisse. Prix : 13 \$

AVIS PUBLIC

AVIS DE CLÔTURE D'INVENTAIRE

(Avis dans un journal : C.c.Q., art. 795, al. 2)

Prenez avis que Bernadette Boutin, en son vivant domiciliée au 2538, rue Bourgogne, Chambly (Québec) J3L 2A8, est décédée à Chambly, le 19 mai 2022. Un inventaire de ses biens a été dressé conformément à la loi et peut être consulté par les intéressés au 2600, rue Neuville, Brossard (Québec) J4Y 1E8.

Donné ce 22 janvier 2023, à Brossard. Par Josée Doré, liquidatrice.

1226013520-010223

AVIS DE CLÔTURE D'INVENTAIRE

(Avis dans un journal : C.c.Q., art. 795, al. 2)

Prenez avis que Jean-Guy Doré, en son vivant domicilié au 2538, rue Bourgogne, Chambly (Québec) J3L 2A8, est décédé à Saint-Jean-sur-Richelieu, le 18 mai 2022. Un inventaire de ses biens a été dressé conformément à la loi et peut être consulté par les intéressés au 2600, rue Neuville, Brossard (Québec) J4Y 1E8.

Donné ce 22 janvier 2023, à Brossard. Par Josée Doré, liquidatrice.

1226013519-010223

pour les 12 ans et plus, 5 \$ pour les 5 à 11 ans. Gratuit pour les 4 ans et moins. Horaire : 8 h 30 à 12 h 30. Vous pouvez vous procurer des billets au secrétariat de la paroisse (Diane 450 658-8111, poste 0), à Louise Bisaillon Marcil, maraîchère (514 791-4347), et à Pierre-Louis Lévesque.

Gamblers anonymes Chambly

Gamblers anonymes est une association de gens qui partagent entre eux leurs expériences, leurs forces et leurs espoirs de sorte qu'ils puissent résoudre les problèmes qu'ils ont en commun et aider les autres à se rétablir de leur problème de jeu. Tous les vendredis, de 19 h à 21 h 30. À POSA/Source des Monts, 620, rue Sénécal, Chambly.

AVIS PUBLIC

Avis public

Régie des alcools, des courses et des jeux

AVIS DE DEMANDES RELATIVES À UN PERMIS OU À UNE LICENCE

Toute personne, société ou association au sens du Code civil peut, dans les **trente jours** de la publication du présent avis, s'opposer à une demande relative au permis ou à la licence ci-après mentionné en transmettant à la Régie des alcools, des courses et des jeux un écrit sous affirmation solennelle faisant état de ses motifs ou intervenir en faveur de la demande, s'il y a eu opposition, dans les **quarante-cinq jours** de la publication du présent avis.

Cette opposition ou intervention doit être accompagnée d'une preuve attestant de son envoi au demandeur ou à son procureur, par courrier recommandé ou certifié ou par signification à la personne, et être adressée à la **Régie des alcools, des courses et des jeux, 1, rue Notre-Dame Est, bureau 9.01, Montréal (Québec) H2Y 1B6**.

NOM ET ADRESSE DU DEMANDEUR	NATURE DE LA DEMANDE	ENDROIT D'EXPLOITATION
Marc-Antoine Boily A/S M. Marc-Antoine Boily 430, boulevard Quinn Longueuil (Québec) J4H 2N1 Dossier : 55-10-1184	Demande de permis industriel de fabricant de cidre	55, rang de la Montagne Rougemont (Québec) J0L 1M0
9352-2324 Québec inc. A/S M. Louis Monty-Tremblay 101-3701, boulevard Fréchette Chambly (Québec) J3L 0M8 Dossier : 55-20-1020	Demande d'un permis de producteur artisanal de bière	101-3701, boulevard Fréchette Chambly (Québec) J3L 0M8

Québec

Société d'horticulture et d'écologie de Chambly, Richelieu, Carignan

Le mercredi 8 février, à 19 h 15, au Pôle culturel de Chambly, Hélène Baril, horticultrice, nous présentera « Les quatre saisons au jardin ». Quoi de plus merveilleux et de plus facile à réaliser qu'un jardin quatre saisons lorsque nous prenons le temps de le planifier! Pour créer

un ensemble harmonieux qui saura vous ravir au fil des saisons, des trucs, des conseils et un diaporama de plantes et d'aménagements vous seront présentés. Gratuit pour les membres et 10 \$ pour les non-membres. Information : Jocelyne Coté 514 781-0806. Facebook : shecrc. Site Web : www.shecrc.com.

AVIS PUBLIC



MRC
DE ROUVILLE

PROVINCE DE QUÉBEC
MUNICIPALITÉ RÉGIONALE DE COMTÉ DE ROUVILLE

AVIS PUBLIC

Règlement numéro 332-22 modifiant le Règlement numéro 301-16 décrétant les règles de contrôle et de suivi budgétaires et une délégation de certains pouvoirs du conseil

AVIS est donné à la population de la Municipalité régionale de comté de Rouville par la soussignée, directrice générale et greffière-trésorière de la MRC de Rouville, que lors de la séance ordinaire du conseil de la MRC tenue le mercredi 18 janvier 2023 à 19 h au 500, rue Desjardins à Marieville, le conseil a adopté le *Règlement numéro 332-22 modifiant le Règlement numéro 301-16 décrétant les règles de contrôle et de suivi budgétaires et une délégation de certains pouvoirs du conseil*.

Ce règlement aura pour objet, entre autres, de modifier le *Règlement numéro 301-16 décrétant les règles de contrôle et de suivi budgétaires et une délégation de certains pouvoirs du conseil* en prévoyant une délégation pour autoriser des dépenses et pour passer des contrats pour le directeur(trice) du greffe et des services administratifs, le directeur(trice) de l'aménagement, de l'environnement et du développement durable et le directeur(trice) du développement local et régional.

Ce règlement est disponible pour consultation au bureau de la MRC, situé au 500, rue Desjardins à Marieville pendant les heures d'ouverture, ainsi que sur le site web de la MRC au www.mrcrouville.qc.ca.

DONNÉ à Marieville ce 23^e jour du mois de janvier 2023.

Anne-Marie Dion
Directrice générale et greffière-trésorière
Municipalité régionale de comté de Rouville

1226013518-010223



Avis public

Aux citoyens de la Municipalité de Saint-Mathias-sur-Richelieu, AVIS PUBLIC est, par la présente, donné par la soussignée, directrice générale adjointe et greffière-trésorière adjointe, que :

Lors de la séance ordinaire du Conseil municipal tenue le 12 décembre 2022, a été adopté le règlement suivant :

Règlement numéro 1007 : Règlement sur les projets particuliers de construction, de modification ou d'occupation d'immeuble ».

Le règlement 1007 vise à permettre, sous certaines conditions et avec encadrement, qu'un projet soit réalisé malgré le fait qu'il déroge à l'un ou à l'autre des règlements d'urbanisme de la municipalité.

QUE le règlement a été soumis à une consultation publique le 28 novembre 2022.

QUE le 18 janvier 2023, par la résolution numéro 23-01-004, le Conseil de la Municipalité régionale de comté de Rouville a approuvé le règlement numéro 1007 et que le 23 janvier 2023, un certificat de conformité aux objectifs du Schéma d'aménagement et de développement révisé édicté par le règlement numéro 195-04 a été émis à l'égard du règlement, à savoir :

Règlement numéro 1007 : certificat numéro 23-01-1028-SM.

QUE les personnes intéressées pourront prendre connaissance de ce règlement au bureau de la directrice générale adjointe et greffière-trésorière adjointe situé au 300, chemin des Patriotes à Saint-Mathias-sur-Richelieu, aux heures normales d'ouverture.

Le présent règlement entre en vigueur conformément à la loi.

Donné à Saint-Mathias-sur-Richelieu, le 1^{er} février 2023.

Catherine Chartrand, dga et
Greffière-trésorière adjointe

1226013573-010223



CHAMBLLY

AVIS D'APPEL D'OFFRES

MARQUAGE DE LA CHAUSSEE POUR L'ANNÉE 2023 AVEC UNE OPTION DE RENOUVELLEMENT POUR L'ANNÉE 2024 GE2023-15

DEMANDE DE SOUMISSIONS

La Ville de Chamblly demande des soumissions pour des travaux de marquage et de lignage sur la chaussée sur le territoire de la Ville de Chamblly pour l'année 2023, avec option de renouvellement pour l'année 2024, incluant notamment le lignage de rue, le marquage ponctuel ainsi que l'effacement et le marquage des stationnements municipaux.

DOCUMENTS

Tout fournisseur ou entrepreneur peut se procurer les documents d'appel d'offres par le biais du Système électronique d'appels d'offres (SEAO), en téléphonant au 1 866 669-7326, ou en consultant le site web suivant www.seao.ca. Les documents doivent être obtenus au coût établi par le SEAO.

DATE DE RÉCEPTION

La soumission doit être déposée à l'attention de Me Alexandra Pagé, à la Mairie de Chamblly située au 1, place de la Mairie, Chamblly (Québec) J3L 4X1, et ce, au plus tard à 11 h, le 27 février 2023.

Les soumissions peuvent alternativement être transmises de façon électronique, par l'intermédiaire du SEAO et conformément à la procédure établie par celui-ci.

L'ouverture publique des soumissions se fera à compter de 11 h 05, le même jour. Les soumissions seront reçues à la Mairie de Chamblly de 8 h 15 à 12 h et de 13 h à 16 h 30 du lundi au jeudi ainsi que le vendredi de 8 h à 12 h.

La Ville de Chamblly ne s'engage à accepter ni la plus basse ni aucune des soumissions reçues.

Pour toute information concernant les documents de soumission, vous devez communiquer uniquement avec la soussignée.

Donné à Chamblly, ce 1^{er} février 2023

Me Alexandra Pagé
Cheffe de la division des approvisionnements
approvisionnement@ville.chamblly.qc.ca

1226013517-010223

Léanne Castonguay

L'élite du canoë-kayak

Léanne Castonguay fera partie de l'équipe du Québec, niveau élite, pour participer au camp d'entraînement de canoë-kayak en Floride.

Frédéric Khalkhal
fkhalkhal@journaldechambly.com

Léanne Castonguay sera de la partie pour pagayer en Floride avec l'équipe du Québec, niveau élite, en canoë-kayak, où elle s'est récemment taillé une place au sein du camp d'entraînement de début de saison. « C'est un accomplissement de taille dans notre sport », d'indiquer au journal Antoine Laliberté, directeur du Club de canotage OBC à Otterburn Park, où s'entraîne depuis près de 10 ans Léanne, résidente de Carignan.

Le plaisir avant tout

À 18 ans, l'athlète vise avant tout une progression dans le plaisir au sein de son sport. « Je vais côtoyer pendant deux mois en Floride la crème de la crème de ce qui se fait au Québec en canoë-kayak, ou dans d'autres disciplines comme le kayak. Moi, mon objectif, c'est de progresser afin de faire des podiums. Je prends beaucoup de plaisir à pratiquer mon sport. » La participation à des compétitions internationales, elle voit ça dans un objectif « très lointain. En canoë-kayak, on est dans notre top à la mi-vingtaine. »

Il y a 10 ans, c'est son père qui l'a poussée à faire du canoë-kayak. « Mon père m'a inscrite avec mes cousins. Finalement, la première année, mes cousins n'ont pas pu venir et je me suis retrouvée toute seule. Très vite, je me suis fait des amis et je suis tombée amoureuse de ce sport, que je pratique depuis près de 10 ans maintenant. »

Cégep à distance

La semaine dernière, à quelques jours de son départ, elle s'inscrivait à Cégep



Léanne Castonguay a été invitée à s'entraîner en Floride avec l'équipe du Québec, niveau élite, en canoë-kayak. (Photos : courtoisie)

à distance pour suivre sa formation scolaire pendant les deux mois qu'elle passera en Floride pour s'entraîner. Habitue à tenir l'équilibre dans son embarcation, l'athlète a déjà son plan d'action pour concilier ses entraînements avec ses études. « Je vais avoir beaucoup de lecture en matinée et je consacrerai mon après-midi au sport. Ça a très bien commencé. »

À 18 ans, Léanne Castonguay compétitionnera désormais dans une nouvelle catégorie, junior, contre des adversaires plus âgées qu'elle, « une bonne manière de m'améliorer ».

Dans deux mois, elle sera de retour au Québec, forte de son expérience en Floride, pour préparer les premières compétitions prévues en juin.

Question aux lecteurs

Quels sont les sports que vous aimeriez embrasser ou auriez aimé pratiquer?

journaldechambly.com

« Je vais côtoyer pendant deux mois en Floride la crème de la crème de ce qui se fait au Québec en canoë-kayak. »
- Léanne Castonguay



SPECTACLE FAMILIAL DE LUTTE | LEVÉE DE FONDS
ACADÉMIE LUTTE-SPECTACLE DU QUÉBEC X POSA | LUTTE À L'EXCLUSION SOCIALE ET À LA PAUVRETÉ
PERFORMANCE DE DIE-ON ET INVITÉS SURPRISES

MAISON
STÉPHANE FALLU

"KATHRYN VON GOTH"
SHIKAKA!
SERA EN ACTION!

posamania2

PERFORMANCE DE DIE-ON

SAMEDI 25 FÉVRIER 2023
2390, AVENUE BOURGOGNE CHAMBLY, QC J3L 2A4 | PORTES 18H00 | CLOCHE 19H00
VIP 30\$ | ADMISSION GÉNÉRALE 20\$ | POSASDM.ORG

1220013549-010223

Changement de présidence à l'Association de baseball de Marieville

Besoin de changement

L'Association de baseball de Marieville cible en priorité les jeunes pour se développer. Après cinq ans de présidence, Martin Girard décide de tourner la page.

Julien Dubois
Initiative de journalisme local
jdubois@journaldechambly.com

Martin Girard laisse l'Association de baseball de Marieville en bonne santé. Dans quelques jours, le président laissera sa place avec le sentiment d'avoir accompli sa mission durant une période compliquée que représentent les années COVID. « C'est l'une de mes principales fiertés, explique-t-il. Nous comptons entre 110 et 120 membres répartis dans sept équipes en plus de notre rally cap (enfants de moins de 7 ans, NDLR). Les finances sont saines sans avoir eu la nécessité d'augmenter le prix des licences. On a su tenir le cap pendant le confinement avec des bénévoles qui sont restés fidèles. »

« Soixante jeunes supplémentaires pourraient nous rejoindre. Et ces jeunes invitent leurs amis. Plus de monde sur le terrain signifie davantage de popularité. »
- Martin Girard

Pour expliquer sa décision, le dirigeant estime que l'Association a besoin d'un nouvel élan. « Cela fait cinq ans que je suis en poste. Mes obligations professionnelles font que je n'ai plus le temps de m'occuper de l'Association.



Un nouveau président sera annoncé prochainement. (Photo : Courtoisie)



Les portes ouvertes ont permis de rassembler 60 jeunes cet automne. (Photo : Courtoisie)

L'organisation a certainement besoin d'un renouveau. »

La ligue couvre un large territoire, allant de Marieville à Saint-Césaire en passant par Richelieu et Saint-Mathias.

« L'engouement est présent, mais nous ne bénéficions pas d'un large bassin de population, poursuit Martin Girard. On est une petite association. Mais les portes ouvertes, organisées par Vincent Desprès cet automne, ont réuni du

monde. Soixante jeunes supplémentaires pourraient nous rejoindre. Et ces jeunes invitent leurs amis. Plus de monde sur le terrain signifie davantage de popularité. »

Compétition locale

Passionné de la balle et de la batte, le futur ex-président assure qu'il restera engagé dans la ligue une fois son mandat terminé. « J'adore m'occuper des jeunes. Grâce à notre association, ils ont la chance de pouvoir pratiquer un sport organisé avec des matchs officiels. Mais la compétition n'est pas notre objectif. On veut rester local, et ensuite les entraîneurs et les joueurs de chaque équipe peuvent participer à des tournois. Peut-être que mes successeurs le feront, mais nous sommes vraiment un petit bassin. En tout cas, on va continuer à se battre pour nos membres. »

La ligue se développe et les entraînements commencent en salle afin de préparer la saison d'été avec une nouveauté. « Après une première en 2022, notre équipe U15 sera reconduite, sourit Martin Girard. On pense même avoir une formation en U17! »



La ligue a été maintenue à flot durant la COVID. (Photo : Courtoisie)

Question aux lecteurs

Quels sports privilégiez-vous pour vos enfants?

journaldechambly.com

28 jours sans alcool

Dans le cadre de saines habitudes de vie, Paméla Boucher, kinésiologue césairoise, en est à son 5^e Défi 28 jours sans alcool consécutif.

Un texte de Jean-Christophe Noël
jcnol@journaldechambly.com

C'est la dixième année d'existence du défi. Pour l'occasion, Paméla Boucher en sera l'ambassadrice en Montérégie. Le principe du défi consiste à prendre une pause engagée de la consommation d'alcool pendant les 28 jours du mois de février. Dans la foulée, l'organisme amasse des dons pour soutenir les programmes de préventions dispensés par la Maison Jean-Lapointe auprès des jeunes dans les écoles du Québec. En 10 ans, c'est près d'un million de jeunes qui ont été rencontrés partout au Québec pour faire la prévention de la consommation.

Elle a pris connaissance du défi il y a environ six ans. « Je me suis dit que c'était le *fun* de prendre une pause d'alcool post-temps des Fêtes », indique-t-elle. Quelques années plus tard, devant son statut et sa capacité à amasser de volumineux dons pour la cause, l'organisation l'a approchée afin de lui offrir un rôle plus important.

Pour une seconde année, l'humoriste Jean-Michel Anctil est porte-parole du défi. Avant la pandémie, il avait déjà fait un deux mois sans alcool. « Les Fêtes, tu manges beaucoup, tu te couches tard, etc. Je m'étais dit que j'allais prendre une pause », indique celui qui s'est déjà entraîné sous l'aile de Paméla Boucher. Il avait traversé ces deux mois somme toute facilement. « J'avais réalisé que les occasions de prendre un verre sont pas mal fréquentes », mentionne M. Anctil. Le défi représente donc pour lui l'occasion de renouer avec cette hygiène de vie passagère. À travers cette pratique, celui qui incarne notamment Priscilla et Râteau a constaté une amélioration en ce qui a trait à son énergie et à sa qualité de sommeil.

Apprécier boire

La femme sportive de Saint-Césaire ne s'en cache pas : elle aime bien le vin. Les deux premières années, elle a dû faire preuve de créativité afin de traverser le défi. « J'ai allongé quelques kilomètres de plus lors de mes courses pour aller chercher un peu plus d'endorphine et de dopamine », explique-t-elle. Les trois dernières années, une fois l'habitude ancrée, ont toutefois été plus faciles pour elle.

Jean-Michel Anctil se qualifie de buveur social. « Je n'ai pas de problème, mais j'aime prendre un verre de vin avec des amis lors d'un bon souper », convient-il. Il souligne cependant être capable de se passer d'un verre d'alcool quotidien. Dans son entourage, il existe cette personne qui a besoin de prendre son verre de vin à tous les repas. « J'ai dit que c'est un problème, ça. C'est souvent l'association que l'on fait, « ça me détend, ça me relaxe » ». Il en profite pour sensi-

biliser autour de lui qu'il existe d'autres façons de faire diminuer une forme « d'anxiété ».

« La SAQ est là pour faire des profits. Mais c'est à nous de tracer la ligne. »
- Jean-Michel Anctil

Trois modèles de participation

Pour ceux qui trouvent que cesser la consommation d'alcool pendant 28 jours, c'est trop, de nouveaux modèles de participation existent. Le défi de type bronze permet au participant de ne pas boire du vendredi au dimanche inclusivement. Il y a également le défi de type argent. Celui-ci propose de ne pas boire du lundi au jeudi inclusivement. Pour finir, le défi de type or est celui lié à une abstinence de 28 jours. « Le défi s'adapte. Ça le rend plus accessible », résume Mme Boucher.

Sensibilisation à travers la consommation

D'un côté, la population est sensibilisée de plusieurs façons aux méfaits que peut causer l'alcool lorsque consommé en trop grande quantité. De l'autre, la Société des alcools (SAQ) du Québec demeure une entrée d'argent considérable pour le gouvernement. N'est-ce pas contradictoire? « Il n'y a rien de mal à prendre un p'tit verre de vin de temps en temps. C'est de savoir consommer avec modération », nuance la Césairoise.

« La SAQ est là pour faire des profits. Mais c'est à nous de tracer la ligne », estime pour sa part Jean-Michel Anctil.



Paméla Boucher a entraîné Jean-Michel Anctil lors de la pandémie. (Photo : courtoisie)



Pour une seconde année, Jean-Michel Anctil est porte-parole du Défi 28 jours sans alcool. (Photo : courtoisie)

Jean Lapointe

L'argent du Défi 28 jours ira à la Fondation Jean-Lapointe. Celle-ci souhaite amasser 1 500 000 \$ afin de soutenir le déploiement de programmes de prévention auprès de milliers de jeunes de la province afin de les sensibiliser et de les informer quant aux problèmes liés à la consommation d'alcool et autres substances.

Jean-Michel Anctil a connu Jean Lapointe, décédé le 18 novembre dernier. C'est le premier spectacle d'humour sur scène qu'a vu Jean-Michel Anctil. C'est ce qui lui a donné envie de faire le métier d'humoriste. « J'avais dit à ma mère "Un jour, tu vas venir ici et c'est moi qui vais être sur scène" ». Quelques années plus tard, il mettait en action ses paroles.

Il décrit Jean Lapointe comme étant un homme généreux, affable et à l'écoute. « Il m'a donné de précieux conseils. J'étais très triste à son décès. J'étais fasciné par

cet homme », termine l'humoriste, qui se rappelle la fois où il a mangé un spaghetti chez M. Lapointe.

Nouveaux standards de consommation

Selon les nouveaux Repères canadiens sur l'alcool et la santé (RCAS), dès les premiers verres d'alcool dans la semaine il y a des risques pour la santé. RCAS écrit que « la consommation de trois à six verres standards par semaine représente un risque modéré pour la santé ». Après cette quantité, plus on consomme d'alcool, plus le risque de méfaits (sept types de cancer, la plupart des maladies cardiovasculaires, maladies du foie, actes de violence) augmenterait.

Les nouveaux repères remplacent les Directives de consommation d'alcool à faible risque, publiées en 2011. Ils tiennent compte de la réalité des gens pour les aider à évaluer leurs habitudes et à prendre des décisions éclairées concernant leur santé.

Pour illustrer ces risques, les RCAS présentent un continuum de risque associé à la consommation d'alcool qui aidera les gens à décider eux-mêmes du degré de risque qu'ils sont prêts à prendre. Le rapport soulève les constats suivants :

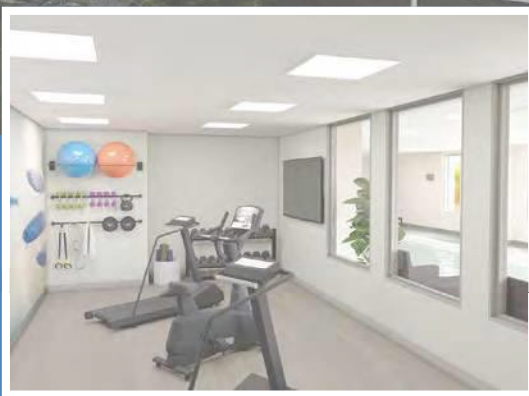
- Boire de 1 à 2 verres standards par semaine représente un risque faible.
- Boire de 3 à 6 verres standards par semaine représente un risque modéré.
- Boire 7 verres standards ou plus par semaine représente un risque de plus en plus élevé.
- Où que vous soyez sur le continuum, pour votre santé, boire moins, c'est mieux.
- Les jours où vous prenez de l'alcool, limitez votre consommation à 2 verres standards.
- Lorsqu'on est enceinte ou que l'on tente de le devenir, il n'y a aucune limite de consommation d'alcool sans danger.

Question aux lecteurs

Combien de consommations alcoolisées buvez-vous par semaine?

journaldechambly.com





**Venez découvrir nos appartements
de la phase 3 sur plan
en prenant rendez-vous
au 819-668-2398 ou 450-447-6484**

batisseurs.ca

600 av. De Salaberry, Chambly