NE MANQUEZ PAS, dans *La Voix de l'Est* de mercredi, 208 **emplois disponibles**

3016154

Le Plus

Le court envol d'un papillon

›6

photo Alain Dion

DES POMPIERS RALLUMENT UNE ÉTINCELLE

›2

photo Janick Marois

POUR UNE HYPOTHÈQUE
Le plus bas taux
HYPOTHECA
COURTIER HYPOTHÉCAIRE SSM INC.
Agence immobilière hypothécaire
SERVICE GRATUIT!
Courtier immobilier hypothécaire
Sylvain Côté
jour, soir, fin de semaine
450 776-2200
sylvaincotehypotheque.ca
2817564

VENDREDI 14, SAMEDI 15 et DIMANCHE 16 SEPTEMBRE
PLEINE REMORQUE
AUTOMNE I HIVER I POUR TOUTE LA FAMILLE
JUSQU'À 60% DE RABAIS
AU GRAND BAZAR La Source du sport
grandbazar.ca
1141, PRINCIPALE, GRANBY

Des pompiers au grand cœur

Les pompiers font beaucoup plus qu'éteindre des feux: ils peuvent intervenir en hauteur avec leur nacelle ou dans des cas inévitables de désincarcération. C'est d'ailleurs pour cette raison qu'ils sont accourus la semaine dernière quand un petit garçon de quatre ans de Saint-Alphonse s'est coincé le pied dans son vélo. Pour libérer l'enfant, les sapeurs n'ont eu d'autre choix que de couper la bicyclette. Le petit Vincent Houle a de nouveau reçu la visite des pompiers cette semaine. Leur mission: remplacer le bolide du jeune cycliste.

Karine Blanchard
redaction@hebdoleplus.qc.ca

Au retour de l'école, le jeudi 6 septembre, Vincent et son frère Zachary sont partis à vélo pour se rendre chez une voisine qui habite à quelques pas de chez eux, à Saint-Alphonse-de-Granby. Une fois sur place, Vincent s'est accidentellement coincé le pied entre le pédalier et l'armature métallique de son vélo. C'est en voulant freiner que c'est survenu, explique le petit dans ses mots d'enfants. Impossible toutefois pour lui de se libérer de cette fâcheuse position.

PHOTO JANICK MAROIS

Il fallait voir les yeux pétillants de Vincent Houle, quatre ans, lorsqu'il a vu son nouveau vélo remis par les pompiers. Le petit garçon était visiblement très heureux.

Son grand frère s'est alors précipité chez lui pour aviser sa mère, Manon Boucher. En se rendant sur les lieux aux pas de course, elle entendait son fils crier «Maman! Maman!».

Une fois sur place, elle a analysé la scène rapidement pour réaliser qu'elle allait avoir besoin d'aide.

«Je me suis aperçue que je ne pouvais rien faire sans lui faire mal», relate la mère de trois enfants.

Elle a vite conclut qu'elle devait couper le pédalier. Mais comment? C'est à ce moment qu'elle a fait appeler le 911.

Entre-temps, un voisin est venu l'aider. Puis, le chef des pompiers de Bromont, Louis-Philippe Éthier et les ambulanciers sont arrivés sur les lieux. À l'aide d'un outil, ils ont réussi à couper le métal. «C'est la première fois qu'on coupe un véhicule aussi petit! Il n'a pas résisté», lance Christian Brunelle, pompier et président de l'Association des pompiers de Bromont.

Une quinzaine de sapeurs se sont rendus sur les lieux, car l'appel initial signalait une désincarcération. Un déploiement qui n'est pas passé inaperçu, surtout auprès du jeune cycliste. «Il était impressionné de voir tous ces pompiers sur place juste pour lui», raconte Carl Gauvin, un des sapeurs de la brigade bromontoise.

Grâce au travail minutieux des intervenants, le petit Vincent s'en est tiré sans la moindre égratignure. Il était toutefois attristé de voir son vélo mal en point et désormais hors d'usage. «Il avait de la peine parce qu'il venait de perdre son vélo», indique M. Gauvin.

Générosité

Les membres de l'Association des pompiers de Bromont qui se trouvaient sur place ont alors décidé de lui offrir un nouveau vélo. Chaque année, le regroupement de sapeurs organise un souper steak et homard au profit de différents organismes présents sur leur territoire. Près de 13 000 $ ont été amassés lors de cet événement en mai dernier.

«Il y a un besoin et c'est plus que ce qu'on pense», indique M. Brunelle.

Les pompiers ont notamment offert des camps spécialisés à des enfants atteints d'autisme, donné un coup de pouce financier à la maison Au Diapason, défrayé l'achat d'effets scolaires pour des enfants moins bien nantis et payé le déjeuner aux écoliers dans le besoin.

«Notre objectif est d'avoir un fond de dépannage. C'est de l'aide de façon sporadique, explique Yvon Houde, également impliqué dans l'Association des pompiers. Ça s'inscrit dans la même lignée des pompiers qui est d'aider les gens.»

Trois sapeurs se sont rendus chez le petit Vincent ce lundi, pour lui remettre son nouveau vélo. Il faillait voir les yeux pétillants du garçon pour constater à quel point il était heureux de recevoir ce cadeau. «Il est beau mon vélo!», a-t-il dit à plusieurs occasions avec un grand sourire.

Bien en scelle sur son nouvel engin depuis quelques minutes à peine, il s'est empressé d'en faire l'essai avec son grand frère Zachary. «Nous sommes très chanceux. C'est un très beau cadeau», a, pour sa part, tenu à souligner sa maman.

PHOTO JANICK MAROIS

Le pied de Vincent s'est coincé dans son vélo la semaine dernière. Les ambulanciers et les pompiers ont dû couper le métal pour l'extirper de sa fâcheuse position. Il pose ici sur sa nouvelle bicyclette.

Un voyage hors *des sentiers battus*

Comme la sécurité était leur priorité, Jean Bergeron, de Granby, et son frère Mario ont dû mettre un terme un peu plus tôt que prévu à leur reconstitution de La Ruée vers l'Or, entamée à Montréal en juin dernier. Supposés atteindre Dawson en un mois et demi, ils ont décidé de poser leurs bagages à Carmacks après cinq semaines. Une décision sage et prudente qu'ils ne regrettent aucunement, car ce qu'ils ont vécu se résume en un mot : « extraordinaire ! »

■ Isabelle Gaboriault

igaboria@hebdoleplus.qc.ca

« C'est l'affaire la plus folle que j'ai faite de toute ma vie ! », a lancé Jean Bergeron, joint la semaine dernière, un mois après son retour. L'homme de 50 ans, agent immobilier dans la région de Granby, a décidé de suivre la route des chercheurs d'or en compagnie de son grand frère Mario après avoir rasé de participer au documentaire télévisé *La Ruée vers l'Or*. Partis de la Gare Windsor de Montréal en train le 16 juin dernier, les deux hommes, habillés et outillés comme dans le temps, devaient se rendre au Klondike d'abord en bateau, à pied par le sentier Chilkoot, en train jusqu'à Whitehorse, et à bord d'un radeau construit de leurs mains jusqu'à Dawson.

Mais la nature en a décidé autrement. Au moment où les frères Bergeron se sont lancés sur le fleuve Yukon, l'eau atteignait un niveau cinq pieds plus élevé que la normale. « Ça a été très dur, très émotif, dangereux, ne cache pas Jean Bergeron. On y a goûté ! »

C'est que les deux expéditeurs, une fois sur leur radeau de bois, n'avaient jamais le temps de relaxer, toujours appelés à anticiper les courants et à éviter les obstacles. Sur l'eau, ils ont été victimes de deux accidents. Jean Bergeron s'est même entré un clou dans le pied. Une autre fois, il a été éjecté du radeau. « C'était assez spectaculaire ! , lance l'aventurier qui ne cache pas avoir frôlé la mort. Mais nous n'avons jamais paniqué. Jamais eu peur. Et nous avons quand même fait 230 km sur notre radeau. »

Mais après une journée de pause à Carmacks, alors qu'ils se savaient vidés physiquement et mentalement, leur aventure a pris un nouveau tournant. Alors qu'ils se reposaient, Jean et Mario ont vu passer devant eux, sur l'eau, l'équipement d'autres canoéistes. D'abord un sac. Une bouteille d'eau. Puis une autre. Un baril dans lequel les aventuriers traînent normalement tout leur équipement… et une veste « avec personne dedans », indique Jean Bergeron. Peu de temps avant, une équipe de Search and rescue team venait de croiser leur chemin. Elle cherchait deux autres expéditeurs perdus. « C'est là qu'on a appris que la veille, il y avait eu deux décès sur la rivière, raconte M. Bergeron. À ce moment, je vivais beaucoup de colère, de tristesse et d'impuissance. C'était devenu trop dangereux. On était toujours 'on the edge', toujours à se battre (contre les courants). »

« Quelqu'un qui se prépare à monter l'Everest va attendre qu'une fenêtre s'ouvre avant d'y aller, illustre Jean Bergeron. On a donc décidé de stopper ça là et on n'a jamais regretté notre choix. On est allés au bout de ce qu'on pouvait faire. »

Tout un voyage

Au-delà de l'aventure qu'ils ont vécue sur l'eau, les deux frères disent avoir fait un voyage « extraordinaire ! » En train, en bateau, ils intriguaient les gens. « Parfois, il y avait presqu'une trentaine de caméras autour de nous ! », raconte M. Bergeron.

À pied, ils ont vu des paysages grandioses, des montagnes impressionnantes. « Nous avons eu de bons réflexes, de bons instincts », se réjouit-il.

Jean Bergeron aimerait maintenant produire un petit documentaire sur son périple vers le Klondike. « J'ai environ six, sept heures d'images, dit-il. Je le ferais pour le plaisir. »

Et quand on lui demande s'il a d'autres plans en tête pour une éventuelle aventure, il répond par la négative. C'est que l'adrénaline reliée à un tel périple ne disparaît pas du jour au lendemain. « On vivait des découvertes de jour en jour, presque d'heure en heure, fait-il remarquer. En revenant, c'est très contrastant. On vit les *blues* du retour. »

« Quand on fait un voyage du genre, on est préparé à tout, poursuit-il, mais pas à la mort. Là, elle nous a tourné autour. Elle nous a regardés en face. »

Avant de repartir pour une autre destination, Jean Bergeron prendra le temps de revenir de celle-ci.

Mario et Jean Bergeron, habillés comme les chercheurs d'or des années 1898, sont revenus de leur périple au Klondike à la fin du mois de juillet dernier.

PHOTOS JEAN BERGERON

Jean Bergeron sur le radeau à bord duquel son frère et lui ont englouti 230 km dans des conditions que l'on pourrait qualifier d'extrêmes. Sur la photo de droite, il perce un trou à l'aide d'une vieille tarière.

Les populations du Sud cultivent votre don

Développement et Paix

1 888 234-8533
www.devp.org

Chienffordois

Diverses activités et exposants

Le dimanche 16 septembre de 13 h à 16 h, au Parc de la Mairie

Journée canine pour le propriétaire de chiens dociles de Shefford.

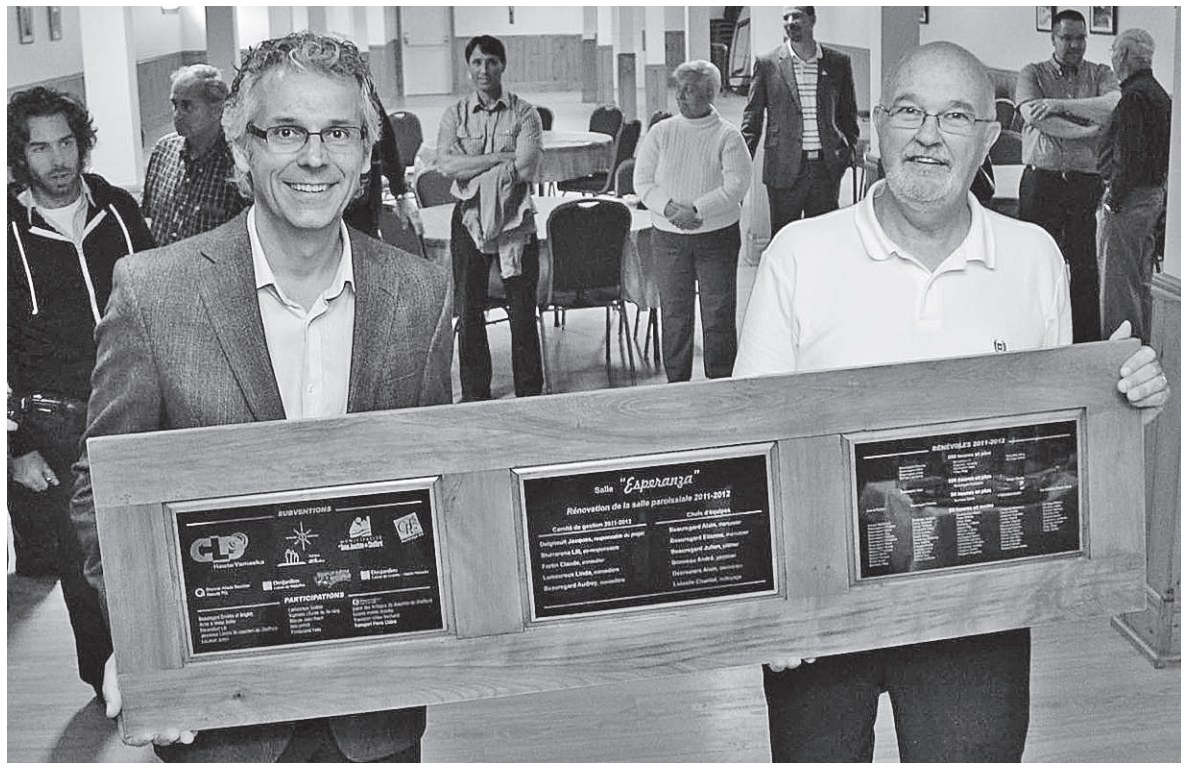
Venez nous visiter avec votre fidèle ami.
Rencontrez les divers intervenants qui seront sur place et profitez de l'occasion pour discuter avec d'autres propriétaires et vous amuser avec des chiens de toutes races.

- Kiosques - Animalerie - Dressage - Photographe - Hébergement
- Éleveur - Gâteries - Tirages de produits canins - Concours d'habiletés
- Comptoir de collations santé - Musique d'ambiance

Si pluie, reportée au 23 septembre.

Bienvenue à tous !
Amenez votre chien !

Shefford 1792



PHOTOS JANICK MAROIS

Inauguration de la salle Esperanza

SAINT-JOACHIM-DE-SHEFFORD— Plusieurs personnes, dont de nombreux maires des municipalités environnantes, ont assisté lundi à l'inauguration de la salle Esperanza située dans le sous-sol de l'église de Saint-Joachim-de-Shefford. Ce projet, qui paraissait d'abord irréalisable, est l'œuvre de Lili Biurrarena, de Jacques Daignault et de près de 80 bénévoles. Sur la photo, René Beauregard, maire de Saint-Jocahim, et Jacques Daignault, l'un des concepteurs du projet.

AVIS AUX CHERCHEURS D'EMPLOI

SALON PRIORITÉ EMPLOI 2012

ENTRÉE GRATUITE

Cégep de Granby
235, rue St-Jacques

Vendredi 28 septembre de 10h à 17h

Samedi 29 septembre de 9h à 12h30

PLUSIEURS OFFRES D'EMPLOI DANS La Voix de l'Est CE MERCREDI

www.salonemploigranby.com

Ce projet est rendu possible grâce à la contribution financière d'Emploi-Québec, et réalisé en collaboration avec ses partenaires :

Emploi Québec Montérégie — La Voix de l'Est — CCI Corporation du commissariat industriel — CLD Haute-Yamaska — CLD Brome-Missisquoi.ca — Cégep de Granby Haute-Yamaska www.cegepgranby.qc.ca

2997095

CHRONIQUE

Moments de parents

La décision

Pendant ma première grossesse, je regardais agir les parents avec leur enfant et je me disais : « Moi, ça ne fonctionnera pas comme ça ! Mon enfant ne me manipulera pas comme ça. Je vais lui montrer à partager, etc. »

Oups ! Ce n'est pas aussi simple quand ces situations se présentent, n'est-ce pas ? Souvent, par manque de connaissance sur le développement de l'enfant et parfois à cause de la fatigue quotidienne, on ne prend pas le temps de répondre adéquatement aux besoins de l'enfant. On donne tout parce que nous ne voulons pas l'entendre pleurer ou on lui interdit tout. On devient permissif, très strict ou désengagé face à notre rôle parental.

Le moment idéal pour instaurer un encadrement approprié aux enfants c'est quand ils sont âgés entre 0 et 6 ans. Plus l'enfant vieilli et que nous repoussons le moment pour agir et régler une situation, plus il sera difficile de réparer les pots cassés et remettre le tout sur le droit chemin. Nous voulons tous, comme parents, vivre des moments de vie de qualité avec notre enfant, peu importe son âge. C'est ce que nous avons de plus cher au monde, et nous voulons lui donner le meilleur pour qu'il grandisse et devienne un adulte responsable.

L'attitude essentielle pour transformer une routine ou un comportement difficile en moment de vie de qualité avec son enfant est la décision. Avec cet élément indispensable, vous réussirez à atteindre vos objectifs. Une décision ferme va vous permettre d'appliquer les six règles essentielles pour vivre des moments de vie de qualité, enrichissants et passionnants :

a) **décidez d'être calme** : c'est l'attitude à adopter pour avoir les meilleurs résultats possibles.

b) **décidez de répondre aux besoins fondamentaux de sécurité physique et affective.**
Sécurité physique : protéger, prendre soin de sa santé, etc.
Sécurité affective : lien de confiance, estime de soi, lien d'attachement.
C'est ce qui va encourager votre enfant à apprendre, à passer au travers les défis de la vie.

c) **décider d'être cohérents** : donnez une intervention en lien avec l'action négative qu'il vient de faire et appliquez, vous aussi, ce que vous lui demandez de faire.

d) **décidez d'être constants** : appliquez la méthode adéquate chaque jour et chaque fois que la situation se présente.

e) **décidez de persévérer** : saviez-vous que ça prend en moyenne 21 jours pour changer une habitude négative en habitude positive ?

f) **décidez d'avoir du fun !** : une règle essentielle pour éduquer un enfant !

Vous pouvez retrouver la liste des Ateliers-Astuces et Conférences de cet automne sur mon site Internet au www.formanimation.com

Reçu d'assurance disponible pour le service d'accompagnement et de consultation à domicile.

Conférence
19 septembre : les six règles d'or pour vivre des moments de vie de qualité.
4 octobre : comment rendre la période d'étude agréable ?

Ateliers-Astuces
27 septembre : une intégration en milieu scolaire et en service de garde réussie

Événement spécial
16 octobre : soirée conférence-détente au Spa Boréalis

Linda Cusson, Coach parental
linda@outilida.com
450 522-2872

COLLABORATION SPÉCIALE

ARMÉE DU SALUT
Un don d'espoir pour la vie
1 877 288-7441
ArmeeduSalut.ca

Devenez membre du Club de la Vigilance
Aidez-nous à diminuer les disparitions d'enfants en appuyant les programmes de recherche des enfants portés disparus d'Enfant-Retour Québec
1 888 692.4673
www.enfant-retourquebec.ca
ENFANT-RETOUR Québec

DÉBUT DE SESSION : 10 SEPT.
ESSAI GRATUIT SUR RÉSERVATION
ZUMBA® fitness
318 PRINCIPALE, GRANBY
DIVIA
Notre devise est simple: «Danser... pour s'amuser!»
Quelques places disponibles:
Mardi à 9 h 30 - Mardi et jeudi midi
Mercredi à 13 h - Vendredi à 16 h 15
Jeudi et vendredi soir
DIVIA STUDIO 450 405-3216
2995111

FONDATION DÉSIRÉE LE PAPILLON

L'accent sur la recherche

Déjà l'heureuse maman d'un petit garçon, Mattéo, Valentina Calci désirait avoir une fille. Tellement que c'est le nom qu'elle et son mari ont décidé de donner à leur petite: Désirée. Aujourd'hui, ce que la maman désire le plus au monde, c'est que la trop courte présence de cette enfant dans leur vie contribue à aider ceux qui sont malades et leur famille.

Isabelle Gaboriault
igaboria@hebdoleplus.qc.ca

Pour ce faire, la jeune mère de 24 ans a mis sur pied la Fondation Désirée le papillon dans le but d'amasser des fonds pour faire avancer la recherche sur la maladie dont est atteinte sa fille, la maladie de Tay-Sachs. Les mardi et mercredi 25 et 26 septembre, de 17 h à 20 h, elle invite la population à participer à son activité de financement au restaurant Pizza Hut de la rue Toulouse, à Granby.

«J'aime aider les autres, insiste Valentina, une Roxtonaise d'origine italienne. L'argent amassé par cette Fondation n'est pas pour nous. Je ne demande rien. Il est malheureusement trop tard. Ce qui me tient profondément à cœur, c'est qu'il n'y ait pas d'autres enfants et leur famille qui vivent ça. Et si je réussis, ça fera que ma fille sera partie en paix.»

Une maladie rare

Dérisée Marcone a deux ans. Elle est atteinte de la maladie de Tay-Sachs, une maladie génétique neurodégénérative. La forme infantile dont elle souffre apparaît entre l'âge de trois et six mois et est irréversible.

«Normalement, elle dort 24 heures sur 24, a fait remarquer sa grand-mère lors de notre passage vendredi dernier. Vous tombez sur une bonne journée, elle est réveillée.»

Ce matin-là, la petite, couchée sur son oreiller Hello Kitty dans sa jolie chambre toute rose, arborait deux lulus et une belle robe de Barbie. Rose elle aussi. Désirée passe ses journées allongée dans son lit, incapable de supporter le poids de sa tête. Elle a perdu toute la dextérité nécessaire pour manipuler des objets et pour manger par elle-même. Elle est nourrie et médicamentée par gastrostomie. La perte musculaire de la petite est telle qu'elle ne peut même plus pleurer.

Tous les jours, peu importe le moment de la journée et où elle se trouve dans la maison, Valentina peut avoir un œil sur sa fille par l'entremise d'un petit écran qu'elle traîne partout, relié à une caméra dans la chambre de la petite. Car sous la forme infantile, la maladie de Tay-Sachs s'accompagne de convulsions et de spasmes en réaction aux bruits et de crises d'épilepsie, ce qui pousse les parents à intervenir régulièrement et rapidement.

Comme l'explique Valentina, on dénombre seulement un cas de la maladie de Tay-Sachs sur 320 000 nouvelles naissances vivantes.

Le diagnostic est tombé le 19 août 2011 dans la famille Calci-Marcone. «Ce jour-là, c'est comme si un nuage s'était installé au-dessus de notre maison», raconte la maman arrivée au Québec il y a cinq ans.

Depuis, toute la famille vit au jour le jour. Les enfants atteints de cette maladie ont normalement une espérance de vie de deux à quatre ans, explique la mère de famille avec un sang-froid déconcertant.

«Je dois rester réaliste: ma fille va partir, dit-elle. Ça pourrait être aujourd'hui. Demain. N'importe quand... Ça va toujours être pire. Son état va toujours dégénérer.»

«S'il existe un Dieu, poursuit-elle calmement, je prie pour qu'il me donne la douleur de mon mari, de notre fils, et de mes beaux-parents, qui sont des personnes qui font beaucoup dans notre vie, parce que je pense être capable de le supporter.»

«Quand ma fille partira, j'espère pouvoir prendre leur souffrance et leur peine.»

Le cœur sur la main

Malgré le drame qu'elle et sa famille vivent au quotidien, Valentina ne cesse de penser aux autres. Quand elle a su pour la petite Naéva, atteinte d'une maladie dégénérative de la famille des leucodystrophies, elle a tenté de joindre sa maman. Présentement, tout en prenant grand soin de sa fille malade et de son fils de quatre ans, elle se démène pour les parents ou futurs parents d'enfants atteints de la maladie de Tay-Sachs par le biais de la Fondation Désirée le papillon. Elle souhaite d'ailleurs que celle-ci «aille loin!»

«Je ne suis pas une maman différente, insiste-t-elle. Je suis une maman avec une enfant spéciale. Notre fille est venue nous apprendre quelque chose. Elle est venue nous enseigner à sauver d'autres enfants. Elle est venue pour faire comprendre la maladie.»

Des gestes nobles que Mme Calci s'engage à poser au cœur même de la Fondation, en plus de promouvoir la recherche.

«Je veux que d'autres enfants guérissent de cette maladie.»

L'activité de financement qu'organise Valentina Calci au profit de la Fondation Désirée le papillon aura lieu les mardi et mercredi 25 et 26 septembre, de 17 h à 20 h, au Pizza Hut de la rue Toulouse, à Granby. C'est 7 $ pour les enfants et 12 $ pour les adultes. Pour information: 450 360-4922 ou par courriel au desiree_le_papillon@hotmail.ca

PHOTOS ALAIN DION

Valentina Calci et sa fille Désirée. La maman invite les gens à participer à l'activité de financement au profit de la Fondation Désirée le papillon qui se donne comme mission de soutenir la recherche sur la maladie de Tay-Sachs.

EN SEPTEMBRE AUCUNS FRAIS D'ADHÉSION

UNE SOLUTION SIMPLE DE PERTE DE POIDS QUI VOUS IRA POUR LA VIE.

Curves®

Programme de Gestion du Poids en 30 Jours

Une solution simple pour vous aider à mieux manger, à perdre du poids et à maintenir votre perte de poids pour de bon. Pour un prix simple de 49$.

APPELEZ AU CENTRE POUR OBTENIR PLUS DE DÉTAILS

N°1 MONDIAL DE LA MISE EN FORME AU FÉMININ

Curves®

curves.com

450-360-4747

HALLES DE GRANBY

Faites le tour de la question.

Notre circuit en 30 minutes fait travailler tout votre corps et vous offre une motivation continue pour retrouver la silhouette que vous aimez.

Nouvelles adhérentes seulement. Offre applicable pour une première inscription, programme de 12 mois minimum avec prélèvements automatiques. Le rabais s'applique aux frais de services initiaux. Ne peut être jumelée à aucune autre offre. Valable dans les centres participants seulement. © 2012 Curves International, Inc.

3017395

NOUVELLE PROPRIÉTAIRE ELISABETH ROY

Découvrez LaVoixdelEstSurMonOrdi.ca

CLINIQUE de VARICES

• Échosclérose • Varices
• Traitement des rides
• Augmentation des lèvres

Restylane
Botox cosmétique™

5, rue Comeau, local 5, Granby
450 372-2111

Dr Claude HÉBERT
MD, ABPh Diplomate
American Board Certified in Phlebology
Omnipraticien • Phlébologue

2792142

Vos dons assurent la gratuité des soins et des services offerts à la population de la Haute-Yamaska et de Brome-Missisquoi

LA MAISON AU DIAPASON

Pour l'amour et la dignité des personnes en fin de vie

411797

LA MAISON AU DIAPASON
900, rue de l'Émeraude, Bromont (Québec) J2L 0G1 • 450 534-2002
www.audiapason.org

Ateliers bibliques

L'Ancien Testament
D'Abraham à Jésus

19 siècles d'histoire à travers les principaux personnages, les textes bibliques, l'archéologie et les œuvres d'art

Premier atelier : **D'Abraham à Moïse**
Du mercredi 26 septembre au mercredi 31 octobre 2012
(26 sept. 3, 10, 17, 24 et 31 oct.)
de 19 h 30 à 21 h 30
Contribution : 30 $

Ces ateliers sont offerts au Centre biblique
des missionnaires du Verbe Divin, 1019, rue Cowie à Granby

Pour information et inscription :

Lise M. Meunier : 450 372-5510
Yvon Allard : 450 378-3210
allard.ym@verbedinvin.ca

3016935

CHRONIQUE

Parlons nutrition

Tout sur le sucre (glucose-fructose)

L'appellation sucre (glucose-fructose) fait partie de la liste d'ingrédients de beaucoup de produits disponibles à l'épicerie.

Si vous faites une petite inspection de votre garde-manger ou de votre frigo, vous en trouverez sûrement. On les trouve dans les boissons gazeuses, dans certains yogourts, biscuits, barres tendres, céréales à déjeuner, pains...

Est-ce que sucre (glucose-fructose) signifie la même chose que sucre ?

La réponse est non.

Le sucre (glucose-fructose), également appelé sirop de glucose-fructose ou sirop de maïs riche en fructose (SMRF ou HFCS selon le sigle anglais de *high-fructose corn syrup*), n'est pas un sucre présent naturellement dans la nature. Il s'agit plutôt de sirop de maïs auquel on a augmenté la teneur en fructose par un procédé enzymatique.

En Amérique du Nord, le SMRF a commencé à remplacer le sucre dans divers processus de fabrication agroalimentaires. L'industrie canadienne des boissons gazeuses l'utilise environ 20 fois plus que le sucre comme agent édulcorant.

Pourquoi opter pour cet édulcorant plutôt que le sucre de cannes ou de betteraves ?

Premièrement, le prix.

Il est moins cher dû à l'abondance des cultures de maïs, des subventions et de la taxation des sucres importés.

Deuxièmement par sa forme liquide.

Le SMRF est plus facile à mélanger et à transporter que du sucre cristallisant.

Et, troisièmement, l'emploi du SMRF conduit à des produits ayant une plus longue durée de vie en rayon. Malheureusement, la santé des consommateurs n'est aucunement considérée.

Y a-t-il des avantages pour la santé à consommer ce type de sucre ?

Il est clair que tous les sucres consommés en trop grande quantité sont associés à plusieurs problèmes de santé. Mais de nombreuses études scientifiques montrent qu'une consommation excessive de fructose libre est associée à une augmentation du gras viscéral (le gras à l'intérieur du ventre —le plus dangereux— associé, entre autres, aux maladies cardiaques), du mauvais cholestérol (LDL), des triglycérides sanguins, et des triglycérides après le repas.

La principale source de fructose libre est le SMRF et son utilisation, de plus en plus fréquente dans l'industrie alimentaire, est donc sujette à de nombreuses critiques. D'ailleurs, les fabricants tentent de mystifier les consommateurs avec toutes sortes de terminologies comme sucre (glucose-fructose). Il y a toute une saga aux États-Unis depuis quelques années concernant les différents noms pouvant être utilisés. Je vous invite en page 20 si vous voulez en savoir plus à ce sujet.Vous comprendrez un peu plus maintenant ce que signifie ; sucre (glucose-fructose) à la lecture de la liste des ingrédients.

N'hésitez pas à comparer, car il y a, malgré tout, plusieurs compagnies qui s'abstiennent d'en utiliser.

Judith Pelletier, Nutr., Dt.P.
Membre de l'Ordre professionnel des Diététistes du Québec et du Groupe Harmonie Santé
Pour consultation individuelle et personnalisée
Tél : 450 776-0089.

Judith Pelletier
judith.pelletier@harmoniesante.com

COLLABORATION SPÉCIALE

AVANT DE VENDRE

vos vieux **BIJOUX EN OR**

à n'importe qui,

COMPAREZ AVEC NOUS,

vous en serez

AGRÉABLEMENT SURPRIS.

Depuis 1965
dans votre communauté

GERVAIS

159, rue Principale, Granby • 450 372-2780

www.bijouteriegervais.ca

28404499

RENTRÉE 2012

Meubles | Matelas

Sensations fortes !

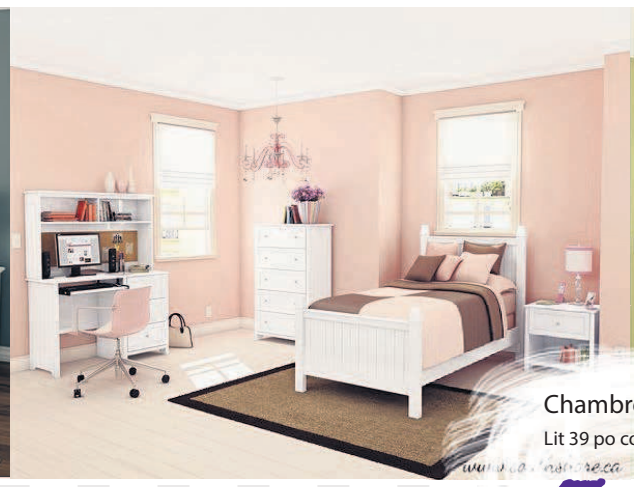
Style et confort à petit prix !

Lit 39 po

399$

Chambre 6 mcx

1 099$



Chambre juvénile

Lit 39 po complet

399$

Lits superposés

à partir de

799$

Meubles canadiens, de qualité supérieure, en bois massif.

A Z

MEUBLES GEMO

matelas gemo

CORBEIL ELECTROMÉNAGERS

Votre CENTRE HI-FI GROUPE SELECT

4 spécialistes – 1 adresse

633 Dufferin I Granby I **450 372-5896**

3005631

Festival Estival 2012: pour toute la famille

WATERLOO – Les 18 et 19 août, la plage municipale de Waterloo se transformera en un lieu de fête à l'occasion du Festival Estival 2012. L'événement vise à créer une activité sociale interculturelle où les familles et les aînés, tant anglophones que francophones, se retrouveront pour échanger et s'amuser. Grâce à la participation de nombreux organismes communautaires de la région, il a également pour but d'informer la population des différents services offerts dans la région. Le samedi 18 août, la journée sera consacrée aux enfants et à leurs parents. Jeux gonflables, maquillage, spectacle avec des animaux, film sur écran géant et autres activités gratuites combleront petits et grands. Le dimanche 19 août, tout sera mis en œuvre pour faire vivre une journée mémorable aux 50 ans et plus: cirque Alzado gériacirque, prestations musicales, kiosques d'information, prix de présence et plus encore. En 2011, plus de 600 personnes ont participé à ce week-end d'activités. Le Festival Estival est un événement annuel bilingue unique organisé par le Comité AngloFranco Committee, l'Association des Townshippers, Santé Courville, le CSSS de la Haute-Yamaska, la Fondation Courville, l'Église Nouveau Départ, La maison des jeunes l'Exit, le CAL et la Ville de Waterloo.

La référence des perroquets
Plus grand choix de jouets et d'accessoires
Chiens – Chats – Oiseaux – Petits animaux
Service de gardiennage
Nourriture
Accessoires
Cages
Jouets
Meilleur prix garanti
Super Premium petfood LEGACY Valuing Tradition
ZOO-MAX
2914177
www.oiselleriepLumet.com
301, rue Cowie, Granby • 450 531-AILE (2453)

AVIS DE FERMETURE
À toute la clientèle,
Caroline et Denise, de
Coiffure Défi'Mod,
désirent vous remercier chaleureusement pour votre fidélité. Elles adressent également leurs remerciements à leur équipe qui, au fil des 18 dernières années, a su contribuer au succès du Salon.
En ce qui concerne Denise Fournier, elle continue avec plaisir de servir sa clientèle chez Coiffure Intime, située au 532 Denison Ouest à Granby. Pour la joindre, téléphonez au 450 991-4141.
Merci à toutes
Brigitte Desmarais, propriétaire et
Françoise Bessette, technicienne chez Coiffure Intime
3012738

Pierres & Pavés •139•
www.pp139.ca
450 777-7633
Entrée par le 1090, rue Dufferin
Granby
Vente de produits d'aménagement et de maçonnerie
• Pavé uni • Murets
• Dalles • Bordures • Marches
• Galets de rivière
• Pierres à rocailles
• Pierres des champs
Transport de gravier en petite et moyenne quantités
Techo-Bloc
Pierres Précieuses MD | Precious Stones TM
2980221

C'EST LE TEMPS DU GRAND LAVAGE !
• Revêtements extérieurs
• Brique, béton, bois, pavé uni, etc.
• Roulotte
• Camion
• Gouttières
• Vitre
Et bien plus !
RÉSIDENTIEL • COMMERCIAL • INDUSTRIEL
AVEC ASSURANCE RESPONSABILITÉ
Estimation gratuite.
Prix compétitifs
ENTRETIEN PAT
Prix compétitifs
15 ans d'expérience
450 775-2415
450 776-5929
www.entretienpat.com
2798746

RE/MAX ÉQUIPE CHRISTIAN LALUMIÈRE
Contactez l'agent à votre hauteur !
450 378.4120
www.christianlalumiere.ca
2661749
RE/MAX Professionnel C.L.
Agence immobilière
Christian LaLumière
courtier immobilier agréé

GRATTEZ votre ESCOMPTE
Pour les 500 premiers nouveaux clients seulement*
Rainville
TOUJOURS PRÊT, TOUJOURS PRÈS GAZ PROPANE
1-888-RAINVILLE
Grattez et obtenez la location de votre réservoir et/ou un rabais au litre pour la prochaine année !
1 billet par client
*Clients résidentiels
À gratter
Vous pourriez gratter les rabais suivants :
Rabais de 0,05$, 0,10$
ou 0,20$ le litre pendant 1 an
ou 1 an de location
ou 1 an de location + 10 ¢ le litre
La promotion est d'une durée d'un an à partir du moment de la signature de l'entente
280, rue St-Charles Sud, Granby 450 378-4108
www.gazpropanerainville.com
3012612

Publireportage

Capsule de Bonheur

par **Rina Lasnier**

Le véritable bonheur

Fermez les yeux quelques instants et revoyez-vous, enfant, en train de sauter à la corde à danser, à jouer avec vos camions Tonka dans la terre, ou jouer au ballon dans la cour d'école. Nous avions tous un rêve ou deux. Nous voulions être agent de bord pour pouvoir voyager, être joueur de hockey professionnel pour marquer des buts gagnants, patineurs artistiques pour se rendre aux Jeux Olympiques et dans notre cœur tout était possible. Nous avions une pureté et une joie de vivre. La peur de l'échec n'était pas encore présente. Et c'était tant mieux.

En grandissant, nous nous sommes conformés à une autre réalité. Trouver un travail stable pour obtenir une sécurité financière ainsi que le regard que les autres portaient sur nous passaient bien avant la réalisation de soi. Il est vrai que nous devons passer certaines étapes avant de pouvoir se concentrer sur la réalisation de soi, mais cette dernière ne devrait pas être totalement mise de côté. Nous devons avoir le ventre plein et avoir bien dormi pour pouvoir penser à autre chose, c'est certain. Une fois que le ventre est rempli et que nous avons un toit pour dormir, qu'est-ce qu'on fait en général ? On s'en met plus dans le ventre et on cherche un lit plus douillet, plus grand. En même temps qu'on se met de la nourriture dans l'estomac, ne pouvons –nous pas aussi penser à notre destinée, à notre mission de vie et ce qui nous rend véritablement heureux ?

Retournons au début. Fermez les yeux et visualisez votre bonheur d'enfance en invoquant le plus de sens possible. Ressentez la chaleur sur votre peau, l'odeur du gâteau, le bruit du vent dans les branches et la couleur du ciel. Imprégnez votre être entier de ce sentiment. Dites-vous que ce sentiment devrait être présent au moins quelques instants à chaque jour de votre vie. En ouvrant les yeux, transposez cette sensation de bien-être avec vous en débutant votre journée. Tout ce qui vous en éloigne doit être questionné. Au fond de nous se trouvent toutes nos réponses individuelles. Il suffit de se recentrer sur ce qui s'y trouve pour les découvrir.

Passez une excellente semaine remplie de joyeux rayons de bonheur!

www.capsulesdebonheur.ca

Rina Lasnier
DÉVELOPPEMENT PERSONNEL & PROFESSIONNEL

MYOTHÉRAPIE
TECHNIQUE ROLLIN(C)

Vous souffrez de :

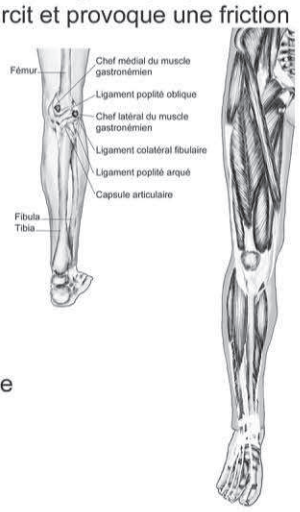
- Bursite - Capsulite
- Migraine
- Tunnel carpien
- Douleurs articulaires
- Inflammation du sciatique
- Tendinite
- Maux de dos
- Épine de Lenoir
- Fascéite plantaire
- Engourdissements

Voici un traitement efficace
éprouvé depuis 10 ans - recommandé par les médecins

Douleur au genou : tendinite, bursite ou capsulite
La douleur ressentie au niveau du genou est habituellement musculaire sauf dans le cas d'une chute ou d'un accident.

Cette douleur est le résultat de l'inflammation des tissus conjonctifs qui entourent l'articulation du genou. Il y a donc trois stades de progression de la douleur mais chacun d'eux est provoqué par un muscle qui est tendu, qui se rapetisse, durcit et provoque une friction excessive sur les tissus qui l'entourent.

1. **Tendinite** : inflammation du tendon du muscle.
2. **Bursite** : inflammation d'une bourse (petite pochette) qui sert à éviter la friction entre deux surfaces.
3. **Capsulite** : inflammation de la capsule articulaire (membrane qui entoure l'articulation).



Les grands responsables des douleurs à l'articulation du genou sont les muscles de la cuisse et les muscles de la jambe qui s'attachent directement à l'articulation du genou.

La myothérapie donne d'excellents résultats en obligeant les muscles tendus à se relâcher. Ils cessent alors leur friction sur les tissus, l'inflammation et la douleur disparaissent d'elles-mêmes. Nous ne nous contentons pas uniquement de travailler les muscles tendus de l'articulation affectée mais nous vérifions également ceux de l'autre côté.

Centre de TRAITEMENT de la TECHNIQUE ROLLIN
341, rue Racine, Granby, J2G 3B6

450-994-2911

En spécial ce mois-ci : ***Traitement d'hypnose***

pour plus d'informations consultez notre site web
www.techniquerollin.com

Merci à tous pour le méchoui

GRANBY — Le Partage Notre-Dame a servi récemment environ 220 repas lors du méchoui organisé sous le chapiteau le samedi 18 août dernier. Marc Valence, coordonnateur, Marc Courtemanche, président, et Manon Lapalme, vice-présidente, disent merci à tous les participants, bénévoles et commanditaires qui ont rendu cette activité possible.

Shefford vous invite au Chienffordois

SHEFFORD— La Ville de Shefford organise une journée canine pour les propriétaires de chiens dociles de la municipalité le dimanche 16 septembre, de 13h à 16h, au parc de la Mairie situé dans le Canton de Shefford, au coin de la route 112 et du chemin Picard. Vous y rencontrez divers intervenants sur place et profiterez de l'occasion pour discuter avec d'autres propriétaires. Kiosques- animalerie - dressage - photographe - hébergement - éleveurs- gâteries – tirages de produits canins - concours d'habiletés - comptoir de collations santé et musique d'ambiance. S'il pleut, l'activité est reportée au dimanche 23 septembre.

Plus de 14 000 visiteurs au rendez-vous de l'UPA

SAINT-HYACINTHE — Les visiteurs ont été nombreux à accepter l'invitation des 12 fermes participantes à la journée portes ouvertes 2012 de l'Union des producteurs agricoles (UPA) du dimanche 9 septembre dernier. Sur le territoire de la Fédération de Saint-Hyacinthe, plus de 14 000 personnes se sont déplacées afin de découvrir les secrets de l'agriculture de chez nous. Les enfants ont pu s'émerveiller en touchant les animaux tandis que leurs parents pouvaient poser des questions sur les différentes productions et déguster des produits de la ferme. « Les citoyens aiment découvrir les entreprises agricoles de leur région. Sur notre territoire, on retrouvait des fermes réparties dans six MRC si bien que les visiteurs avaient l'embarras du choix », soutient le porte-parole des portes ouvertes dans la région de Saint-Hyacinthe, Réjean Racine, producteur à Dunham. Sur la photo, on aperçoit Dominic Châtelain de la ferme Les Trouvailles gourmandes du Canton, située à Roxton Falls.

compte sur moi

leucan

Faites une différence pour les enfants

leucan.qc.ca • 1 800 361-9643

415443

Dre Snezana Stanojlovic,
omnipraticienne

Traitement des rides du visage
Botox, Radiesse, Teosyal, Sclulptra, Juvéderm, Esthélis
Traitement des varices
Traitement du raffermissement et relâchement cutanés
Technologie Venus Freeze™
Lipolyse et traitement des bourrelets disgracieux
Traitement à la lumière pulsée (taches - couperose)
Épilation au laser

273, ch. Knowlton, Knowlton • 450 243-0005
www.docteurstan.com

29982746

concept id9
informatiquement vôtre

Faites vérifier vos ordinateurs pour la rentrée scolaire
450 770-0977

Démarrage et configuration d'ordinateur neuf
Installation de Windows
Vente et installation d'antivirus
Formatage d'ordinateur
Sauvegarde et transfert de vos données
Installation de matériel informatique
Formation

René Laplante
www.conceptid9.com / info@conceptid9.com

demi POULET 10

25$ + tx
Régulier : 13,85$ + tx

Cuisson régulière ou sur charbon de bois
Servi avec pommes de terre, frites ou pilées ou riz ou légumes chauds, sauce, pain et salade de choux

LES 5 à 7 DUHAMEL

VALIDE SEULEMENT DE 17 H À 19 H

Expiration : 14 octobre 2012
Aucun rabais applicable sur cette promotion.
Ne peut être jumelé à aucune autre promotion.
Comptoir, salle à manger et livraison

2 spécialités • 2 adresses

799, RUE DUFFERIN, GRANBY • 370, RUE SIMONDS SUD, GRANBY

450 372-7583 www.rotisserie-duhamel.com

depuis 1958

Duhamel

L'Harmonie de Granby, c'est reparti !

GRANBY — Pour une 149e année, l'Harmonie de Granby reprend ses pratiques hebdomadaires. Le mardi 11 septembre, de 19 h 30 à 21 h 30, au Centre des Loisirs Assomption situé au 176, rue Saint-Charles Sud, à Granby. Tous les mardis, des musiciens d'expérience se rencontrent pour préparer les concerts de l'année sous la direction du chef André Gauthier. Un premier concert est prévu le samedi 22 septembre, à Saint-Césaire, avec parade. Aussi, l'Harmonie participera aux Journées de la Culture à la fin du mois de septembre ainsi qu'au spectacle du Grand Chœur de Notre-Dame les 7 et 8 décembre 2012. Réservez déjà votre soirée du samedi 27 avril 2013 pour venir danser avec l'Harmonie ! L'Harmonie est constamment à la recherche de bons musiciens sur les instruments suivants : clarinettes, cors français, hautbois, saxophones, percussions, baryton, guitare basse.

La Relève

L'Harmonie de la Relève commence aussi ses pratiques le mercredi 12 septembre, de 19 h à 20 h 30, au 176 Saint-Charles Sud. Elle s'adresse aux musiciens qui possèdent un an et plus d'expérience. Ce peut être des instrumentistes qui souhaitent reprendre la pratique musicale délaissée depuis quelques années ou des étudiants en musique des écoles environnantes. Nous possédons une banque d'instruments. Jean-François Morin assure la direction de cette harmonie. Ce groupe musical reçoit des musiciens âgés de 10 ans et plus.

L'École

L'Harmonie École, s'adresse aux débutants de 10 ans et plus et elle est dirigée par Philippe Bibeau. Les pratiques sont de 18 h à 18 h 45. C'est un enseignement de groupe sur les instruments d'harmonie : hautbois, flûte traversière, clarinette, saxophone, cor français, trompette, trombone, baryton, tuba, guitare basse et percussions.

Pour plus d'information sur ces trois harmonies : www.harmoniegranby.org ou au 450 776-6422.

Découvrez LaVoixdelEstSurMonOrdi.ca

CRUZE LS 2012

CHEVROLET

LA GRANDE VENTE DES MODÈLES 2012

À MAINTENANT 14 999$

TRANSPORT ET PRÉPARATION INCLUS.

* Photo à titre indicatif, taxes en sus, voir Granby GM pour tous les détails.

GRANBY GMC Chevrolet Cadillac Buick GMC

595, RUE BOIVIN • 1 866 868-6343 • GRANBYGM.COM

PLUS DE 650 VOITURES USAGÉES EN INVENTAIRE SOUS LA MÊME BANNIÈRE

LE GROUPE Bernier Daigle

ACURA CHEVROLET Cadillac BUICK GMC HYUNDAI mazda

La force automobile à Granby !

www.groupebernierdaigle.com

MAZDA 3 2012

À PARTIR DE 15 895$

L'ÉVÉNEMENT MÉGA-SOLDE ANNUEL MAZDA

0% DE FINANCEMENT À L'ACHAT JUSQU'À 84 MOIS*

+ JUSQU'À 2000$ DE RABAIS CONCESSIONNAIRE

MEILLEURE CONDUITE ☑ MÉGA OFFRES ☑ MÉGA SÉLECTION ☑ MEILLEUR TEMPS POUR ACHETER ☑

* Photo à titre indicatif, taxes en sus, voir Mazda Granby pour tous les détails.

Le nouveau mazda Granby

1280, RUE PRINCIPALE • 1 877 360-6260 • MAZDAGRANBY.COM

Aussi longtemps qu'il le faudra, nous serons là. Association Canadienne de la Dystrophie Musculaire

Elegance ACURA

1325, RUE PRINCIPALE • 1 888 570-0806 • ELEGANCEACURA.COM

2011 ACURA MDX ELITE 46 894 $

SH-AWD, bal. de gar. Acura complète 4 ans/80 000 km, 5 ans/100 000 km sur gr. motopropulseur, aut., noir, 43 378 km, E7453

2011 ACURA MDX 38 995 $

SH-AWD, bal. de gar. 19 mai 2016/100 000 km, aut., noir, 36 735 km, E7767

2010 ACURA MDX 36 284 $

SH-AWD, aut., blanc, 71 039 km, E7606

2012 ACURA TL BERLINE 30 995 $

bal. de gar. 16 déc. 2016/100 000 km, cuir, s. chauffants, Bluetooth, toit ouv., clim. bi-zone, aut., noir, 14 705 km, 12140A

Le nouveau mazda Granby

1280, RUE PRINCIPALE • 1 877 360-6260 • MAZDAGRANBY.COM

2008 MAZDA CX-7 GT 12 995 $

AWD, aut., gris, 125 726 km, M0018

2008 MAZDA 3 GX 9 995 $

man., bleu, 45 783 km, M0020

2010 MAZDA 5 GS 14 694 $

aut., blanc, 72 026 km, M0033

2007 MAZDA 6 GS-14 8 891 $

man., noir, 97 491 km, 12237A

3012327

Nouveautés chez Les Mariniers

GRANBY — L'Ensemble folklorique Les Mariniers offre des cours de danse diversifiés pour tous les âges et pour tous les goûts. On y retrouve des cours de danse du monde dès l'âge de 3 ans, des cours de gigue, de gumboot, de danse orientale, de bollywood et de danse africaine pour ados et adultes. Afin de faire danser encore plus de gens, Les Mariniers offriront de nouveaux cours cette année : danse parent/enfant pour les enfants de 2 ans les mercredis à 17 h 15 ou les samedis à 10 h. Midi express en danse africaine les mardis à 12 h. La gigue pour les 50 ans et plus les mardis à 11 h. Danse du monde pour les 50 ans et plus les mardis à 10 h. Bébé du monde (danse du monde pour les nouvelles mamans avec leur bébé en kangourou) les mardis, à 9 h. Touche-à-tout 8-12 ans (4 cours de chaque discipline : bollywood, gigue, danse africaine, baladi et gumboot) les samedis, à 9 h. Inscriptions en ligne sur le site de la Ville de Granby à compter du jeudi 13 septembre. Pour information supplémentaire : consultez la page Facebook de l'Ensemble folklorique Les Mariniers ou adressez-vous au vezinai@csvdc.qc.ca

Fondation québécoise du cancer

Du soutien au quotidien

Don in memoriam

En souvenir d'un être cher

1 877 336-4443

www.fqc.qc.ca

1831220

PERDU DANS L'ESPACE

Michel St-Jean
collaboration spatiale
michel.st-jean@hebdoleplus.qc.ca

Nouveau paysage

Le manque de pluie des derniers mois a fait baisser le niveau de l'eau du réservoir Choinière à un point tel que les habitués du parc de la Yamaska ne reconnaissent plus le paysage. « Depuis la construction du barrage, l'eau est descendue à ce niveau que deux fois, soient en 1984 et 2000 », indique Alain Mochon, responsable de l'éducation et de la conservation au parc de la Yamaska. Les nouvelles plages font le bonheur des ornithologues qui peuvent plus facilement apercevoir les oiseaux limicoles tels que le grand chevalier (photo 1) ou l'aigrette blanche (photo 2). Pour ce qui est du vison ci-contre, il sautillait sur les rochers de la grande digue en insistant pour se faire photographier.

Photos Michel St-Jean

1

2

Wow !

Des citrouilles blanches ! C'est vraiment le « top fashion ». Après le bal en blanc, voici l'Halloween en blanc grâce à la citrouille « new moon » que fait pousser Gino Maynard du Relais de la pomme à Saint-Paul-d'Abbotsford. « J'en ai récoltées la saison dernière, mais celles de cette année sont vraiment plus belles. Cette variété américaine adore le temps sec que nous avons connu cet été », raconte M. Maynard qui pose ici en compagnie de sa mère Francine, près d'une belle new moon.

Saviez-ZOO ?

En collaboration avec
le Zoo de Granby

Sauver la tortue molle à épines

La tortue molle à épines est une espèce menacée que nous retrouvons dans la région du lac Champlain (seul endroit au Québec). Dans le but de favoriser le rétablissement de sa population, le Zoo de Granby et ses partenaires dont Conservation de la nature Canada, le MRNF et le Zoo Ecomuseum, recueillent au printemps les œufs pour les incuber artificiellement jusqu'à l'éclosion pour ensuite relâcher les nouveau-nés sur les lieux de la ponte. Ce programme, qui existe depuis 2009, a permis de remettre à l'eau 335 jeunes tortues à ce jour. Cet exercice sera répété pendant les neuf prochaines années. Si 10 % des tortues relâchées atteignent l'âge de maturité (8-10 ans), il est permis de croire que l'espèce sera en bonne voie de rétablissement en 2020.

Président et éditeur: Yves Lalonde
Coordonnatrice: Isabelle Gaboriault
Directrice des ventes: Nathalie Choinière

Équipe de direction:
Rédacteur en chef: François Beaudoin
Directeur principal, Tirage et Marketing: Christian Malo

Une division de La Voix de l'Est

Le Plus
76, rue Dufferin, Granby QC J2G 9L4

450 375-4555
Téléc.: 450 777-7221 (publicité)
450 777-4865 (rédaction)
Courriel: redaction@hebdoleplus.qc.ca

L'HEBDO DE NOTRE RÉGION
48 841 exemplaires

• Ange-Gardien • Bromont • Cowansville • Granby • Roxton Pond • Saint-Césaire • Saint-Alphonse • Sainte-Cécile-de-Milton • Saint-Joachim • Saint-Paul-d'Abbotsford • Shefford • Warden • Waterloo

HEURES DE TOMBÉE:
Publicité: Vendredi 16h Rédaction: Vendredi 13h

2815773

Présentation de l'AQDR 2012-2013

GRANBY — L'AQDR Granby (Association québécoise de défense des droits des personnes retraitées et préretraitées) a élu son nouveau conseil d'administration pour 2012-2013. Le voici : Yvette Forand, administratrice, Pierre Faubert, 2e vice-président, Pauline Robert, présidente, Clément Archambault, 1er vice-président. Debout : Édith Brière, Jeanne Dion, Gisèle Lauzier, administratrices, Jacques Hould, secrétaire et Micheline Lacasse, trésorière. Cette association réunit des personnes de 50 ans et plus pour des conférences et des déjeuners mensuels. Parmi ses projets, notons les cours de préparation à la retraite, les ateliers « Je choisis mon chez-moi » et l'exposition d'œuvres d'aînés lors des Journées de la culture. Pour de plus amples renseignements, appelez au 450 372-3038.

Les populations du Sud cultivent votre don

Développement et Paix

1 888 234-8533
www.devp.org

Les maux de dos, une vraie épidémie !

Décompression discale informatisée

Que diriez-vous de faire examiner votre dos
aux frais de la Clinique ?
Offre valide jusqu'au 21 septembre 2012.

Dépistage vertébral

Des nerfs pincés peuvent détériorer votre santé

N'ignorez pas ces signaux d'alarme:

- Maux de tête, migraines
- Douleurs au cou, bras, épaules
- Points entre les omoplates
- Engourdissements des pieds
- Douleurs lombaires (maux de reins)
- Douleurs sciatiques
- Nervosité, insomnie
- Difficultés respiratoires
- Fatigue et manque d'énergie
- Otites, arthrose…

Clinique Dr Alain Parrot, D.C.

11, boul. Mountain, bur. 203, Granby 450 777-1991

2995896

ARMÉE DU SALUT

Un don d'espoir pour la vie

1 877 288-7441
ArmeeduSalut.ca

Les problèmes de mémoire associés à l'âge et le déficit de l'attention, avec ou sans hyperactivité.

TDAH : L'approche naturopathique

Publireportage

Par Mario Chaput, n.d.

Le déficit de l'attention, avec ou sans hyperactivité (TDAH), touche près de 5 % des enfants d'âge scolaire. De 30 à 40 % de ceux-ci auront toujours ces symptômes à l'âge adulte. Les répercussions sociales et économiques sont énormes puisque cette situation augmente les risques d'accidents et de dépression (chute de l'estime de soi).

Parallèlement au problème de concentration, une foule de symptômes peut apparaître et contribuer à majorer la souffrance de la victime et de ses proches. Parmi ces symptômes, on note : l'inattention, l'impulsivité, l'hyperactivité, le retrait social (isolement), les comportements d'opposition à l'autorité, l'anxiété… Ces symptômes accompagnent également souvent les problèmes de la mémoire associés au vieillissement.

La médecine aborde ce désordre sous l'angle du déséquilibre biochimique du cerveau. Il semble en effet que ces enfants et adultes soient améliorés dans leur symptomalogie par la prise d'antidépresseurs variés et de stimulants de l'activité du système nerveux (médicaments de la même famille que le Ritalin et le Concerta) ou par la prise de médicaments stimulant les effets de l'acétylcholine du cerveau sur la mémoire. L'acétylcholine est également un messager du cerveau associé à la mémoire. Sa réduction est associée au développement de l'alzheimer.

Au niveau du mode de vie, il semble que l'activité physique régulière arrive à renforcer l'estime de soi, diminue l'anxiété et améliore l'attention (Kiluk et coll. Journal of Attention Deficit Disorders 2009).

On pense qu'en améliorant la circulation sanguine générale, la pratique d'une activité physique permet une oxygénation optimale du cerveau. Or l'oxygène est une des substances naturelles les plus importantes pour le cerveau. Un bon nombre de victimes de TDAH sont également atteintes d'une congestion de la circulation sanguine et d'inflammation silencieuse (Docteur Barry Sears). On retrouve ce même phénomène chez les victimes de problèmes de la mémoire associés au vieillissement où l'on note qu'une condition d'inflammation et de congestion des vaisseaux sanguins augmente grandement la fréquence de l'alzheimer.

C'est probablement une partie de l'explication des résultats obtenus lors de TDAH et des problèmes de la mémoire associés au vieillissement, à l'aide des acides gras oméga-3. La prise d'une formule ayant une source d'acides gras oméga 3 EPA et DHA permet d'optimiser la circulation sanguine au cerveau et d'apporter, en même temps, des facteurs nutritionnels qui fortifient le neurone (cellule nerveuse). C'est également le cas pour la laitance de poisson contenue dans certains produits. Germano et ses collaborateurs (Nutritional Neuroscience 2007) notent une amélioration de 27 % de l'attention et une réduction de 23 % de l'hyperactivité chez les adolescent(e)s utilisant une dose moyenne de 8,5 grammes d'huile de poisson (EPA et DHA) par jour, pour une période de 8 semaines. Il est à noter que le déficit en EPA et DHA produit certains symptômes satellites communs : soif, peau sèche, fréquence des envies d'uriner, cheveux secs…

Le Dr Michaël Lyon et ses collaborateurs ont obtenu des résultats chez 70 % des enfants traités à l'aide d'une combinaison de ginkgo biloba et de ginseng sibérien. Ces plantes permettent d'optimiser l'utilisation de l'oxygène et du sucre par les cellules nerveuses. Je fais régulièrement appel à certaines formules, afin d'apporter le ginkgo biloba, le ginseng et autres plantes utiles aux clients me consultant. Ces éléments soutiennent également l'activité du cerveau chez les personnes du 3e âge.

Le sucre est en effet le principal carburant du cerveau. Quand le taux de sucre est instable, l'attention ne peut pas être optimale. L'apport en zinc favorise une meilleure stabilité du taux de sucre.

Mentionnons également que la présence naturelle de facteurs de croissance nerveuse (NGF) dans le champignon Ericium Hericaneus, permet de favoriser la maturation du système nerveux, parfois plus lente.

Occasionnellement, l'utilisation d'une formule contenant du fer permettra d'éliminer une anémie perturbant l'oxygénation optimale du cerveau. Pour une équipe française de spécialistes de la question, près de 30 % des victimes de TDAH voient leurs symptômes majorés par une anémie ou une tendance à celle-ci.

Mentionnons pour terminer qu'une hypothyroïdie (même en devenir), un besoin accru en magnésium et vitamines B, une intoxication au plomb, des problèmes auditifs, de l'apnée du sommeil, l'épilepsie, les désordres hépatiques… peuvent également majorer les symptômes du déficit de l'attention avec ou sans hyperactivité ainsi que les problèmes de mémoire associés au vieillissement.

Les conseils donnés dans le texte de même que les tests naturopathiques proposés ne remplacent pas la nécessité d'une consultation et des tests médicaux en première intention. Le suivi naturopathique de deuxième intention devient nécessaire si vous consommez déjà des médicaments, si vous avez une maladie autre que celle dont il est question dans le texte ci-haut ou si vous êtes enfant ou enceinte.

Coût : 80 $, *taxes incluses*
(tests, consultation et encadrement)
• Reçus émis pour les assurances

CERNEZ VOS BESOINS PAR LE BILAN NATUROPATHIQUE
avec ***Mario Chaput, n.d.***

- L'analyse du sang vivant
- L'iridologie
- L'analyse de la goutte d'urine

Service également disponible à Longueuil : 450 448-5515 et à Brossard : 450 443-4127

avril SUPERMARCHÉ SANTÉ

132 Principale, Granby 450 375-6446

Pour réserver votre place à l'une des conférences gratuites suivantes, vous n'avez qu'à appeler :

- GRANBY : le 26 sept. à 19 h 30, 132 Principale 450 375-6446
- LONGUEUIL : le 17 oct. à 19 h 30, 1185, ch. du Tremblay 450 448-5515
- BROSSARD : le 28 nov. à 19 h 30, 8600, boul. Leduc 450 443-4127

3013700

LaVoixdelEstSurMonOrdi.ca
Les mêmes pages, le même contenu et les mêmes publicités, directement sur votre écran.
***La Voix de l'Est* intégrale, chaque jour où que vous soyez.**
Faites-en l'essai dès aujourd'hui !
La Voix de l'Est
Plus que des mots
2 SEMAINES D'ESSAI GRATUIT

Concours
La Voix de l'Est

POUR ÊTRE CHANCEUX, IL FAUT ÊTRE ABONNÉ !

VOUS HABITEZ LA RUE ALBERT À COWANSVILLE ?

APPELEZ-NOUS
d'ici la fin de la journée !

450 375-4555, poste 2
pour courir la chance de gagner

200$ aux
Galeries de Granby

Tirage lundi prochain. Un gagnant par semaine pour les rues chanceuses identifiées, parmi les abonnés seulement. Règlements disponibles à *La Voix de l'Est*.
3017376

Elle gagne à la Loto-Fondation

GRANBY— Le 6 septembre dernier se déroulait le 11e tirage de la Loto-Fondation au bénéfice de la Fondation du CHG. Félicitations à Céline Robert, technicienne en administration au département des finances du Centre hospitalier de Granby. Elle a remporté un crédit-voyage de 5000$, ce qui lui permettra d'aller en Europe ! Le prochain et dernier tirage aura lieu le 4 octobre. Quelques billets sont encore disponibles. Pour acheter le vôtre, visitez le www.fondationchg.org
Sur la photo : Alain Senécal, directeur général de la Fondation du CHG, Céline Robert, la 11e gagnante, et Amélie Gagnon, agente de bureau aux activités-bénéfices de la Fondation du CHG.

ACPlus inc.
ARMOIRES DE CUISINE
VANITÉS
MEUBLES SUR MESURE

140-1, rue Sherbrooke, Cowansville
• Tél.: 450 266-2050 • Téléc.: 450 266-2099
www.acplusinc.ca
2828796

L'APHASIE
PARLONS-EN !
Association des **Personnes Aphasiques** Granby-Région
APAG
www.apag.ca
450 776-7896

Fondation québécoise du cancer
Du soutien au quotidien
Don in memoriam
En souvenir d'un être cher
1 877 336-4443
www.fqc.qc.ca
1831220

ESTRIE TOYOTA GRANBY

Pour le choix, le service et les prix !

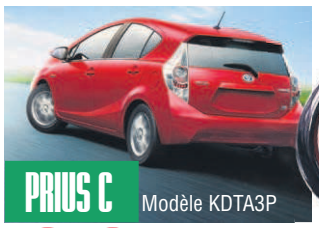
Profitez des rabais sur les 2012 !

Seulement chez Estrie Toyota

2012 Famille Prius

344 $ /mois*
Valeur de 28 865 $
Financement à partir de **0,9 %**

330 $ /mois*
Valeur de 27 660 $
Financement à partir de **0,9 %**



297 $ /mois*
Valeur de 22 615 $
Financement à partir de **2,9 %**

RABAIS DU GOUVERNEMENT
jusqu'à 1 000 $
admissible
sur les hybrides

Bientôt les Prius branchables !

CAMRY 2012

RABAIS
jusqu'à **1 000 $**

314 $ /mois*
Valeur de 25 365 $
Modèle BF1FLT-AA

Financement
à partir de **0,9 %**

Transport et préparation inclus
0$ comptant.

MATRIX 2012

Les 2013 sont arrivés !

197 $ /mois*
Valeur de 17 173 $
Modèle KU4EEM-AA

Financement
à partir de **0 %**

RABAIS
jusqu'à **3 000 $**

Transport et préparation inclus
0$ comptant.

VENZA 2012

Les 2013 sont arrivés !

339 $ /mois*
Valeur de 30 290 $
Modèle ZA3BBT-AA

Financement
à partir de **0 %**

RABAIS
jusqu'à **4 000 $**

Transport et préparation inclus
0$ comptant.

YARIS BERLINE 2012

190 $ /mois*
Valeur de 15 825 $
Modèle BT4K3M-AA

Financement
à partir de **0 %**

RABAIS
jusqu'à **2 000 $**

Transport et préparation inclus
0$ comptant.

COROLLA CE 2012

Les 2013 sont arrivés !

177 $ /mois*
Valeur de 15 828 $
Modèle BU42EM-AA

Financement
à partir de **0 %**

RABAIS
jusqu'à **3 000 $**

Transport et préparation inclus
0$ comptant.

RAV4 2012

272 $ /mois*
Valeur de 25 948 $
Modèle ZF4DVP-AA

Financement
à partir de **0 %**

RABAIS
jusqu'à **4 000 $**

Transport et préparation inclus
0$ comptant.

OBTENEZ PLUS POUR VOTRE VÉHICULE D'ÉCHANGE

6, rue Irwin, Granby 450 378-8404 (angle Principale et accès de l'autoroute)

Estrie TOYOTA — Votre concessionnaire « coup-de-cœur »

www.estrie.toyota.ca

TOYOTA faire toujours mieux — STAR SYSTÈME DE SÉCURITÉ MC

*Location 60 mois, sur approbation du crédit. 100 000 km inclus, 7 ¢ du km excédentaire sur les Corolla, Yaris et Matrix, 10 ¢ sur les Camry, Prius et RAV4 et 15 ¢ sur la Venza. Photos à titre indicatif seulement. Taxes et frais d'immatriculation en sus. Sous réserves applicables, les offres s'adressent aux particuliers qui louent un véhicule et en prennent possession entre le 1er et 30 septembre 2012. Programmes de location au détail et de financement à l'achat de Toyota Canada inc. conditionnels à l'approbation du crédit par Toyota Services Financiers. L'immatriculation, les assurances, les taxes et les droits sont en sus. ** Voyez votre concessionnaire Toyota pour les détails complets sur toutes les offres.

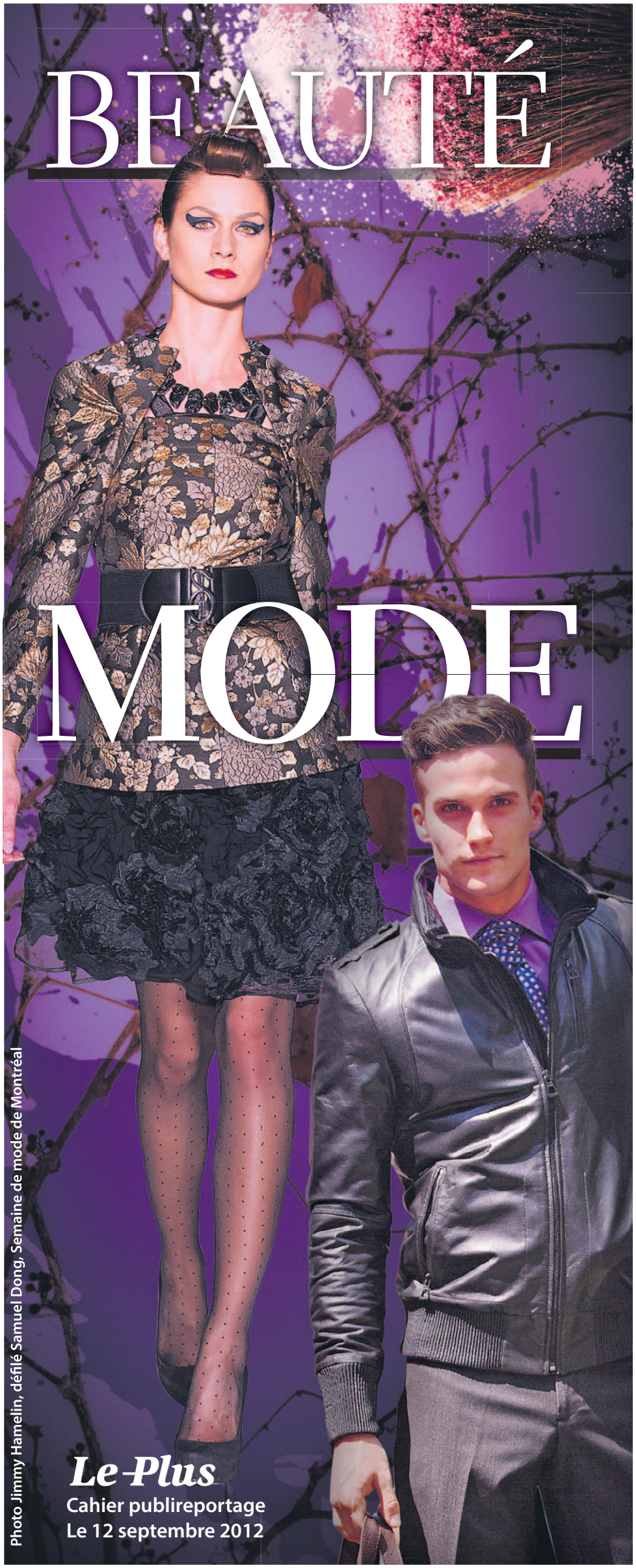
2961643

LE SMRF

C'est quoi ?

Vu la mauvaise réputation du SMRF, les fabricants tentent de maquiller sa présence avec toutes sortes d'appellations comme sucre (glucose-fructose). Il y a d'ailleurs tout un débat actuellement aux États-Unis. Les fabricants de SMRF ont demandé à la FDA (*Food and Drug Administration*) de changer le nom «sirop de maïs» pour «sucre de maïs naturel» (*natural corn sugar)*. D'un autre côté, différentes associations de fabricants/importateurs de sucre (de canne) ont entrepris de poursuivre les fabricants de sirop de maïs. En avril 2011, ils ont déposé une plainte à la FDA pour interdire la publicité qui nomme le «sirop de maïs naturel» ou le «sucre de maïs». Ces géants du sucre affirment que ces publicités sont mensongères. En mai 2011, plusieurs autres géants se sont joints au groupe responsable de cette plainte. Le regroupement de consommateurs américains *Citizens for Health* a déposé un recours collectif contre l'Association des fabricants de sirop de maïs. Il déclare que le changement de nom est un vol d'identité alimentaire puisque le SMRF n'est pas naturel et ne peut être considéré comme tel. Contrairement au sirop de maïs naturel qu'on nous vendait jadis, le SMRF est un produit industriel. Il semble qu'au printemps 2012, la FDA se soit prononcée contre les fabricants de SMRF.

ÉPILEPSIE GRANBY ET RÉGION INC. 450 378-8876
www.epilepsiegranby.com



Tendances automnales : les points **forts**

Le cuir. Matière phare de l'hiver, on retrouve le cuir en robe, manteau, pantalon et top.

Broderies canevas : Les bouquets de roses brodés et d'autres motifs tapisserie se parent de sequins et de perles orientales sur des vêtements romantiques à souhait.

Imprimés chinois : Dragons de feu, fleurs de lotus, les imprimés rendent hommage aux couleurs de l'Asie.

Velours : Matière chatoyante, le velours s'invite sur les smokings androgynes ou les robes.

Imprimés cachemire : L'imprimé cachemire (aussi appelé paisley) orne les ensembles chics et les robes longues.

Incrustations de pierres précieuses : Émeraudes, rubis, saphirs enveloppent les femmes d'un écrin de lumière où le vêtement devient bijou.

Orange : Disco, sanguin, fluo, safran, l'orange se porte aussi bien sur des robes éthérées que de longs manteaux droits.

Vestes ultralarges : Incontournable, le manteau ultralarge reste le basique de la garde-robe automnale.

Imprimés kaléidoscopiques : Couleurs psychédéliques et effets trompe l'œil, les imprimés de la saison font un clin d'œil aux années 70.

Matelassé : Sur un blouson rock ou un blazer en cuir, les matières capitonnées enveloppent la silhouette dans un cocon douillet.

Motifs tapisserie : Synonyme de luxe, le brocart s'invite sur les combinaisons et les minirobes.

Blanc et noir : Le blanc et le noir sont très présents dans des looks monochromes.

On se sert la ceinture : Elles sont partout. En version étroite ou XXL, les ceintures se portent pour créer une silhouette ultra-féminine, à la taille haute et fine

Source : www.vogue.fr.

Cet automne…

15 professionnels sous un même toit !

LA BEAUTÉ MA PASSION

LIVRET DE 21 COUPONS
(Coiffure, esthétique, massothérapie, pose d'ongles, extension de cils, gestion de poids)
Une valeur de 255 $, offerte
À SEULEMENT 100$ pour vous !
Quantités limitées. Faites vite!

Jessica Champagne, propriétaire
Je vous invite à venir découvrir mon institut de beauté et de bien-être, unique en région !
Bienvenue à tous !

10, place du Lac, Granby 450 522-3618
info@labeautemapassion.com
www.labeautemapassion.com

3001582

Soins corporels Éric Beaulac
Entraîneur en soins corporels et en santé de la peau
Institut Boutique

SOINS DU VISAGE /FACIAL
MICRODERMABRASION
SOINS DES PIEDS SPÉCIALISÉS
SOINS DU DOS
ÉPILATION À LA CIRE
CURES DISPONIBLES

LIEU CONTEMPORAIN OÙ INTIMITÉ, HYGIÈNE, DISCRÉTION ET CONFIANCE SONT AU RENDEZ-VOUS POUR HOMMES ET FEMMES

• **ÉPILATION DÉFINITIVE**
IPL/Laser

• **PHOTORAJEUNISSEMENT**
À la lumière pulsée IPL (taches solaires, couperose, veines disgracieuses)

• **RADIO-FRÉQUENCE**
ENDYMED GLOW
rides, ridules, corrections de cicatrices et imperfections, traitement de la cellulite

• **PROMOTIONS et CADEAUX**
INFORMEZ-VOUS !

Évaluation et consultation complète gratuites !
Distributeur officiel des produits VISALUS

Chèques-cadeaux disponibles
450 204-6720
GEHWOL
BERNARD CASSIÈRE
ericbeaulac.com • 35 John-Savage, local 102, Bromont

2986489

Concours La Voix de l'Est

Cet automne…
je pense **à moi !**

Nom : _____
Adresse : _____
Ville : _____
Tél. : _____
J'aimerais recevoir un bon d'achat de 25 $
chez : _____
_____

Seuls les coupons découpés sur le pointillé seront acceptés.

Inauguration le 15 septembre

Karine | Caroline

*10% de rabais sur tous les produits

*applicable le 15 septembre 2012 seulement.

LATOCK
coiffure | 450.991.0686
8 St-Joseph, Granby

3009110

www.conceptbeautenergie.com

CONCEPT BeautEnergie
Josée Laliberté

OBTENEZ 15% de rabais sur des produits d'entretien + 1 soin gratuit à l'achat d'une cure cellulite.
Remodelage corporel ! Après 3 traitements, voyez une différence !

NOUVEAU
Unique en région

Dermalinfusion
(microdermabrasion avec infusion de sérum)
Idéal pour :
• imperfection cutanée
• acné
• taches pigmentaires
25$ DE RABAIS sur un traitement.
De plus, nous absorbons la TPS et TVQ pour un temps limité.

Idéal pour automne, hiver et printemps

Laser lumière pulsée
Idéal pour :
• Poils indésirables noirs, bruns, châtains ou roux
• Couperose et varicosités
• Taches pigmentaires brunes causées par le soleil, le vieillissement et la grossesse
• Imperfections cutanées et pores dilatés
• Stimulation du collagène et élastine
• Raffermit, tonifie la peau du visage et du cou
Nous absorbons la TPS avec tout achat d'épilation laser
Spécial - Jambe complète à 360$/séance*
***Pour un temps limité.**

Lifting non chirurgical
• Rides et ridules • Raffermit et tonifie
Aussi disponible pour soins du buste.
Après 1 traitement, voyez une différence

SPÉCIAL 149$

Blanchident professionnel

Josée Laliberté, propriétaire

Sur rendez-vous : 450 777-0112 | 5, rue Comeau, local 2, Granby

je pense *à moi!*

Remplissez le coupon de participation et vous pourriez GAGNER UN des 2 BONS D'ACHAT de 25$ chez l'un des annonceurs de ces pages

Faites parvenir le coupon dûment rempli avant le 27 septembre à l'adresse suivante :
***La Voix de l'Est*, C.P. 240**
76, rue Dufferin, Granby, J2G 9L4
Le tirage sera effectué à *La Voix de l'Est* le 28 septembre à 15 h.

Je suis heureuse de me joindre à l'équipe du

STUDIO D'ESTHÉTIQUE
SYLVIE GODBOUT

8, rue Grove, Granby
450 378-2044

Josée Morin, esthéticienne diplômée, spécialisée en fascia-esthétique

La fascia-esthétique favorise la détente, l'équilibre et la régénération par une technique manuelle de haut niveau, lente, douce et profonde pour des effets sur le corps et la pensée.

Un soin du corps et plus encore…
un soin en plusieurs dimensions.

25 % DE RABAIS sur soin fascia
applicable à la première visite.
Valide jusqu'au 1er décembre 2012.

3006997

Maquillage : les **looks** de l'automne

Le fard sous l'œil : Il permet d'agrandir le regard et de souligner des yeux en amande. On évite de le dessiner trop épais pour ne pas accentuer les cernes. On l'étire et on l'estompe pour un regard félin.

Le smoky métallisé : Cette saison, on veut que ça brille. Lorsqu'on joue avec les nuances foncées, on en profite pour se mettre des étoiles dans les yeux.

Le bleu nuit : Qu'il soit profond, foncé ou légèrement irisé, appliqué en aplat ou en smoky, le bleu habille nos paupières. Il met en valeur toutes les couleurs d'iris et peaufine notre look femme fatale.

La paupière orange Cette couleur illumine le regard, alors pourquoi s'en priver ? Voilà une alternative vitaminée au doré.

Le teint parfait : Le maquillage du teint joue sur la transparence mais avec de la lumière. Il faut que les autres pensent que l'on a un joli teint et non un joli maquillage.

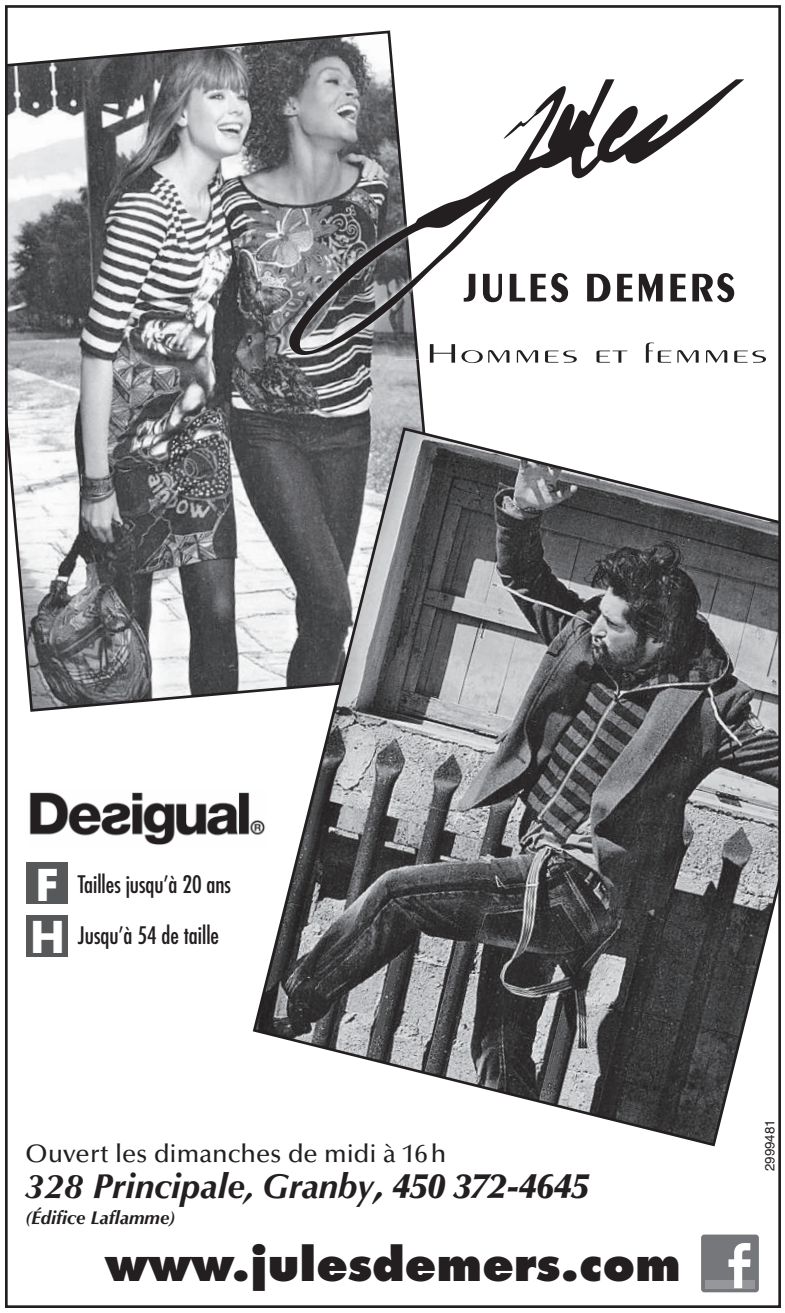
La bouche Tapis rouge : Du carmin au vermillon en passant par la brillance vinyle et le mat, le rouge à lèvres rouge demeure un indispensable de la rentrée. N'oubliez pas : avec une bouche très colorée, le reste du maquillage demeure léger.

Le sourcil fourni : Les sourcils structurent le visage et lui apportent mystère et caractère, alors finie l'épilation. Brooke Shields était visionnaire…

Les pommettes rehaussées : Cette saison, on met l'accent sur les pommettes en les sculptant et en les colorant. Un détail craquant qui illumine le sourire.

La bouche bourgogne : Pour des lèvres gourmandes et veloutées, on met sa bouche en valeur avec des teintes qui rappellent le bon vin.

Source : www.grazia.fr



LA RENTRÉE...

à la fine pointe de la mode !

COUCHES LAVABLES

BAC DE PYJAMAS ET ACCESSOIRES
3 $ chacun ou 6 morceaux pour 15 $

COUSSINS D'ALLAITEMENT
fait au Québec / made in Quebec
KOA-KOA 15%

PORTE-BÉBÉ EXTENSIBLE
fait au Québec / made in Quebec
KOA-KOA 15%
Aussi disponible porte-bébé tissé
EN PRIME Petit chapeau

SURPLUS RANGER

Mode enfantine
Vêtements pour enfants 0 à 12 ans

Pandou
KOA-KOA
Brunelli
Coccoli
blü
BabyLegs.
LOSAN
CRUSHR
Gagou Tagou
ROBEEZ
Ungava
Dr. Bon
LA LECHE LEAGUE INTERNATIONAL
BOBINI
Confections Ptit Bedon
Souric Verte Greenie Mouce
ME TOO
absorba
ROMEO + JULIETTE
petit lem
nanö

Et plusieurs autres !

3000867

HEURES D'OUVERTURE:
Lundi au vendredi: 9h à 17h
Samedi: 9h à 15h

231 St-Charles Sud, Granby • 450 372-3323

Dernière chance pour les 2012.

ACURA

Jusqu'à 8 000 $ de rabais

sur modèles 2012 sélectionnés*

DERNIÈRE CHANCE 2012

Le rabais de 8 000 $ s'applique uniquement au modèle MDX Élite 2012.

acuraquebec.ca

ÉLÉGANCE ACURA

1325 Principale, Granby
450 378-4969

L'acheteur avisé lit les petits caractères : * Le rabais à l'achat au comptant de 5 000$/6 000$/7 500$/8 000$ est offert sur tous les modèles Acura TL 2012/tous les modèles Acura RL 2012/ les modèles Acura MDX Tech et modèles de base/le modèle Acura MDX Elite 2012 (YD2H8CKN) seulement, et sera déduit du prix d'achat négocié avant les taxes. Cette offre s'applique à la livraison au détail pour usage personnel seulement des modèles neufs achetés et livrés entre le 4 septembre et le 1er octobre 2012 chez les concessionnaires Acura participants et ne peut être combiné aux taux subventionnés de financement ou de location. Valide sur les véhicules en inventaire seulement. Offres valides pour les résidents du Québec seulement chez les concessionnaires participants Acura du Québec, sont sujettes à changement ou annulations sans préavis et se terminent le 1er octobre 2012. Le concessionnaire peut devoir commander ou échanger un véhicule. Certaines conditions s'appliquent. Photos à titre indicatif seulement. Voyez votre concessionnaire Acura pour tous les détails. © 2012 Acura, une division de Honda Canada.

3016420

À Bromont, le jeudi 30 août

NORD/SUD : Ghyslaine Larochelle et Tanya Singfield, André Joanis et André Beauchamp, Brenda et George Gordon, Micheline Bourgeois et Nicole Fontaine, Roger Barbeau et Gerry Mignacca.
EST/OUEST :
Hélène Harbec et Suzanne Nantel, Richard Dupont et Stan Frizzle, Micheline et Suzanne Brochu, Marie Bachand et Éloise Mongeau.

À Granby, Faubourg Champêtre, le vendredi 31 août

Raymonde Rozon et Jean-Guy Delorme, Bernadette Lacasse et Jeanne-D'Arc Métivier.

À Granby, Club Princesse, le lundi 3 septembre

Section A :
NORD/SUD : Jacqueline et Gérard Piolat, Danielle Casavant et Yves Champagne, Claudette Delorme et Claude Fontaine.
EST/OUEST : Jocelyne et François Casavant, Raymonde Rozon et Jean-Guy Delorme, Danielle Lamothe et Chantal Desloges.
Section B :
NORD/SUD : Ovide Giguère et Bertrand Corriveau, Denise Beaudry et Jean-Marie Dufour, Bruno Larocque et Denis Racine.
EST/OUEST : Denise Loignon et Donald Breault, Raymonde Tétreault et Réal Laflamme,Suzanne Nantel et Thérèse Viens.

À Waterloo, le mardi 4 septembre

NORD/SUD : Nicole Lestage et Louise Bédard, Christiane Dussault et Anne-Marie Thibodeau, Francine Deley et Gerry Mignacca, Pauline Lavoie et Lise Vallée.
EST/OUEST : Diane St-Amand et Tanya Singfield, Rachel Tremblay et Jeannette Dufour, Richard Dupont et Stan Frizzle, Gilles Bouchard et Hélène Elliott.

À Granby, Club Soleil-sur-le-Lac, le mercredi 5 septembre

Section A :
NORD/SUD : Claudette Brodeur et Claude Fontaine, Yves Champagne et Danielle Casavant, Michel Trudel et Denis Racine.
EST/OUEST : Jean-Guy Delorme et Raymonde Rozon, Francine Deley et Michel Hébert, Gerry Mignacca et Roger Barbeau.
Section B :
NORD/SUD : Yvon Larocque et Maurice Hébert, Jean-Guy Dalpé et Lynn Simpkins, Monique Champagne et Diane Janvier.
EST/OUEST : Angèle Girard et Yolande Girouard, Marcel Simoneau et Rodrigue Bouchard, Richard Dupont et Stan Frizzle.

À Cowansville, le mercredi 5 septembre

NORD/SUD : Louise Bédard et Anne-Marie Thibodeau, Karin Dorey et Helen Tringham, Micheline Vandry et Debra Ladd, Lawson et Norma White.
EST/OUEST : Huguette Joly et Roger Buckland, Kees Van Altena et Jack Upshur, Helen Elliot et Denise Meunier, Hannah Cohen et Ursula Horton.

Devenez membre du Club de la Vigilance
Aidez-nous à diminuer les disparitions d'enfants en appuyant les programmes de recherche des enfants portés disparus d'Enfant-Retour Québec
1 888 692.4673
www.enfant-retourquebec.ca
ENFANT-RETOUR Québec

lapierre waterloo small
ÉQUIPEMENT D'ÉRABLIÈRE
MAPLE SUGARING EQUIPMENT
201 Rue Western , Waterloo, QC, J0E 2N0
450 539 3663 **www.elapierre.com**

PORTES Ouvertes

- Nouveau TURBO PIGGY BACK en démonstration
- Techniques de collection d'eau d'érable par Glenn Goodrich, VT
- Séminaire d'évaporation par Glenn Goodrich, VT
- GAZIFICATION 101; Démonstration Ouragan Force 5 par Mr. Rejean Laverdière, expert en combustion.
- Démonstration du nouveau Turbo génération 3 à granules par Mr. Rejean Laverdiere.
- Maintenance extracteurs et systèmes vacuum par Carl Lapierre.
- Volcan 2000, Ouragan feu xtrème en marche.
- Experts disponibles sur place pour répondre à vos questions.
- Concentrateurs, extracteurs, pompes vacuum etc
- Évaporateurs usagés à vendre
- Dîner gratuit.

15 Septembre, 2012
Waterloo, QC
8h à 15h

Portes ouvertes au club d'Âge d'or Princesse

GRANBY — Le 1er septembre, en la présence du maire de Granby, Richard Goulet, s'est déroulée la soirée portes ouvertes du club d'Âge d'or Princesse. M. Goulet s'est adressé à une foule de plus de 250 personnes sur l'importance de demeurer actifs une fois à la période du Bel Âge. Denis Fontaine, président du conseil d'administration a également profité de l'occasion pour remercier chaleureusement les bénévoles qui ont travaillé ardemment lors des travaux de rénovations. Les membres sont invités à profiter pleinement des activités qu'offre le club d'Âge d'or Princesse. Sur les photos, nous reconnaissons le maire Richard Goulet, les réceptionnistes Madeleine Picard et France Dubuc. Comme vous pouvez le constater sur les photos, cet événement s'est terminé par une belle soirée dansante animée par DJ Muriel.

HYUNDAI COWANSVILLE

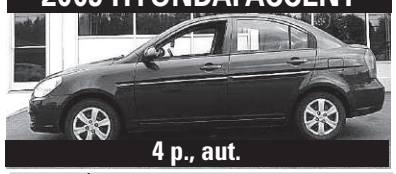
2009 HYUNDAI SONATA LTD

aut., clim., cuir, toit, «mags»

52$/sem.* TAXES INCLUSES - 0$ COMPTANT — 78 290 km #12646A

13 994 $ gar. oct. 2014/120 000 km

2009 HYUNDAI ACCENT



4 p., aut.

35$/sem.* TAXES INCLUSES - 0$ COMPTANT — 82 300 km #13195A

9 494 $ gar. mars 2015/120 000 km

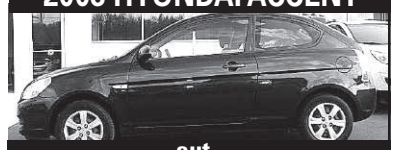
2009 HYUNDAI ELANTRA

aut.

35$/sem.* TAXES INCLUSES - 0$ COMPTANT — 49 722 km #12648A

9 494 $ gar. avril 2015/120 000 km

2008 HYUNDAI ACCENT



aut.,

33$/sem.* TAXES INCLUSES - 0$ COMPTANT — 73 488 km #12641A

7 994 $ gar. nov. 2013/120 000 km

2008 HYUNDAI ELANTRA GL

aut., clim., bleu

46$/sem.* TAXES INCLUSES - 0$ COMPTANT — 66 249 km #12644AC

10 994 $ gar. juil. 2014/120 000 km

2008 HYUNDAI ACCENT

3 p., clim., aut.

42$/sem.* TAXES INCLUSES - 0$ COMPTANT — 71 410 km #12652A

9 994 $ gar. fév. 2014/120 000 km

2009 HYUNDAI ACCENT

3 p., man.

33$/sem.* TAXES INCLUSES - 0$ COMPTANT — 69 129 km #12642A

7 994 $ gar. nov. 2013/120 000 km

2007 HYUNDAI ACCENT GLS

toit, «mags», aut.

36$/sem.* TAXES INCLUSES - 0$ COMPTANT — 98 352 km #13096A

8 594 $ gar. avril 2014/120 000 km

2009 HYUNDAI ACCENT

3 p., argent, aut., clim., 8 pneus

39$/sem.* TAXES INCLUSES - 0$ COMPTANT — 27 900 km #12619A

10 494 $ gar. 29 mai 2015/120 000 km

2008 HYUNDAI SANTA FE GLS

AWD, blanc, 3,3 L, marchepieds, cuir, toit ouv., attache de remorquage

75$/sem.* TAXES INCLUSES - 0$ COMPTANT — 76 100 km #12643A

17 694 $

2011 HYUNDAI ACCENT GLS

4 p., aut., clim., rég. de vit., toit, 8 roues + 8 pneus

55$/sem.* TAXES INCLUSES - 0$ COMPTANT — 25 400 km #12556A

14 994 $

2009 HYUNDAI SANTA FE

AWD, 3,3 L, marchepieds

75$/sem.* TAXES INCLUSES - 0$ COMPTANT — 29 600 km #126645

19 994 $ gar. août 2015/120 000 km

Laissez-nous vous offrir la tranquillité d'esprit au volant.

Tous les véhicules d'occasion certifiés Hyundai offrent les avantages suivants: • Garantie†† globale† limitée minimale de 12 mois/20 000 km • Rapport CarProof^MC pour chaque véhicule • Première vidange d'huile gratuite • Inspection en 120 points • Assistance routière pendant un an • Politique d'échange « Privilège » de 30 jours/2 000km* • Taux de financement préférentiels disponibles • Tranquillité d'esprit

HyundaiCanada.com

Laissez-nous vous offrir la tranquillité d'esprit au volant. Tous les véhicules d'occasion certifiés Hyundai offrent les avantages suivants: • Garantie†† globale† limitée minimale de 12 mois/20 000 km • Rapport CarProofMC pour chaque véhicule • Première vidange d'huile gratuite • Inspection en 120 points • Assistance routière pendant un an • Politique d'échange «Privilège» de 30 jours/2 000 km* • Taux de financement préférentiels disponibles • Tranquillité d'esprit *2009/2010/2011/2012 = 84 mois. 2007/2008 = 72 mois. Taxes en sus.

3015222

HYUNDAI COWANSVILLE

120, rue Bell | 450 266-3000

Hyundai Cowansville seul concessionnaire autorisé Equus pour la rive-sud de Montréal.

EQUUS

Apprendre aux jeunes à manger santé… ça vous intéresse ?

WATERLOO — Joignez-vous à une équipe de bénévoles pour l'activité Jeunes Cuistots offerte en collaboration avec l'école primaire St-Bernardin de Waterloo à ses élèves de 5e année. Si vous êtes disponible un mercredi par deux semaines entre 9 h 30 et 12 h et que vous aimez concocter de petites collations santé, contactez Stéphanie Laforest au 450 539-2395 au Centre d'action bénévole de Waterloo.

La Fondation du diocèse a 35 ans !

SAINT-HYACINTHE— La campagne de financement de la Fondation du diocèse de Saint-Hyacinthe s'est amorcée récemment. À cette occasion, et pour célébrer son 35e anniversaire, un hommage a été rendu aux présidentes et présidents qui ont assuré la visibilité de la campagne de financement au cours des dernières années. Les femmes et les hommes présents viennent de diverses régions du diocèse : Granby, Sorel-Tracy, Saint-Hyacinthe et Cowansville. Ce jour-là, Mgr François Lapierre a remis un certificat de reconnaissance aux personnes ayant assumé la présidence des campagnes de financement depuis le début. Étaient présents, sur la photo de gauche : Claude Marchesseault, Saint-Hyacinthe, Michel Latour, Saint-Hyacinthe, Marcel Maheu, Granby, Alain Chalifoux, Sorel-Tracy, Jean Corbeil (pour Huguette Corbeil), Saint-Hyacinthe, Mgr François Lapierre, p.m.é., Sylvie Beauregard, Cowansville, Claude St-Germain, Sorel-Tracy et Marc Breton, Granby. La campagne 2012, qui se déroulera sous la présidence de Sylvie Beauregard, conseillère municipale à Cowansville (3e à droite sur la photo de droite), a pour objectif de recueillir 300 000 $.

Vos dons assurent la gratuité des soins et des services offerts à la population de la Haute-Yamaska et de Brome-Missisquoi

LA MAISON AU DIAPASON

Pour l'amour et la dignité des personnes en fin de vie

411800

LA MAISON AU DIAPASON
900, rue de l'Émeraude, Bromont (Québec) J2L 0G1
450 534-2002
www.audiapason.org

compte sur moi
leucan

Faites une différence pour les enfants

leucan.qc.ca • 1 800 361-9643

415438

Concours

La Voix de l'Est

À gagner
50$
pour le restaurant

C'est Belge
LA MAISON EUROPÉENNE

2998593

Coupon de participation dans votre quotidien *La Voix de l'Est* de samedi

Profitez
de la promo SPA
de septembre

Choisissez
· Massage 60 min.
ou
· Facial classique
ou
· Soins corporels de 60 min.
+
· Pédicure express
ou
· Neurospa
ou
· Pressothérapie
= 99$

Taxes en sus.
Certaines conditions s'appliquent.

Pour des soins qui font du bien !

Spa massothérapie • esthétique
ST-CHRISTOPHE Hôtel-Boutique & Spa
450 405-4782
www.hotelstchristophe.com
3017497

Des finalistes parfois SURPRIS, mais toujours COMBLÉS

Il y a des choix qui s'imposaient, d'autres qui ont étonné. Certains avaient un « bon *feeling* » alors que d'autres n'ont rien vu venir. La Voix de l'Est a recueilli les réactions des cinq autres heureux finalistes du 44e Festival de la chanson :

Michel Tassé
redaction@hebdoleplus.qc.ca

Marjorie Fiset : « Je vis des émotions très intenses. Je suis heureuse, mais en même temps déchirée de voir autant de gens qui sont devenus des amis devoir quitter. Moi, j'étais d'abord et avant tout ici pour présenter mon projet. Et me voilà en grande finale. C'est spécial, c'est fou, mais c'est l'*fun* ! »

Pandaléon (groupe formé de Jean-Philippe Levac, à la batterie et à la voix, Frédéric Levac, aux claviers et à la voix, et Marc-André Labelle, à la guitare) : « Nous y croyions à la suite de notre performance, mais il y a tellement de beaux artistes ici que tout était possible pour tout le monde. Nous étions cinq il y a un an lorsque nous avons participé au festival pour la première fois, nous sommes maintenant un trio et nous avons pris de la maturité, musicalement parlant. Nos efforts sont récompensés. »

Rod le Stod : « Je suis sur un nuage. L'autre soir, au sortir de scène, j'étais convaincu que je venais de vivre les plus beaux moments de ma vie. Mais là, ce soir, c'est… c'est indescriptible ! Quand tu fais mon genre de musique (du rap), tu ne sais jamais comment tu seras reçu. Quand je regarde la qualité des demi-finalistes, je me considère très, très chanceux d'être encore là. »

Les Gourmandes (groupe formé de Gabrielle Harnois-Blouin, Judith Little-Daudelin, Geneviève Racette et Chloé McNeil) : « C'est une fierté, un accomplissement. Nous travaillons fort, nous travaillons très fort et on dirait bien que ça rapporte. Nous chantons a capella, c'est notre signature et il y a plus de gens qui aiment que le contraire. Ce soir, c'est une autre belle poussée dans le dos. C'est bon, ça fait du bien ! »

Geneviève Morissette (prix du public) : « C'est pas compliqué, je capote ! Ce qui me rend particulièrement fière, c'est de voir que c'est le public qui m'envoie en finale. Ça me rend fière parce que c'est pour lui que je chante. Mon cœur est rempli d'amour. Merci Granby de me faire confiance, merci de croire en moi et en ma douce folie. Merci, merci ! »

Pandaléon

Les Gourmandes

Marjorie Fiset

Geneviève Morissette

Rod le Stod

PHOTOS BERTRAND DUHAMEL, FICG

NOUVEAU!

BOUCHERIE

QUALITÉ F. MÉNARD QUÉBEC

UNE 2E SUCCURSALE OUVRE
AU 103B ROUTE 139 À
ST-ALPHONSE-DE-GRANBY!

LES MÊMES PRODUITS!
LA MÊME QUALITÉ!
LES MÊMES PRIX!
LES MÊMES PROMOTIONS!

DÈS LE 20 SEPTEMBRE 2012

19 F 61
MÉNARD
QUÉBEC
BOUCHERIE

DEUX ADRESSES POUR MIEUX VOUS SERVIR!

MARCHÉ DU VILLAGE
SORTIE 55, AUTOROUTE 10
98 ROUTE 235
ANGE-GARDIEN

RELAIS 68
SORTIE 68, AUTOROUTE 10
103B ROUTE 139
ST-ALPHONSE-DE-GRANBY

NISSAN

DÉCOUVRIR_

– L'ÉVÉNEMENT –

PRÊT À PARTIR

LIQUIDATION 2012

Berline Versa
1.6 SL 2012 illustrée

Versa à hayon
1.8 SL Sport 2012 illustrée

BERLINE VERSA 1.6 S 2012

PRIX À L'ACHAT AU COMPTANT À PARTIR DE[1]

11 998$

VERSA À HAYON 1.8 S 2012

OBTENEZ

2 500$

DE RABAIS À L'ACHAT AU COMPTANT†

JUSQU'À 877 KM
SUR ROUTE AVEC UN SEUL PLEIN[2]

SENTRA 2.0 2012

LOCATION*

147$ / MOIS

- Moteur à DACT de 2,0 l, 140 ch et boîte Xtronic CVT[MD]
- Verrouillage électrique des portières de série
- Glaces et rétroviseurs extérieurs électriques chauffants en option

0%
jusqu'à 60 MOIS
avec 1 750$ en comptant initial

JUSQU'À 965 KM
SUR ROUTE AVEC UN SEUL PLEIN[2]

Sentra SE-R 2012 illustrée

Rogue SL
2012 illustré

ROGUE S 2012

À TRACTION INTÉGRALE

OBTENEZ

3 000$

DE RABAIS À L'ACHAT AU COMPTANT†

VISITEZ VOTRE CONCESSIONNAIRE NISSAN DÈS AUJOURD'HUI OU CONSULTEZ NISSAN.CA POUR PLUS DE DÉTAILS▲▲

L'Association des concessionnaires Nissan du Québec

L'événement PRÊT À PARTIR - LIQUIDATION 2012 est en vigueur du 1er septembre au 1er octobre 2012 et peut faire l'objet de changements sans préavis. Les offres de financement sont disponibles uniquement auprès de Nissan Canada Finance pour un temps limité, sont sujettes à l'approbation de crédit, sont exclusives et peuvent faire l'objet de changements sans préavis. Tous les prix comprennent les frais de transport et de prélivraison, les taxes sur l'air climatisé (si applicable), les taxes sur les pneus, les rabais du manufacturier et les contributions des concessionnaires. Taxes, immatriculation et assurance en sus. Les modèles illustrés sont à titre indicatif seulement. Offres disponibles seulement chez les concessionnaires participants. Les concessionnaires peuvent fixer leurs propres prix et peuvent devoir commander ou échanger un véhicule. Visitez votre concessionnaire pour tous les détails. * L'offre de location jusqu'à 60 mois est applicable à la location d'une Sentra neuve 2,0 2012 (C4LG12 AE00), transmission CVT / Sentra neuve SE-R 2012 (C4SG12 AA00), transmission CVT. Mensualités de 147 $ / 237 $ pour un terme de 60 mois avec 1 750 $ / 0 $ en comptant initial ou échange équivalent et incluant 1 350 $ en rabais du manufacturier. Taux de location de 0 %. L'obligation totale de location est 10 567 $ / 14 241 $. Basé sur une allocation de location de 16 000 / 24 000 km par année avec 0,10 $/km supplémentaire. Cette offre ne peut être combinée avec aucune autre offre. † L'offre de 2 500 $ / 750 $ / 3 000 $ de rabais à l'achat au comptant est applicable uniquement aux modèles neufs de Versa à hayon 1.8 S (exclusif le modèle B5CG52 AA00) et 1.8 SL 2012 / aux modèles neufs de la berline Versa 2012 / aux modèles neufs de Rogue 2012 (excluant le modèle W6RG12 AA00). Le rabais à l'achat sera déduit du prix négocié avant les taxes et ne peut être combiné à des taux subventionnés de financement à l'achat ou à la location. Cette offre ne peut être combinée avec aucune autre offre. Certaines conditions s'appliquent. 1) Prix à l'achat au comptant de 11 998 $ (incluant 712 $ en contribution des concessionnaires du Québec et 750 $ de rabais à l'achat au comptant) pour la berline Versa neuve 1.6 SL 2012 telle qu'illustrée (B4TG12 AA00), transmission CVT. 2) Consommation de carburant (L/100 km) sur route : 5,7 L / 5,7 L / 6,0 L pour la Versa à hayon 1.8 SL avec boîte Xtronic CVT[MD] / la Sentra avec boîte Xtronic CVT[MD] / la berline Altima 2,5 S avec boîte Xtronic CVT[MD] 2012. Réservoir de 50 L / 55 L / 75,7 L. La consommation de carburant réelle peut varier en fonction des conditions de conduite – à utiliser à des fins de comparaison seulement. Ces données sont calculées en fonction de conditions de conduite optimales, de la consommation moyenne de carburant sur route et de la capacité du réservoir à essence du véhicule, selon Nissan Motor Co. Ltd. Les cotes de consommation de carburant (L/100 km) sont établies selon des méthodes d'essai approuvées par Transport Canada et sont basées sur le Guide de consommation du carburant 2012. ▲▲ Chez les concessionnaires participants. Les noms, logos, slogans, noms de produits et noms des caractéristiques de Nissan sont des marques de commerce utilisées sous licence ou appartenant à Nissan Motor Co. Ltd. ou à ses filiales nord-américaines.

ACTIVITÉS COMMUNAUTAIRES

À VOTRE AGENDA

Musclez vos méninges
GRANBY — Série de 10 ateliers de 3 heures chacun débutant le mardi 25 septembre. Le but de ces rencontres est de travailler sur la mémoire, l'attention et la santé intellectuelle. Information : Geneviève au 450 375-9115, poste 219.

Les Diabétiques de la Haute-Yamaska
GRANBY — Conférence le mardi 18 septembre à 19 h, au Centre Jean-Paul Régimbal, 200 boul. Robert. Conférencier : Samir Tidjani, chef de l'école Globe-Traiteur.

Société Alzheimer
GRANBY — Colloque le vendredi 21 septembre, de 8 h 30 à 16 h, au Centre Jean-Paul Régimbal, 200 boul. Robert. Gratuit et possibilité de dîner sur place au coût de 11 $/personne. Conférenciers : Christiane Bessette, Hélène Champagne, Andrée Lemire, Patrick Normandin et le Dr Judes Poirier. Information et inscriptions : 450 777-3363.

Âge d'or
GRANBY — Croisière *On danse* le 25 septembre et *Les noces du Baron Fou* le 5 octobre. Information et réservations : 450 776-5450.

AQDR
GRANBY — Rencontre des membres le lundi 17 septembre, à 13 h 30, au Carrefour du Bingo, 288 Bourget Ouest. Conférence sur les relations humaines… question de chapeaux et de masques par Guy Racine.

Association pulmonaire
GRANBY — Rencontre le vendredi 14 septembre à 13 h 30, à la salle communautaire du Loblaws, 80, St Judes Nord. Il faut réserver. Information : Murielle Breault au 450 534-4363.

AQLF Richelieu-Yamaska
GRANBY — Soirée d'animation tous les vendredis à 19 h, à la salle des Chevaliers de Colomb, 620 Dufferin. Information : Laurencio Beaudin au 450 372-2608 ou Gaston Boucher au 450 375-1873.

Service externe de Main-d'œuvre (SEMO)
GRANBY — Assemblée générale annuelle le mardi 25 septembre à 17 h 30, au 6, rue Court.

Le groupe de soutien à la fibromyalgie de la Montérégie
GRANBY — Rencontre le mercredi 19 septembre, à 13 h 30, à La Ruche, 279 Principale. Conférencière : Alexandre Dubuc, du Centre de Soutien au réseau familial. Information : Danielle au 450 372-3401 et Jeanne-Mance au 450 375-3292.

Fédération 10 des cercles de Fermières
GRANBY — À toutes les membres de la Fédération 10, journée d'information le jeudi 13 septembre, dès 9 h, à la salle le Flambeau située au 175 boul. de la Mairie. Apportez votre cahier *Concours d'artisanat textile des CFQ* et du papier pour prendre des notes.

AFÉAS St-Luc
GRANBY — Il reste des places pour la sortie aux canneberges le 12 octobre ainsi qu'un spectacle sur les traditions, dîner et souper. Information : Hélène au 450 378-1478 ou Marielle au 450 375-1999.

Mouvement Action-chômage
GRANBY — Rencontre sur rendez-vous pour conseiller les travailleurs sur l'assurance-emploi, au 25 Dufferin, bureau 101. Information : 450 778-6023.

SOS épuisé
GRANBY — Atelier de quatre rencontres pour les aidants naturels dans le but de prévenir l'épuisement et d'apprendre à établir ses limites sans se culpabiliser. Ces rencontres débuteront le mardi 25 septembre de 18 h 30 à 21 h 30, au 197 Paré. Place limitées
Information et réservation : Virginie au 450 375-9115, # 213.

Entr'elles
GRANBY — Café-rencontre le mercredi 19 septembre, de 9 h à 11 h 30, à La Ruche, 279 Principale. Période d'inscriptions ateliers de croissance personnelle. Places limitées.
Information : 450 375-4042.

La Fondation québécoise de la maladie cœliaque
GRANBY — Pique-nique le dimanche 16 septembre, de 10 h à 15 h, au CINLB, 700 Drummond. Gratuit pour le stationnement et les aires de pique-nique. Les animaux domestiques ne sont pas admis. Chacun apporte son lunch sans gluten. Vous aurez la chance d'assister à l'envolée de monarques à 14 h. Réservations avant le mercredi 12 septembre.
Information : Andrée Lamarche au 450 378-8852.

Nourri-Source
GRANBY — Halte-allaitement le jeudi 13 septembre, de 9 h 30 à 11 h 30, à la salle Granby, au sous-sol de l'aile sud au Centre hospitalier. Venez avec vos enfants et conjoints. Collation, prix de présence et conseils d'une infirmière.

Âge d'or
SAINTE-CÉCILE-DE-MILTON — Soirée de danse le vendredi 14 septembre, à 19 h 45 et après-midi de danse le dimanche 16 septembre, à 13 h 30, au centre communautaire. Orchestre : Les Maréances.

Âge d'or
SAINT-ALPHONSE — Dîner d'ouverture des activités le dimanche 16 septembre à 11 h 30, à la salle de l'hôtel de ville. Voyage de trois jours au Relais des mésanges les 1, 2 et 3 octobre, à Dudsweel.
Information : 450 375-8740.

Formations biblique et catéchétique
GRANBY — Formations sur la Bible et le Catéchisme de l'Église catholique tous les mercredis de 19 h à 21 h, à la salle Saint-Pierre du Centre Jean-Paul-Régimbal, 200 boul. Robert. Vous pouvez vous joindre au groupe quand vous le voulez et vous présenter aux formations que vous désirez. Toutes personnes de 18 ans et plus intéressées à grandir dans la foi ou à partager de manière conviviale avec les autres sont les bienvenues.
Information : bible-catechisme@enfant-prodigue.com.

Centre d'action bénévole
COWANSVILLE — Repas communautaire le jeudi 13 septembre, à midi, à l'église Emmanuel. Coût : 4,50 $.

Association des personnes handicapées physiques
COWANSVILLE — Rencontre du Point de service de Farnham le mercredi 19 septembres, de 13 h 30 à 15 h 30, au Verger Kessler, 1300 St-Paul (route 235 vers l'Ange-Gardien).
Information et réservations : 450 266-4744.

Le Sac à mots
COWANSVILLE — Période d'inscriptions pour la session d'automne du mercredi 12 au vendredi 14 septembre, de 10 h à 17 h, au 706 du Sud. Information : 450 266-3766. Cours en alphabétisation (lecture, écriture et mathématiques) et en francisation (français langue seconde).

Centre Femmes des Cantons
COWANSVILLE — Déjeunelle le mercredi 19 septembre, à 10 h 30, au local. Toutes les activités proposées cet automne seront présentées. Service de halte-garderie disponible sur réservation. Il faut confirmer sa présence avant le vendredi 14 septembre. Coût : contribution monétaire volontaire. Information : 450 263-1028.

Âge d'or
COWANSVILLE — Les cartes de membre du mois de septembre sont arrivées. Le bureau est ouvert du lundi au jeudi, de 13 h à 16 h, au 154 Principale. Cartes de membre : Pauline au 450 266-0256 et location de la salle : Monique au 450 263-1844.

Vente débarras collective
SAINT-VALÉRIEN-DE-MILTON — Vente débarras les 15 et 16 septembre, dans la municipalité. Une liste des adresses des propriétés et un plan de la municipalité seront disponibles dès le 12 septembre sur notre site Internet au www.st-valerien-de-milton.qc.ca (section Documents).
Information : Julie Champigny, coordonnatrice des loisirs au 450 549-2463 ou loisir.st-valerien@mrcmaskoutains.qc.ca

Légion Royale Canadienne, filiale 77
WATERLOO — Déjeuner le dimanche 16 septembre, de 8 h 30 à 12 h, au 77 Lewis. Les BBQ du vendredi continuent jusqu'à la fin septembre, de 17 h à 19 h, au 77 Lewis.

Amis du Bassin Versant du lac Waterloo
WATERLOO — Exposition un lac oublié le samedi 15 septembre, de 9 h à 16 h, à l'hôtel de ville, 417 de la Cour. Entrée gratuite.

Âge d'or
WATERLOO — Soirée de bingo le mercredi 12 septembre à 19 h 30, à la salle paroissiale, porte 1.

Club ornithologue Brome-Missisquoi
COWANSVILLE — Assemblée générale annuelle le mercredi 12 septembre, à 19 h, à l'hôtel de ville, 220 Place Municipale. Information Jean-Jacques Hamel au 450 263-0436 ou j-j.hamel@videotron.ca. Sortie au parc de la Yamaska le dimanche 16 septembre avec départ à 8 h, du restaurant McDonald. Coût : 64 ou carte du parc de SEPAQ. Apportez votre lunch.
Information : Alain Deschamps au 450 266-7761 ou alaindeschamps@qc.aibn.com

Visitez-nous cowieinc.com & suivez-nous sur
FILET de TURBOT NATURE OU MARINÉ 8.99$ lb
SPAGHETTI AUX FRUITS DE MER Un délicieux produit maison! 1.49$/100 g
COWIE
Poisson frais et surgelé I Fruits de mer I Sushis I Produits maison
Prêt-à-manger I Aire de restauration I Pains I Fromages I Charcuteries
Dégustations I Service personnalisé I Fraîcheur garantie
Spéciaux en vigueur du 13 au 19 septembre 2012 ou jusqu'à épuisement.
Bistro L'ANCRAGE
MENU MIDI (DU LUNDI AU VENDREDI)
Prise du jour
Choix du chef
Savoureux club au homard
586, rue Breton Granby 450.375.6400

AGÉAUTAG

GRANBY —L'équipe des lundis pour tout se dire vous convoque à sa première conférence de l'automne 2012, le lundi 24 septembre, de 13h15 à 15h30 au Foyer Yves-Gagnon du Théâtre Palace situé au 135, rue Principale. La conférence intitulée Le chant de l'être, sera prononcée par Sylvie Pellerin, mezzo-soprano, qui parlera de son cheminement de carrière, de son bonheur d'être sur scène jusqu'à la paralysie faciale qui a bousculé sa vie pour ensuite l'amener à la découverte de sa vraie voix(e), dans tous les sens du terme. Coût d'admission incluant jus et pâtisseries: 9 $. Information: Louis au 450 379-9355. Pour tous.

Activités d'octobre

GRANBY — Voici la liste des activités d'octobre au Centre Jean-Paul-Régimbal situé au 200, boul. Robert. Le samedi 6 octobre: congrès charismatique diocésain avec Michel Vigneau o.ss.t. Le mardi 9 octobre: célébration de nos racines familiales et ancestrales avec Jocelyne l'Étoile et Marc Tremblay o.ss.t. Le mardi 16 octobre: journée de guérison intérieure avec Jocelyne l'Étoile et l'équipe du Centre. Du 19 au 21 octobre: christothérapie première étape avec Jocelyne l'Étoile et l'équipe du Centre. Le lundi 22 octobre: fête de Jésus Nazaréen. Du 21 au 26 octobre: chemin d'approfondissement en silence avec Michel Vigneau o.ss.t. Du 29 octobre au 1er novembre: Emmaüs, chemin de liberté (en silence) avec Jocelyne l'Étoile et l'équipe du Centre. Pour information: 450 372-5125.

Randonneurs du mont Yamaska

GRANBY — Le samedi 22 septembre, il y aura randonnée en montagne au Big Slide Mountain (Les Adirondacks,) Pour plus d'information et inscriptions, communiquez avec Hélène Marion au 450 994-2337. À noter que cette sortie devait avoir lieu le 15 septembre.

FEMME CHERCHE HOMME

ANNONCE DE LA SEMAINE:

QUESTION DE S'ESCLAFFER UN PEU! Diane, préposée aux bénéficiaires de Granby, 51 ans, 5', châtaine aux yeux bleus, est fumeuse, sociable, a des petits enfants, aime le bord de l'eau, désire rencontrer un Homme, sachant ce qu'il veut et ayant un bon sens de l'humour. **302248**

ACTIVITÉS SPORTIVES À PARTAGER! Belle Granbyenne de 47 ans, chev bruns longs, yx bruns, d'app jeune, passionnée, pratique équitation et aime photographie, désire H, n-fum et sans enfant, pour belle relation. **4226210**

ICI POUR RENCONTRER SON SUPPLÉMENT, jolie veuve de 55 ans, 5'4'', 140 lb, plaisante et charmante, sans enfant, retraitée de fonction publique, veut bel H 50-60 ans, pour vous donner tout l'amour de son coeur. **341505**

METTRE SA TÊTE SUR VOTRE ÉPAULE... Veuve de Bromont, 5'8", poids santé, dynamique, aime voyages et marche en forêt, souhaite H 60-65 ans, au moins 5'11'', retraité et croyant encore à l'amour. **340267**

BELLE GRANBYENNE VOUS ATTENDANT, début 40aine, 5'5'', 135 lb, chev châtain-blond longs, autonome, recherche complice 40-50 ans, 5'7'' et plus, avec qui partager bons moments à long terme. **340395**

RÉSERVEZ-VOUS DU TEMPS POUR GINETTE! Grand-maman de 61 ans, 5'6", mince, chev semi-longs blonds, n-fum, a animaux, est travailleuse autonome, désire H, taille et poids prop, sans dépendance. **4025868**

VENEZ ESCALADER LES MONTAGNES À SES CÔTÉS! Jeune maman de 33 ans, 5', 112 lb, sportive, fidèle, honnête et sociable, s'entraîne et a humour, cherche beau Granbyen, au physique sportif, honnête et fidèle. **339886**

UNE ROUTE BIEN DÉFINIE, Granbyenne de 25 ans, 5'2'', 190 lb, chev blonds bouclés, soignée, a 4 enfants, s'entraîne, veut H, québécois, souriant, ponctuel et sachant ce qu'il veut dans la vie, pour relation à long terme. **330204**

BON MONSIEUR PLEIN DE TENDRESSE RECHERCHÉ, dame de Magog, plutôt facile à vivre, veut H 65-75 ans, avec qui pouvoir continuer sa route. **340410**

BELLE BLONDE, VRAIE ET FIDÈLE, dans 60aine, 5'4'', 122 lb, aimerait bien rencontrer beau grand sportif, aimant activités en nature, voyager et aller danser, avec qui développer belle relation à long terme. **330749**

LUCIE, UNE SENSUELLE AIMANT CUISINER! Cowansville, 5'6'', de poids prop, brunette, n-fum, sociable, aime danser, discuter, désire H 46-56 ans, de même région, poids prop, n-fum, amusant et honnête, pour amour. **341191**

EXTRAORDINAIRE MAMAN CHERCHANT L'AMOUR, jolie ronde de 35 ans, chev cuivrés, yx bleus, compréhensive, a humour et grand coeur, veut H 30-40 ans, n-fum, respectueux, fidèle, avec qui vivre nouvelle histoire. **340740**

COUNTRY ET SOUPERS ROMANTIQUES, retraitée de 67 ans, 5'1'', poids prop, n-fum, aime petits voyages, convoite H 66-70 ans, n-fum, aussi propre, respectueux et ayant humour, pour activités et bons moments. **336261**

NANCY, BELLE ET GENTILLE BRUNETTE, Rougemont, 27 ans, 5'7''-5'8'', 110-115 lb, yx bruns, généreuse et souriante, recherche bel H 40 ans et moins, pour relation amicale et plus. **339927**

FAIRE GRANDIR RESPECT ET COMPLICITÉ, belle dame de Cowansville, 53 ans, n-fum, sans artifices, aime marche, nature et balades en auto, souhaite conquérir H, honnête, fidèle et jovial. **330756**

LISE EST DE NATURE SOCIABLE ET AMICALE, 58 ans, 5'2", 130 lb, n-fum, aime franchise, lecture et marche en nature, souhaite découvrir H d'environ 60 ans, n-fum, pour cheminer ensemble. **338415**

MARIE-YVONNE, LIONNE ASCENDANTE TAUREAU! 68 ans, 5'5", 195 lb, chev poivre et sel, beaux yx brun-noisette, féminine et sociable, a enfants, aime être entourée, espère compagnon, pour bout de chemin. **336056**

UNE SENSIBLE TAUREAU ROMANTIQUE, 5'3'', 155 lb, chev châtain clair, yx verts, sans dépendance ni enfant, fidèle, désire H 50-58 ans, 5'3'' et plus, de poids prop, n-violent, autonome, ayant écoute, pour amour. **328732**

GARDEZ VOTRE MOUSTACHE POUR CLAUDETTE! Granby, 56 ans, 5'4", 140 lb, chev châtain poivre et sel, yx pers, aime nature, romantisme et bonne bouffe, veut H 56-64 ans, du coin, chev poivre et sel et ayant humour. **339839**

UNE ARTISTE DANS L'ÂME CHERCHANT SON BOHÈME! Granby, 48 ans, 5'1", 120 lb, simple, respectueuse, sincère, aime camping, recherche H de coeur, travaillant, aimant bonne cuisine, avec qui bâtir amour à long terme. **331641**

SYLVIE VEUT VIVRE DANS LE CALME ET LA SÉRÉNITÉ, 60 ans, 5'7'', 150 lb, aime scrabble, danse et casse-tête, recherche H du même âge ou un peu moins, calme et souriant, aimant vélo et resto, pour but sérieux. **185707**

EN QUÊTE D'UN BON MONSIEUR! Dame d'un peu plus de 70 ans, n-fum, sobre, belle app jeune, fidèle, aime resto mais pas la danse, convoite H 67-72 ans, 5'7''-5'8'', paraissant bien et aimant musique country. **339208**

BELLE GRANBYENNE CHERCHE MEC ÉLÉGANT, mi 50aine, 5'4'', poids santé, aime marche, vélo et gym, recherche bel H, n-fum, ayant certaines affinités, afin de poursuivre but sérieux. **332998**

SOURIANTE AMOUREUSE DE LA VIE, Granbyenne semi-retraitée dans 60aine, 5'4'', 122 lb, chev blonds, allure jeune, autonome, cherche bel H, grand, soigné, sportif, honnête, aimant voyages et danse, pour amour. **331905**

SANDRA SOUHAITE VOIR SI ÇA CLIQUE! 34 ans, 5', 140 lb, chev et yx bruns, sportive, aime rire, souhaite découvrir bon copain, avec qui faire différentes activités. **341587**

CHIC ET CULTIVÉE, Granby, 62 ans, 5'8", taille forte, fum modérée, aime musique années 50, resto, voyages, recherche grand H, distingué, pas trop mince, autonome, pour amitié et sorties occasionnelles. **700553**

AVEC CELUI QU'ELLE AURA CHOISI! 57 ans, poids santé, yx verts, n-fum, aime musique et soirée en tête-à-tête, espère rencontrer monsieur 55-60 ans, doux, honnête et ayant humour, pour amour et amitié. **342105**

CAROLE, UNE FEMME CULTIVÉE, 57 ans, 5'5'', 130 lb, chev blonds, sociable et autonome, recherche bel H 55-65 ans, n-alcoolique ni toxicomane. **323600**

DANIELLE EST PLEINE DE PETITES ATTENTIONS, Granby, 41 ans, a enfants (14-21 ans), travaille dans usine, aime bricoler et recevoir, cherche ami, avec qui sortir, aller au resto et voir spectacles d'humour. **4186005**

BRISONS LA SOLITUDE, dame de 67 ans, 5'4", n-fum, honnête, souriante et patiente, aime balades en auto, désire compagnon de vie 67 ans et plus, de Granby, ayant affinités et passé réglé. **337870**

DÉCOUVREZ MARIE-FRANCE! Granby, 63 ans, 5'3'', chev châtain-blond, travaille encore, aime jouer au golf et aller dans le Sud pendant l'hiver, espère rencontrer H, fiable. **336330**

USEZ DE VOTRE BEAU SOURIRE! Granbyenne de 70 ans, 5', 130 lb, n-fum, aime marche, voyages et resto, souhaite rencontrer H 70-75 ans, app jeune, capable de subvenir à ses besoins. **342296**

PRENEZ INGRID COMME ELLE EST, 52 ans, souhaite rencontrer monsieur, franc, fidèle, sincère et aimant la personne telle quelle est. **336795**

NOUVELLE VIE À L'HORIZON, jolie Granbyenne retraitée de 67 ans, 5'6'', poids prop, n-fum, app jeune, aime voyages et concerts, désire H 60 ans et plus, de la région, 5'9" et plus, pour amitié d'abord. **3980236**

NICOLE RESSEMBLE UN PEU À MICHELLE RICHARD! 57 ans, 5'5", chev blonds mi-longs, de belle app, cherche ami 50-60 ans, ne buvant pas trop, de belle app, autonome et ayant écoute, pour converser d'abord. **333636**

ELLE CHERCHE SON COMPAGNON DES BONS MOMENTS! Fin 60aine, féminine et douce, aime nature et bons soupers, convoite H, ayant certaines affinités, pour relation d'amitié et plus. **329505**

CONVERSATIONS SANS CONNOTATIONS CHARNELLES, dame de 65 ans, 5'3", grassette, châtaine, yx verts, fum, sympa, désire H, pour se découvrir mutuellement. **254171**

ATTENDRISSEMENT, Linda, 50 ans, fum, souhaite découvrir H dans 50aine, aimant nature, avec qui partager tendresse et belle relation amicale. **337729**

SIMPLE ET SYMPATHIQUE, Granbyenne de 57 ans, aime musique, marche et soupers, souhaite H 55-60 ans, ayant affinités, pour vivre relation à long terme. **337397**

ROMANTIQUE GRANBYENNE, 57 ans, simple, affectueuse, sociable, aime resto et soirées intimes, recherche compagnon 57-60 ans, sérieux, afin de briser solitude. **332642**

DIANE SE CHERCHE QUELQU'UN DE SÉRIEUX, 5', 137 lb, chev bruns, yx bleus, a voiture, cherche à connaître H 50 ans, sérieux, travaillant, aimant sortir, prendre un verre et ayant bon caractère. **338081**

UNE VIE À RECOMMENCER AUX CÔTÉS DE LOUISE, retraitée de Chambly, 65 ans, 4'11", 105 lb, autonome, aime marche, resto et voyages, cherche retraité, n-fum, propre, honnête et autonome, pour refaire nos vies. **333592**

NE JOUONS PAS AVEC LES SENTIMENTS DU COEUR, Granbyenne de 60 ans, 5'5", 126 lb, n-fum, a passé réglé, aime se balader, convoite monsieur 55-65 ans, 5'9" et plus, afin de poursuivre but sérieux. **330072**

BONJOUR BELLE ÉTOILE! Lyne de Granby, 42 ans, 4'11", ronde, chev noirs, jolis yx noisette, a petits enfants, aime activités de couple, recherche H 40-50 ans, 5'-5'7", se sentant seul, pour combler vide. **339731**

DE BELLES VALEURS À PARTAGER, grande dame de Granby, 49 ans, souhaite complice de vie 50 ans et plus, 5'10" et plus, n-fum, n-alcoolique, spirituel, aimant campagne et dialogue, pour vie remplie d'amour. **322446**

ÉVOLUTION SENTIMENTALE, semi-retraitée de Bromont, 62 ans, 5'6", 130 lb, n-fum, veut H, honnête et cultivé, avec qui développer relation complice à long terme. **339819**

LOUISE A BEAUCOUP DE BELLES QUALITÉS! 68 ans, libre, franche et honnête, cherche à rencontrer monsieur, pour se parler dans le but de mieux se découvrir. **333236**

ELLE CHERCHE LE MEILLEUR! Cowansville, 60 ans, 5'2", 120 lb, s'en va bientôt à Granby, désire bon gars, pour aller prendre bon café et partager bout de vie. **711052**

TENDRESSE ET SEXUALITÉ SONT DE MISE, Drummondvilloise de 60 ans, 5'2'', 145 lb, allure jeune, a élevage d'animaux, cherche H 50-60 ans, n-alcoolique, avec qui s'investir à long terme et vivre belles choses. **300735**

MAMAN AIMANT BIEN LE VIN, LA DANSE ET LA CUISINE, St-Césaire, 46 ans, 5'5", 130 lb, chev noirs longs, yx bleus, fum, fidèle, a fils et emploi, désire bel H, n-drogué et ayant passé réglé, pour amitié d'abord. **340955**

JULIE-ÈVE, JOLIE FEMME LIBÉRÉE, 40 ans, 5'6'', 145 lb, charmante, coquine spirituelle, recherche jeune H, mature, authentique, attentionné, communicatif et sensuel, pour relation harmonieuse et joie de vivre. **324577**

UN HOMME QUI SAURA LA SURPRENDRE! Femme de Bromont, 65 ans, 5'4'', poids santé, n-fum, naturelle et distinguée, désire H, libre, autonome, respectueux, dynamique et ayant humour, pour sorties culturelles. **341261**

HEUREUSE ET VRAIE, Granbyenne dans mi 50aine, 5'8", mince, chev bruns mi-longs, souhaite connaître bel H, grand, d'app soignée, actif, aimant plein air, voyages, bons repas et ayant classe, pour amour sérieux. **339535**

FAITES-LUI DÉCOUVRIR CE QUE VOUS AIMEZ! Granbyenne de 55 ans, 5'5", quelques lb en trop, bonne vivante, aime spectacles, musique et sports, souhaite connaître H, ayant affinités, pour combler vide. **305354**

UNE RELATION CHAUDE POUR CETTE BRUNETTE... Farnham, 42 ans, 5'6", chev courts, grassette, aime vélo, balades en nature, souhaite rencontrer bel H, 5'8" et plus et de poids prop, souriant et ayant emploi. **330422**

FAIRE MONTER LE RÉSERVOIR DE L'AMOUR, Lisette d'Ange-Gardien, 62 ans, 5'9", 155 lb, aime ciné, marche, spectacles et voyages, souhaite connaître grand H, sérieux et aimant choses similaires. **713369**

BELLE MAMAN DE LA CAMPAGNE, bientôt 27 ans, 5'5", poids prop, chev noirs, grands yx foncés en amande, belle, a 3 enfants, aime plein air, veut H 27-43 ans, plus grand, poids prop et semblable. **335402**

CES SOIRÉES OÙ L'ON EST COLLÉS, COLLÉS, romantique Granbyenne de 57 ans, simple, fidèle, aime marche, dialogue et resto, convoite monsieur 57-60 ans, afin de briser la solitude et peut-être plus. **341462**

AMOUREUSE DES PETITS VOYAGES À DEUX, Granbyenne de 70 ans, 5', 135 lb, chev châtains teints, yx bruns, aimerait rencontrer compagnon 70-75 ans. **336586**

UN HOMME SOURIANT POUR JO! Divorcée de 44 ans, 5'8'', 180 lb, a fille et passé bien réglé, aimerait bien rencontrer H, autonome et ayant emploi. **333217**

BIEN DANS SA VIE, Granbyenne de 54 ans, 5'4'', poids prop, dynamique et enjouée, aime cocooning et activités culturelles, recherche H 52-58 ans, 5'8'' et plus, ayant belles valeurs. **336376**

SANS ARTIFICES, belle dame de Cowansville, 53 ans, n-fum, sobre, aime resto, cherche à connaître H, respectueux, honnête, romantique et fidèle. **3646253**

UNE VIE AVEC STÉPHANIE, Granby, surplus de poids, douce et gentille, aime camping, roller, marche, natation, danse et équitation, souhaite rencontrer jeune H 30-50 ans, sachant ce qu'il veut. **339892**

LE BUT, C'EST DE S'AIMER! Jeune Granbyenne de 28 ans, 5'6", chev noirs et yx bruns, aimerait rencontrer jeune H 29-35 ans, avec qui développer relation sérieuse. **334395**

DE LA JOVIALITÉ DANS LE SANG! Granbyenne de 5'5", 140 lb, chev blonds mi-longs, en santé, affectueuse et sportive, aimerait bon monsieur 70-80 ans, en forme. **339295**

AYEZ UN GRAIN DE SPIRITUALITÉ! Geneviève de Granby, 63 ans, 5'1'', grassette, n-fum, a humour, aime rire, faire rire, nature et bord de l'eau, recherche compagnon d'environ même âge et n-fum. **333781**

SI L'AMITIÉ VA BIEN, POURSUIVONS! Granbyenne de 55 ans, 5'5'', blonde aux yx bleus, aime la vie, sorties, moto, camping et lecture, souhaite conquérir H 48-60 ans, de poids prop et n-fum. **339895**

SI DES AFFINITÉS VOUS VOYEZ... Granbyenne de 5'9", poids prop, recherche H 50 ans et plus, 5'10" et plus, n-fum ni alcoolique, bien dans sa peau, aimant camping et ayant passé bien réglé. **4205939**

JEUNE FEMME EN QUÊTE D'AVENTURES... 24 ans, 5'2'', 145 lb, chev bruns, yx brun-vert, porte 36C de poitrine, cherche H dans fin 20aine-début 30aine, de belle app, avec qui vivre belle aventure. **319979**

DES CHOSES À ÉTABLIR, belle Granbyenne de 47 ans, 5'2", chev bruns longs, soignée, aime nature, animaux, photographie et voyages, recherche bon copain, grand, n-fum et aimant bouger, pour amour. **341826**

LIRE LA FRANCHISE SE SUR LES LÈVRES DE CETTE VEUVE, Granby, n-fum, sobre, ne dans pas, aime musique country, souhaite contacter gentil compagnon 67-72 ans, en santé et semblable à elle. **339333**

FEMME DE CARACTÈRE MAIS FACILE D'APPROCHE! Granby, 31 ans, sensible et passionnée, a 2 fils (5-9 ans), recherche H, capable de l'aimer comme elle est, pour être à la fois amis, amants, amoureux et confidents. **335663**

PORTER LA JOIE DANS SON COEUR, dame de Bromont, 62 ans, nouvellement retraité, désire H, n-fum, heureux et sachant profiter de ce que la vie a à offrir. **342174**

LES FANTASMES DE CÉLINE... Mariée de 45 ans, cherche H 35-50 ans, marié ou non, disponible de soir une semaine sur deux, pour vivre aventure. **258856**

HOMME CHERCHE FEMME

ANNONCE DE LA SEMAINE:

MARIO N'EN DEMANDE PAS BEAUCOUP, 50 ans, 5'8", 140 lb, châtain, yeux vert-pers, est fumeur, sans enfant, aime faire des pique-niques, prendre un café et faire des balades, désire rencontrer une Femme, qui sera présente, fidèle, honnête, pour s'aimer et vivre ensemble. **282525**

IL AIME LES CHOSES DIFFÉRENTES, Granbyen de 40 ans, 6', 195 lb, sportif et doux, a maison, aime plaire, surprendre et profiter de la vie, cherche F plus jeune que lui, athlétique, soignée et ayant belles valeurs. **342362**

ALLONS LÀ OÙ IL FAIT PLUS CHAUD! Veuf de Granby, 71 ans, 5'3'', de belle app, sportif, joue au golf, aime voyager dans le Sud pendant l'hiver, souhaite rencontrer copine, ayant affinités. **341494**

BÉLIER AIMANT LES SORTIES IMPROVISÉES, bel homme de 53 ans, 5'10'', 190 lb, chev châtain-brun, yx brun-vert, fum, fidèle, travaille en construction, désire F, coquine, fidèle et sachant ce qu'elle veut. **341855**

ACCOMPAGNEZ PIERRE DANS CERTAINS VOYAGES, début 50aine, raffiné, vit en Floride pendant l'hiver, aime voyages, bonne cuisine et weekends, convoite amie, féminine, sensuelle et toute aussi passionnée que lui. **339176**

C'EST UNE FEMME INTELLIGENTE QUE CHERCHE ÉRIC! 18 ans, chev et yx bruns, sportif, travaille en construction, aime rire et pêcher, espère contacter F, souriante et aimant nature tout comme lui. **341628**

AUTOPSIE D'UN AMOUR! Jean, médecin retraité de Bromont, 61 ans, souhaite découvrir dame, avec qui développer relation exclusive et à long terme. **335553**

IL A L'ÂME ROMANTIQUE, début 60aine, 5'11", sensuel et simple, aime sortir et voyager, voudrait contacter dame 50-60 ans, ayant affinités, afin de poursuivre but sérieux. **342549**

CROYEZ-Y! Homme du début 50aine, 5'9'', 190 lb, chev poivre et sel, yx verts, n-fum, simple, a emploi, aime nature, spectacles d'humour et bord de l'eau, espère rencontrer copine 47-57 ans, autonome. **326107**

QUOI DE MIEUX QUE DE SE DIVERTIR? Homme de 32 ans, espère découvrir F 30-45 ans, bien dans sa peau, avec qui faire activités et belles sorties. **340332**

RESPIREZ LA DÉLICATESSE, homme de 46 ans, 5'8'', 135 lb, chev bruns, yx pers, a fille (9 ans), recherche jolie petite F 55 ans et moins, aimant la vie, campagne et tranquillité, pour amitié et plus. **707498**

SYLVAIN A PLEIN DE PROJETS! Près de Granby, 35 ans, 5'9", 170 lb, en forme, sociable, a bon emploi, aime prendre un verre, espère gentille F 25-35 ans, intelligente, sociable et aimant activités extérieures. **341630**

IL A UNE RICHESSE INESTIMABLE, 30 ans, 5'8'', de poids prop, chev brun foncé courts, yx pers, franc, fidèle, positif, travailleur autonome dans milieu artistique, a bonnes valeurs, désire F, féminine et sympa. **340793**

YEUX CHANGEANTS SELON L'HUMEUR, Carl de Cowansville, 40 ans, 5'11", 220 lb, beau, tatoué, fonceur et perspicace, désire F 35-45 ans, déterminée et aimant prendre du temps avec son amoureux, pour but sérieux. **340526**

PASSIONNANT VOULANT RENCONTRER DES GENS INTÉRESSANTS, Granby, 48 ans, 5'7'', 150 lb, châtain aux yx bleus, souhaite contacter F 40-48 ans, ayant affinités, pour discussions, amitié et amour. **335271**

RIRE ET CONTER DES HISTOIRES, retraité de 68 ans, 5'7'', yx bleus, n-fum, propre, bon vivant, aime voyages en voiture, souhaite découvrir dame 60-72 ans, un peu grassette, n-fum, propre et aimant vie à deux. **341428**

PIERRE NE DIT PAS NON À UNE BOUTEILLE DE VIN, professionnel de Granby, 48 ans, 5'6", 170 lb, cool, polyvalent et tranquille, sait être sérieux quand c'est le temps, recherche compagne. **340660**

ENSEMBLE, S'EXTÉRIORISER... Dominic de Granby, 32 ans, cherche à contacter demoiselle, voulant bien dialoguer, afin de se dire les vraies choses. **341273**

UN SOURIRE DIT TOUT, Granbyen du début 60aine, 5'9", 160 lb, chev foncés, yx verts, aime danse, ciné et soupers en tête-à-tête, convoite dame, bien dans sa peau, avec qui développer relation sérieuse. **340292**

STEVE N'EST PAS PARFAIT MAIS... Granbyen de 38 ans, 5'10", 145 lb, intéressé à contacter jeune dame, pas compliquée et douce tout comme lui. **339272**

L'AMOUR À LONG TERME AVEC CE PAPA, 38 ans, 5'7'', 160 lb, fumeur, doux, affectueux et fidèle, a 3 enfants (5-9-15 ans), aime vélo, soupers romantiques, cherche bonne copine 30-40 ans, de St-Hyacinthe ou Granby. **341433**

IL COMMENCE À PROFITER DE SA RETRAITE, entre Granby et Farnham, autonome, aime ciné, resto, vélo et pêche, recherche jeune dame 50-55 ans, aussi autonome et ayant belles valeurs. **340782**

UNE FILLE PLEINE DE VIE POUR MARC, beau costaud de Granby, 30 ans, 5'11'', 190 lb, chev noirs, yx pers, espère rencontrer belle demoiselle, propre et aimant sexe sous toutes ses formes. **258009**

QUI NE TENTE RIEN N'A RIEN, homme de 35 ans, chev et yx bruns, bien dans sa peau, a enfant (4 ans) et maison, souhaite F, n-fum, aimant rire, pour vivre dans la joie. **337555**

SI DIEU LE VEUT... Granbyen de 30 ans, 5'9", 150 lb, chev noirs, yx bruns, cherche à contacter demoiselle, avec qui vivre aventure. **340304**

CHARMANT JEUNE HOMME, DIREZ-VOUS! 28 ans, 6', 190 lb, s'entraîne, a beaucoup d'endurance, espère F, ayant expérience, pour que vous deveniez son professeur. **340112**

PIERRE, CHARMANT COMME UN PRINCE! Vendeur autonome de Granby, 28 ans, 6', 185 lb, chev courts, yx bleus, tatoué, s'entraîne, souhaite F, pour sorties intimes. **340534**

UNE RENCONTRE POURRAIT TOUT CHANGER! beau Granbyen de 55 ans, 5'9'', 175 lb, doux, respectueux, passionné, a emploi et passé réglé, aime dialogue, désire F, 5'4" et plus, poids moyen, pour devenir complices. **340092**

P'TITE FAMILLE EN FORME! Homme de 37 ans, 5'11'', 165 lb, a enfants (11-13 ans), aimerait bonne compagne, célibataire et voulant aussi passer bon temps. **342314**

ROBERT VOUDRAIT PASSER LE RESTE DE SA VIE AVEC VOUS, 66 ans, indépendant, honnête, sensible et sensuel, espère découvrir F, semblable, pour s'accepter mutuellement et faire belle vie ensemble. **341430**

NE PERDEZ SURTOUT PAS VOS LIVRES EN TROP! Granbyen de 50 ans, grand, mince, chev foncés courts, yx bleus, sensuel, veut F, grassette, avec poitrine DDD et plus, mature, sensuelle, pour intenses plaisirs intimes. **296668**

AVEC LUI, IL FAUT QUE ÇA BOUGE! 30 ans, 5'9", 165 lb, n-fum, athlétique, a fille (3 ans) et emploi, aime course, cocooning, tête-à-tête et ciné-parc, recherche F 25-35 ans, n-fum, aussi sportive et active. **341368**

SI VOUS SAVEZ AVOIR DU PLAISIR, homme de Granby, 35 ans, 6', 200 lb, athlétique, engagé, cherche à rencontrer maîtresse, de belle app. **713668**

TEMPORAIREMENT... Michel, beau professionnel de 50 ans, travaille à temps plein, espère bien contacter F, avec qui vivre diverses expériences. **342127**

SEXY LATINO DE GRANBY! 30 ans, 5'8'', 160 lb, chev noirs, espère contacter demoiselle, fatiguée de la routine, pour aventure discrète. **340562**

KABOUM LA SOLITUDE! Monsieur de 58 ans, 5'5", 160 lb, beau, fidèle, veut dame, de poids prop, n-fum, simple et sympa, pour partage et échanges en toute complicité. **324694**

ON POURRAIT DEVENIR AMIS! Homme d'Ange-Gardien, 37 ans, 5'11'', 210 lb, chev châtains, yx bleus, ouvert d'esprit, aimerait contacter copine, pour conversations téléphoniques et peut-être rencontres. **339934**

BÂTIR UNE SOLIDE RELATION, homme de 42 ans, 5'8'', 160 lb, cherche à connaître jeune dame 25-50 ans, pour partager amitié, resto, sorties et bon temps. **340538**

STÉPHANE VEUT QUELQUE CHOSE DE PRÉCIS, Roxton Falls, 40 ans, chev à mi-dos, cherche à rencontrer F du même âge, avec qui vivre belle aventure. **342597**

DISTINGUÉ AIMANT DIALOGUER, Granby, 63 ans, 5'8'', 170 lb, chev et yx bruns, n-fum, app jeune, sympa et affectueux, convoite belle F 54 ans et plus, de poids santé, féminine et souriante, pour amitié et amour. **342578**

AVOIR LE GOÛT D'OSER... Alex, beau gars de 24 ans, 5'10", chev et yx bruns, musclé, bien membré, sexy, soigné et ouvert, s'entraîne, recherche demoiselle, pour partager chauds moments. **169944**

SI LE BONHEUR COGNE À TA PORTE! Doux monsieur de 6'2", 170 lb, actif, émotif, a bonne éducation et humour, désire F 60-70 ans, de Granby, 5'5" et plus, 140-160 lb, souriante, aimant spectacles et voyages. **339804**

IL SE DÉBROUILLE TRÈS BIEN, Granby, 48 ans, 5'7'', 125 lb, s'entraîne 2-3 fois semaine, handicapé visuel, aime course automobile, convoite F 48 ans et moins, 5'7'' et moins, de poids prop. **337432**

RENCONTRE ÉVENTUELLE, homme de la Montérégie, 40aine avancée, 5'11'', 180 lb, convoite copine 26-36 ans, libre, pour échanger messages et être bons amis. **338641**

HOMME CHERCHE HOMME

ÉCHANGE DE FELLATIONS ET DE TENDRESSE, beau Granbyen de 51 ans, n-fum, propre, cherche à contacter H, du coin, n-fum et aussi propre, pour bonnes rencontres sexuelles. **328295**

J'AIME LE SEXE À TOUS LES JOURS! Granbyen de 59 ans, 5'7'', 160 lb, aime discrétion, souhaite rencontrer jeune H, n-circoncis et ayant goûts similaires. **342637**

ENTRER EN LUI ET IL ENTRERA EN VOUS... 60 ans, 5'9", 140 lb, chev et yx bruns, moustachu, propre et ouvert à tout, recherche beau mâle, pour rencontres occasionnelles ou stables de jour. **341626**

BEAU P'TIT COUPLE SÉRIEUX! Deux hommes, l'un; 35 ans, 5'10", 170 lb, l'autre; 22 ans, 110 lb, cherche H 35 ans et moins, seul ou en couple, sérieux, pour bons trips de sexe occasionnels, à deux ou à plusieurs. **327770**

TOUT À FAIT OUVERT À DE NOUVELLES IDÉES, Granby, 55 ans, 5'7'', 190 lb, avec petite bedaine, aime animaux, convoite jeune H 30 ans et moins, pour s'initier à l'amour entre hommes. **309541**

VOUS FAIRE TOUTE UNE FELLATION... Jeune homme du début 30aine, cherche mâle, membré de 9'' et plus, respectueux, avec qui réaliser fantasmes. **706325**

GILLES N'A PAS DE BEDAINE, Cowansville, 5'6'', 130 lb, yx bleus, porte petite moustache, membre rasé de 6'', recherche H 32-62 ans, de petite taille comme lui. **339810**

POUR BEAU GRAND BI! Granbyen de 51 ans, 5'7'', 145 lb, chauve, yx bleus, n-fum, veut H, de Granby, 5'7'' et plus, poids prop, n-fum, marié ou célibataire, pouvant recevoir, pour intimité régulière. **280992**

BISEXUEL À LA BELLE PERSONNALITÉ, Farnham, 55 ans, 5'7'', 150 lb, n-fum, convoite H 45-55 ans, taille et poids prop, n-fum, propre, célibataire ou engagé, pour rencontres régulières. **338810**

PARTICIPEZ À LA DEUXIÈME EXPÉRIENCE DE DANIEL... Granby, 30 ans, chev brun-noir, peut recevoir, aimerait rencontrer H, pouvant s'occuper de lui. **335741**

ON EST PAS LÀ POUR PLEURER! Pierre de Cowansville, 51 ans, 6'2", bien membré, espère contacter autre mâle, avec qui pouvoir s'amuser. **337613**

DES BONS MOMENTS OCCASIONNELS... Granbyen du début 50aine, de poids santé, en forme et cochon, aimerait bien avoir la chance de rencontrer autre H 40 ans et plus, pouvant le recevoir. **711248**

EN ATTENTE DE VOS BELLES FESSES BOMBÉES, mec dans 50aine, 5'6'', 180 lb, costaud, masculin, recherche H 40-60 ans, aussi costaud et ayant léger surpoids, pour rencontres diurnes occasionnelles. **342466**

FEMME CHERCHE FEMME

MANGER ET... PLUS? Bisexuelle de Granby, 44 ans, cherche à rencontrer jeune dame, aussi bisexuelle, avec qui se lier d'amitié et peut-être plus. **338035**

ATTENDRE DE VOIR CE QUE L'AVENIR RÉSERVE, femme de 54 ans, propre, calme, aimable et sensible, fait de bons massages, cherche à rencontrer F, pour prendre le temps de se connaître. **338558**

COUPLES

LE PLAISIR QU'IL N'A PAS ENCORE EU! 28 ans, 5'10", 150 lb, chev châtains, yx bleu-vert, recherche mâle, domoiselle ou couple 45 ans et moins, pour partage d'intimité. **341910**

BEAU BRONZÉ, Granbyen bisexuel de 58 ans, 5'5", 145 lb, chev et yx bruns, bien membré, propre, doux, discret, peut recevoir en soirée, veut rencontrer H ou couple HF, n-obèse, peu poilu et bien membré. **337371**

LE NOMBRE DE PRINTEMPS N'IMPORTE PAS, homme de 50 ans, 5'6'', 155 lb, chev noirs, yx bleus, joli et respectueux, veut jeune dame ou couple HF. **197327**

SE FAIRE DU BIEN, OUI, MAIS DANS LE RESPECT! Beau mec du début 40aine, propre, veut joli couple ou demoiselle, afin de passer bon temps en toute discrétion. **293036**

FANTASMES ET EXPÉRIENCES À L'HORIZON... Bisexuel de 46 ans, 5'8", 130 lb, chev bruns, yx pers, recherche joli petit couple HH ou FF 65 ans et moins, gai ou bi, pour bonne relation d'amitié et plus. **707497**

PARTIR EN EXPLORATION! Couple dans mi 30aine, elle; 5'8", 112 lb, chev châtain-roux, yx pers, lui; 5'10", 150 lb, beau, veut rencontrer couple HF, unique et simple, pour nouvelles aventures ou bonne amitié. **339607**

L'UN DE CES MEMBRES VOUS INTÉRESSE? PARLEZ-LUI OU LAISSEZ-LUI UN MESSAGE AU 1-900-789-8032* POUR TÉLÉPHONE MOBILE COMPOSEZ LE #7979*

450 375-VENDU - Du lundi au vendredi de 8 h 30 à 16 h 30*

Petites annonces

> 450 375-8888 > 450 375-VENDU

Télécopieur : 450 375-2195 Courriel : classees@lavoixdelest.qc.ca

** Avant 16 h pour parution le lendemain*
** Le vendredi avant 16 h pour parution dans Le Plus ou pour LE SPÉCIAL TRIO MÉDIA*

CVENDU.ca
Le site des petites annonces de La Voix de l'Est

VISA MasterCard Interac

PRENEZ NOTE QUE:

Nos annonceurs sont priés de vérifier la première parution de leurs annonces.

Notre journal se rend responsable d'une seule insertion erronée.

Toute erreur ou annulation dans les éditions du MARDI au SAMEDI doit être soulignée AVANT 16h pour être corrigée ou annulée le lendemain.

Toute erreur ou annulation dans Le Plus ou pour le SPÉCIAL TRIO MÉDIA doit être soulignée avant le VENDREDI, 16h pour être corrigée ou annulée. 386139V

1802
Logements d'immeubles vendus depuis 2000

Yves Forand
Courtier immobilier
Cell.: 450 375-1621
Bur.: 450 378-4120
RE/MAX Professionnel inc. Agence immobilière
2929790

Pour vendre... Pour acheter...
en toute Tranquilli-T
Courtier immobilier agréé Claude Lyne Roy/McCraw Courtier immobilier
450 378-4120
RE/MAX Professionnel inc. Agence immobilière
2589812

Je vous offre le meilleur des 2 mondes à partir de **2%**

Vendons ensemble
Programme VisibiliT GRATUIT

Clermont Bélanger
Courtier immobilier
clermont.belanger@videotron.ca
450 776-4170
Proprio Direct
274284

Quand l'acheteur choisit d'acheter direct. Rétribution minimale de 2 000$. Taxes applicables en sus.

Plus qu'un conseiller... ...un ami
Yves Paquette
Courtier immobilier
BUR.: 450 378-4120
CELL.: 450 775-9940
Estimation gratuite
Un seul appel suffit
Visitez mes propriétés ! yvespaquette.com
RE/MAX Professionnel inc. Agence immobilière
2784655

107 CONDOS À VENDRE

CONDOS QUATUORS URBAINS
385 rue Cabana, Granby
CONDOS NEUFS DE PRESTIGE
VISITE LIBRE LE DIMANCHE 13 À 16H
Aussi disponible sur rendez-vous
Ascenseurs - Garages intérieurs -
Phase I complété à 100%,
Phase II vendu à 50%.
450-378-3875, (ext. 26)

Les Jardins Elgin
CONDOS 2 ou 3 chambres
Secteur haute-ville
Comme neuf - Clé en main
À partir de 130 000 $ (taxes incluses)
VISITE en tout temps sur APPEL
17-25, rue Elgin, Granby
450 405-6344
450 350-0335
Vente effectuée par le propriétaire
2993463

AVIS La Voix de l'Est se réserve le droit de refuser l'insertion de toute annonce contraire aux normes et traditions établies dans notre société.

• Résidentiel • Commercial
• Terrain • Immeuble à revenu
POUR DES RÉSULTATS...
BERNARD EST LÀ !
ROYAL LEPAGE Avantage AGENCE IMMOBILIÈRE
Cell.: 450 521.7211
Bernardrousselle.ca
3007830

109 CHALETS À VENDRE

CHALET À VENDRE
PRÈS DU LAC ROXTON
avec terrain d'une superficie de 5,487 pi. ca.
Situé au: 731, 3e rue, Roxton-Pond.
AUBAINE Inf: Daniel Touchette 450-770-1088.

113 TERRAINS À VENDRE

CLÉS EN MAIN, plain-pied tout brique, 13 pièces, 4 c.c., 2 s. de bains, rénové, entrée indépendante pour commerce. 176, rue Court à Granby. 194,000$. 450-558-3220

Cottage neuf 26x26, terrain 100,000 pi.ca., 215,000$ tx incl. À St-Joachin de Shefford
Pierre Couture ☎ 450-531-9463

MAISON À VENDRE avec garage, entrée en asphalte, au Camping Tropicana (avec papiers en règle). Cause de maladie. ☎ 450-776-6584

SUPERBE maison à ROXTON POND, avec spa, piscine, garage double 2 étages. Beau quartier, sans voisin à l'arrière, toiture neuve 2012, 285,000$. 450-405-4033; 450-577-1194.

107 CONDOS À VENDRE

5½ CONDO RÉNOVÉ, secteur du Lac Boivin, près de tous les services. A/C, laveuse et séch. inclus. 175,000$. Libre imm. ☎ 418-617-9104

CONDOS NEUFS, 3½, 2 stat. 97,000$ tx incl.
3½ très grand, 2 stat., 115,000$ tx incl.
4½ de 1,164 pi.ca., 135,000$ tx incl.
292 ET 308 SIMONDS SUD.
Pierre Couture ☎ 450-531-9463

PRIX RÉVISÉ 189,900$ CONDO DE LUXE Inson. + asc. 570 Montée des Seigneurs #303, Granby. Départ en résidence. 450-372-6207
Une visite vaut le déplacement !

113 TERRAINS À VENDRE

F 32 67 700 $ + tx
R.B.Q.: 8344-0941-28

Autoconstructeurs
Nous avons la structure qui vous convient!
Selon vos plans

39 750 $ + tx
N 31

Maisons DUNFAB inc. 35 ans
STRUCTURES PRÉUSINÉES
GROUPE SELECT Novoclimat
www.dunfab.com 450 372-0008
3001529

151 APPARTEMENTS À LOUER EN RÉGION

ST-CÉSAIRE, 2½, chauffé, meublé, éclairé. 1010 rue Vimy, libre imm., 435$/mois. 450-816-0732.

152 APPARTEMENTS À LOUER À GRANBY

2½ semi-meublé, 410$/mois, chauffé, eau ch., rue Boivin coin Centre, PRÈS CENTRE-VILLE. Bonnes réf. Libre. ☎ 450-372-4009.

2½ SEMI-MEUBLÉ, éclairé, chauffé, câble. Libre imm., 375$/mois. Info: 450-378-2872

2½ SEMI-MEUBLÉ, près rue Principale et Cégep, tranq., bien éclairé, 360$ /mois, libre imm. 450-372-4825, 450-776-4825

2½, endroit tranquille, meublé, chauffé, demi sous-sol. 145 St-Hubert # 17. M. Ducharme: 450-375-7735.

✔ 2½, meublé, chauffé, éclairé, 2e étage, 390$, libre. ✔ Chambre meublée, chauffée, éclairée, 285$/mois. Personnes 40 ans et +. Avec références. Info : 450-375-9867

3½, centre-ville, semi-meublé, chauffé, éclairé, au 1er étage, libre imm., 480$/mois. 450-372-7565.

Gr. 2½ ch. fermée avec/sans bail. Meublé, tr. propre, aucun tapis, s. de bain toute rénovée. Dans 7 logis très paisible. Pour pers. responsables, élect. (env 40$/ms). Lav-séch. disp. sect. lac Boivin. 450-375-6463, 450-775-6465

PROPRETÉ GARANTIE
1½, 2½, 3½; PRIX COMPÉTITIFS
450-378-4121

153 LOGIS À LOUER EN RÉGION

3½, 4½ situés centre-ville de COWANSVILLE. Ascenseur, intercom, garage, pour semi-retraités ou retraités, pas d'animaux, bonnes références. Info: 450-775-5505 ou 450-266-8156

A WATERLOO, 103-A Lewis, beau grand 3½ pas d'animaux; et références demandées. 475$/mois. 450-372-7684

À BROMONT, grand 4½ style condo, avec stat., coin tranquille, près des pentes de ski, 595$ / mois. Demandez Elisa: 514-325-6776

BROMONT 3½ et 4½ MODERNES
Sur un beau site, près des services, vue montagne, piscine. Pl. flottants et céram. À partir de 475$, libres imm. 450-777-8911, 450-777-8986

153 LOGIS À LOUER EN RÉGION

BROMONT
Grand 4½ à proximité de la montagne, terrain de golf et centres commerciaux. Incluant balcon, esp. de rangement, asp. central, stat. Pas de chien. Libre août et sept. 450-521-7632

153 LOGIS À LOUER EN RÉGION

BROMONT, 4½, meublé, tout inclus, électricité, clé en main. non fumeur, 55 ans et plus, 650$/mois, 1er nov. au 30 avril. 514-699-1608.

BROMONT, BEAUX 3½-4½. À partir de 400$/mois. Entièrement rénovés, prêts à vous accueillir. Service de conciergerie 24h. Personnel très accueillant. Passe de golf gratuite à la signature d'un bail.
Mme Croisetière 450-534-2263

COWANSVILLE, 4½ rénové, au 110 Daigle, libre 1 oct., au 2e étage. Références exigées. 450-263-8347

COWANSVILLE, rue Sud, grand 4½, 3e étage, très ensoleillé, pl. céram. et flottant, bain tourbillon, entrée lav./séch., bcp de rangement, libre 1er juillet. Réf. exigées et enquête de crédit. 543$/mois, pas d'animaux, non chauffé, non éclairé. Inf.: 450-994-3210, 450-260-5189

MAISON DE CAMPAGNE avec garages, à Roxton Pond, libre immédiatement. 600$/mois. 450-372-5373.

ROXTON-POND: 2 X BEAUX 3½, ent. rénovés donnant sur grand terrain. 400$/mois. Libres imm. Info: 450-372-6121

SUPERBE 4½ style condo, moderne, 1130 p.c., plancher béton, bien inson., grande fenestration, magnifique s. bains avec bain auto-portant et douche en coin, cuisine tendance. Thermopompe, éch. d'air, intercom, cabanon, nouvelle constr. à Cowansville. Enquête de crédit, 765$. Pas d'animaux. R.-v. 514-968-3469

154 LOGIS À LOUER À GRANBY

- 3½ - 4½ - 5½
Différents styles à différents prix, vaste choix
Plusieurs secteurs disponibles à Granby
Libres immédiatement, septembre, octobre.
450-777-1323

#1 Impeccable! Grands 4½ + 3½
Style condo. Comptoir lunch. Tranquillité et sécurité. Planchers neufs en flottant.
Idéal pour retraités et personnes seules.
Localisation de choix à proximité de tout.
275 Simonds S. & 51 Pinard. 450-956-1018

150 Bourgeois, 3½ semi-meublé à 395$/mois et 4½ non-meublé à 475$/mois dans demi sous-sol, pl. flott., syst. intercom, eau chaude incluse, très propre, libre imm. Références requises. 450-360-0864 ou 450-521-2777.

154 LOGIS À LOUER À GRANBY

155 BARR, **SECTEUR LAC BOIVIN**
4½ rénové, eau ch. incluse, disponible octobre.
Inf.: 450-204-0398

157 DRUMMOND, 3½, 4½;
243 Denison O, 4½, 5½;
244 Denison O, 3½, 4½, 5½, eau ch., chauffé;
39 Mountain, 3½ meublé, chauffé, éclairé;
476 Denison, 2½, 3½, 4½, 5½.
TOUS LES LOGIS: PAS D'ANIMAUX.
Enquête de crédit
Visite sur rendez-vous: 450-372-6150

188 Principale, gr. 3½-4½ centre-ville, inst. lav. séch., rénové, pl. flott. Pas d'animaux. Imm. 425-450. 819-847-2241, 450-779-8017

1er choix, rue Massé, 4½ 2e éta., 520$/525$. 4½ rue Pinard 3e éta., à 527$. Pas de chien. n-fum.,Réf. exigées. Info & web. 450-775-0507

1er sept./oct./nov., beau GRAND 4½, pl. flott./céram., entrée lav.-séch./lav.-vaiss., 525$ stat. inclus. ☎ 450-204-0291, 450-777-0293.

262-268 Cyr, parc industr. / piste cyclable
Imm.: 4½-5½ au 3e étage, intercom, 2 stat., foyer comb. lente, 535-645/mois, Chien interdit. Enquête crédit. ☎ 450-361-0350

3½ au 163-167 boul. Fortin, demi s.-sol, semi-meublés, buanderie gratuite, rénové, repeint, 410$, libre. Pas d'animaux. Aussi 5½, 595$, avec balcon et remise. Et 4½ à 495$/mois.
Luc, 450-346-8555; Yannick, 450-358-9068

3½ à 420$, 4½ à 530$ et 5½ à 575$
Situés BOUL. FORTIN. Libres imm.
Pierre 514-262-6124 ou Alain 450-357-0955

3½ et 4½ libres 1er sept., 1er oct. et 1er nov. pl. flottant, inst. bal. centrale, rangement. Possibilité semi-meublé. Personnes tranquilles seulement. Pas de chien. Enquête de crédit.
326 Massé. 450-372-2944 ou 450-525-2944

3½ haut d'un dépanneur (duplex), près de tous les services, entrée privée, et entrée lav.-séch., libre imm. Stat. 450-574-3530

3½ libre imm., semi-meublé, service de buanderie dans l'immeuble. Idéal pour personne seule, 400$/mois. Robert, 514-909-0867

3½, 469 DENISON O, inst. lave-séch., locker int., balcon ext., vue panoramique, 1er étage, libre imm. 450-266-0327.

3½, demi sous-sol, chauffé, éclairé. 4½, 1er ét., eau ch. fournie, s. bain rénovée, aucun tapis, endroit tranquille. 514-774-2533, 514-717-9211

✔ 3½, rue York, 425$/mois, libre imm.
450-460-3876

371 Ave du Parc, face à la piscine, grand 3½ de 920 pi.ca., au 2e étage, ascenseur, planchers bois et céramique, beaucoup de rangement. Réservé aux 50 ans +. M. Dion, 450-372-0239

4½ - 5½
500$ à 650$/mois
Céramique (porcelaine), planchers flottant et armoires chêne, tous repeints.
(Bienvenue aux enfants).
Inf.: 450-775-6051

✔ **4½** au 40A, rue City, 1er étage, verrière, 640$/mois, accès au sous-sol. ✔ **2½** au 30, rue Elgin, 345$/mois. Info: 450-360-0843

4½ CÂBLE FOURNI, 3e étage, toit cathédrale, imm., céramique & flottant, tranquille, pas de chien. 585$. 763 Bussière. 450-378-6203 .

4½ complètement rénové

351 MASSÉ, libre 1er octobre, asp. central, lockers int. et ext. Références et étude de crédit exigées, 520$/mois. Inf.: 450-375-0696

4½ DANS QUADRUPLEX, style condo, au 95 Godue.
Inf.: 450-337-1431 ou 514-817-6268.

4½ et 5½ au 3e étage, libres imm., au 110 Pinard. Bonnes références. 450-378-3173.

4½ et 5½, 88 PINARD, super propres repeints à neuf, tranquillité assurée, LIBRES. 5½: s. bain refaite et fenêtres changées. Inf.: 450-210-1788, soirs et fins semaine ou 450-777-3737 jours de semaine.

4½ immédiatement, 3e étage au 95 PINARD. Enquête de crédit, pas d'animaux. Endroit tranquille. Inf.: 450-991-1053

✔ 4½ libre imm., refait à neuf, immeuble très tranquille. 525$/mois. 514-909-0867

4½ LIBRE IMMÉDIATEMENT
AU 360 Simonds Sud, frais peint, pas d'animaux, 520$/mois. Inf.: 450-777-9663

4½ rénové DANS 6 LOGIS, fenêtres, pl. flott. et céram. neufs, frais peint, demi sous-sol, au 436 Reynolds. Enq. de crédit 450-378-1109.

154 LOGIS À LOUER À GRANBY

4½ rue St-Charles Sud, grand stat., locker, 510$/mois, libre immédiatement.
Inf. : 450-372-1543, 450-777-7709.

4½ SECTEUR LAC BOIVIN, constr. récente, très grandes pces, ascenseur, s. lavage, grande s. bain, A/C, échangeur d'air, remise ext., au 444 du Nénuphar. Libre 1er octobre. 715$/ms. Pas de chien. Enquête de crédit.
☎ 450-405-2171.

4½ style condo, 365 de Provence, const. 2011, Novoclimat, grand balcon couvert, 2 stat., s. lavage, asp. cent. Libre imm. ☎ 514-991-9409

4½ STYLE CONDO, A/C, éch. d'air, insonorisé, espace de rang. bain tourbillon, abri d'auto, stat. grande terrasse 735$/ms. 450-775-1268.

4½ style condo, RUE TRÉPANIER, constr. 3 ans, très spacieux, air climatisé, grand rang. au sous-sol, à partir de 785$/ms. 450-830-0246

4½, 1er déc., 2e étage, endroit tranquille, bien tenu, situé au 345 Langlois, sect. tennis St-Luc, 530$/ms. 450-375-3311

5½ AU 802 DE LA VOLIÈRE, (6 logis), très éclairé. Service de conciergerie. Libre 15 oct. 450-775-7373; 450-204-6239; 450-293-7373.

5½ PRÈS DES GALERIES ET RONA
2e et 3e étage. Immeuble rénové. Paroisse St-Luc, beaucoup d'espace vert. Grande fenestration, intercom, concierge sur place, tranquille, bonne clientèle. Pas de chien. Enquête de prélocation. 450-521-8052, 450-378-0366

5½ très grand, céram. et bois, grandes remises int. et ext., tranquille, propre, sécuritaire pour les enfants, 606 St-Jacques. 450-378-8976.

5½, au 75 Fatima, rénové, aucun tapis, bcp rangement, pas chien, 620$. Lave-vaiss. incl. ou autres. ☎ 450-578-4945, 450-260-5189

5½, bas d'un 4 logis, 2 balcons, rangement au sous-sol, fenestration récente, b. franc, cér., sect. tranquille, libre 1er oct., 575$/ms. Réf.ex. 450-991-2613 ou 450-776-4911

5½, sect. h-ville, 271 Dozois, 3 gr. chambres, pour adulte, gr. s. bains, 795$/ms. Aussi 5½ (2 ch.+ 1 bureau), foyer, puits de lumière, bain tourb., 775$/ms. 450-770-1263, 450-777-0244.

748 DEMERS, 2e étage, 4½, pl. céramique dans cuisine et bois flottant dans salon, repeint è neuf, 550$/mois. 450-372-0718

À VOIR! 38 Boul. Fortin, triplex. Beau grand 5½ éclairé, tranquille, très propre, 3 c.c., entrée lav., séch., 2 stat., cour, rangement 514-233-5224

BEAU GRAND 4½, style condo, 3e étage, ascenseur, intercom, A/C, foyer élec., stat., chien interdit, enq. crédit, libre 1er oct. 450-994-0850

CONDO 4½, à louer ou à vendre, 575$/mois, plancher béton, poss. de 2 stat. Libre imm. Jardins Denison. 450-521-5597, 450-994-3105

COOPÉRATIVE d'habitation LA VOLIÈRE
Un milieu de vie où les membres assument eux-mêmes l'entretien et la gestion de leurs immeubles. À LOUER 4½ à 468$/mois + part sociale. ☎ 450-777-3266 (BV).

GRAND 3½, 1er plancher, remise int., endroit paisible, au 124 Laurent, libre 1er janvier.
Non-fum. 450-378-7263, 450-531-4265

GRAND 4½ très propre, 2e étage avant, plancher en prélart et bois flottant, 525$/mois. 369 Massé. 450-776-2648.

GRAND 4½, 1er étage, 2 c.c., libre imm., frais peint, pl. flottant / prélart neuf, stat. ext., entrées lav.-séch., lave-vaiss., 565$/ms. 450-577-3983

Grand 4½, 560$, boul. Leclerc O., 2e + pièce lavage, près Galeries, libre imm., 2 balcons, remise. 450-522-2348

Grand 4½, BAIES DE LA RIVE, rénové, 1er étage, pl. de chêne et céramique, très tranquille, spa, piscine, gym, 645$. 450-994-2869.

GRAND 4½, NEUF, JAMAIS HABITÉ dans DUPLEX, A/C, près des Galeries, rue Lebrun. 750$, 1 MOIS GRATUIT. 450-577-1769

GRAND 4½, près des Galeries, rue Gilles-Vigneault, très propre, paisible, grand terrain, libre 1er novembre. 450-378-8976.

GRAND 4½, recevez "CASH" 1500$ pour une reprise de bail dans logement neuf, situé rue de Normandie. Quartier boisé. Enquête de crédit par le propriétaire. 820$/mois. 450-994-3736

GRAND 5½, au 3e, rue Mercier, 575$/mois libre imm., aucun tapis, aucun animal. Réf. exigées, rapport de crédit, 450-372-2442.

LOFT (1 ch.), sect. H-Ville, 314 Dozois, vraiment unique, b. franc, céramique, bain tourb. + douche. 620$. 450-770-1263, 450-777-0244.

154 LOGIS À LOUER À GRANBY

GRAND 5½, INSONORISÉ, 3e étage, eau chaude fournie, piscine, buanderie, aspirateur, (50$/mois Hydro), 1er chamber 11'x18', + 2 autres, grand perron 5'x20', vue sur parc, libre 1er nov. ou avant, 725$/mois. 450-991-3641.

GRANDS 4½, 2e étage, eau ch. fournie 610, Place de Touraine, endroit tranquille pas d'animaux. Libres imm. 565$/mois.
FAUT VISITER ! 450-375-3441.

IMMEUBLE LEMAY; 55 ANS ET PLUS

Premier choix secteur résidentiel, 4½, rue Lebrun, à 5 min. des Galeries, Frais peint, pl. bois et céramique, disp. 1er oct. 595$/mois.
450-375-7837, 450-375-6628.

LE CAPITOLE

L'immeuble de prestige
Vue panoramique exceptionnelle et bien plus...

- ✔ Insonorisation incomparable
- ✔ Salle de réception
- ✔ Piscine intérieure chauffée
- ✔ 2 saunas et salles d'eau
- ✔ Gymnase moderne très bien équipé
- ✔ Court de tennis éclairé
- ✔ Jeux de galets et pétanques
- ✔ Buanderie
- ✔ Ascenseurs
- ✔ Garages intérieurs
- ✔ Service de conciergerie
- ✔ Sécurité 24 heures

★ HÂTEZ-VOUS! ★
Seulement quelques logis disponibles
LUXUEUX LOGEMENTS DE 3½ - 5½
105, boul. Leclerc Est, Granby
450-375-3811 ou 450-372-6150

LOGEMENTS À LOUER

3½, 4½, 5½
Granby et Région
✔ Économique ✔ Qualité-prix
✔ Haut de gamme ✔ Quartier neuf
✔ Condo ✔ Sur 2 étages
✔ Tous les secteurs ✔ Tous les budgets
450-558-3024

PAS CHER, 5½, près des Galeries, libre 1er octobre, 557$/mois. Inf.: 450-574-4009

Pour retraité ou semi-retraité. Prés Parc Victoria, joli 3½ sur 2 niveaux, s. d'eau ds chambre, stat. 1 auto. 525$. 450-994-1125, 450-777-9238

SEPTEMBRE GRATUIT, refait a neuf, 41/2, libre, ideal pers. seule ou couple. Pl. flottant, stores inclus, 740 Demers, 515$ / mois
Tél.: 450-994-3273 ou 450-378-5088

Très grand 4½, style condo, secteur paisible, planchers flottant et céramique, bain et douche séparés, 2 stat., libre 1er oct. 450-522-5704

Un très grand 4½ disponible imm. (rare, très beau). Haut duplex, 1200 p.c. Faut voir! 750$. Près des Galeries. 450-577-1242.

157 MAISONS À LOUER EN RÉGION

A LOUER du 17 nov. 2012 au 27 mars 2013. Jumelé sur 1 étage, tout inclus, meublé, chauffé, Internet, tél. 900$/ms. 450-375-0622.

MAISON NEUVE À WATERLOO, 3 c.c., à louer à partir de 850$/ms. 514-928-3616

WATERLOO

UN SITE EXCEPTIONNEL
3 MAISONS DE VILLE neuves à 3 étages 3 c.c., salle de bain, salon, grande salle à dîner, foyer au gaz trois versants, cuisine, coin repas, salle d'eau, grand sous-sol.
Près de tous les services
Info: 450-467-1646 ou 450-536-2600

158 MAISONS À LOUER À GRANBY

MAISON À LOUER 394 avenue du Parc, avec sous-sol. 2 c.c., 1 s. bains, 2 balcons, bien éclairée, gr. fenêtres, pl. bois franc, 2 stat., réf. exigées. 885$/mois. Libre imm.
Info: 450-469-2374, 450-521-6961.

158 MAISONS À LOUER À GRANBY

PRÈS DE L'HÔPITAL maison en brique, 3 c.c., incluant garage, 850$/mois.
Libre 1er oct. Info: 450-776-3457.

SEMI-DÉTACHÉ 3 c.c., 2 s. bains, près lac Boivin, libre 1er nov., 920$/mois. Vue magnifique sur montagne St-Paul. ☎ Claude: 450-578-1117

159 MAISONS MOBILES MODULAIRES À LOUER

MAISON MOBILE à la campagne à ST-JOACHIM, pour retraités qui cherchent la tranquillité, chauffage au bois et électrique, 550$, libre imm. Info: 450-539-2248

SHEFFORD, 203, 2e Ave, AU PIED DE LA MONTAGNE, grand 5½, pour le prix d'un loyer, maison modulaire, sur grand terrain privé, libre imm. 650$/mois. 450-546-4282

160 CHAMBRES À LOUER

AGRÉABLE, CONFORTABLE, CALME
Tous les services; buanderie, câble, internet, stat., pour travailleur(euse), non fumeur, sobre, Haute-ville, 310$/mois, 450-776-1211.

CHAMBRE PRÈS CÉGEP GRANBY, endroit calme, chaleureux, stat., cuisine complète, lav.-séch., câble, Internet et produits de base inclus. Disp. imm., 101$/sem. Calme assuré. Non-fumeurs. Réf. demandées. Denis 450-777-3666

CHAMBRE PRIVÉE POUR HOMME, avec repas, câble, Internet, stat.
à partir de 100$ / semaine. 450-577-2230.

CHAMBRES meublées, câble, électros, Internet, stat., libres imm. Bienvenue aux dames et étudiant(e)s! 450-375-3251

GRANBY, À 2 PAS DE L'HÔPITAL

Grande chambre meublée, chauffée, câble, Wi-Fi, frigo, buanderie, stationnement. Caméra de surveillance. Pour gens de 25 ans et +. Concierge sur les lieux. Visite sur rendez-vous: 450-777-4559, 514-444-6146

TU TE CHERCHES UNE CHAMBRE dans un bel environnement calme, propre et chaleureux? On l'a! Super belle maison de chambres située près du CEGEP, du centre-ville et de tous les services. Literie, câble, internet sans fil, laveuse-sécheuse sur place.
100$ / semaine ou 400$ / mois.
Julie: 450-521-0013, Françoise: 450-405-7490

161 CHAMBRES ET PENSION

CHAMBRES ET PENSION dans résidence à St-Paul d'Abbotsford. **Promo: 2 premiers mois, gratuit (chambre),** à partir de 550$ + services. Info: 450-521-2399

NOUVELLE DIRECTION. À louer dans résidence de personnes âgées, repas et service inclus, câble fourni, près Lac Boivin. Prix compétitif. Rose-Anne, 450-777-3950 ;450-994-1880

164 BUREAUX À LOUER

BUREAUX / LOCAUX / ATELIERS

600 pi.ca. 1,200 pi.ca.: avec porte de garage, plusieurs stat., terrain clôturé. 450-372-8860

BUREAUX TRÈS BIEN SITUÉS
Coin St-Charles / St-Jacques, 1 de 260 pi.ca. libre imm. à 450$/mois et un de 1,014 pi.ca. libre imm. à 700$/mois. 450-372-6511.

166 LOCAUX À LOUER

LOCAL COMMERCIAL À LOUER +ou- 4000 pi.ca. + s-sol. Ou Bâtisse à vendre avec logements, service d'accommodation, buanderie, salon de coiffure, esthétique, photocopies, dépanneur, service d'éducation, garderie, couture, musique/danse, activités professionnelles ou administratives, et service relié au domaine de la santé. Au 419 Notre-Dame, coin Albert.
450-531-7772

LOCAL COMMERCIAL INDUSTRIEL
rue St-Charles, idéal pour PME 1000 à 10,000 pi.ca., à partir de 3$/pi.ca. 450-375-7175

LOCAUX À LOUER PLAZA GRANBY.
500 à 4,000 pi. ca. Secteur achalandé.
Info: 450-330-0993

167 ENTREPOTS GARAGES À LOUER

À WATERLOO, MINI ENTREPÔT MATEXCEL dimensions : 6x8, 10x10 ou 10x15.
Et entreposage extérieur. Info : 450-521-3257

167 ENTREPOTS GARAGES À LOUER

ENTREPOSAGE FARNHAM. Auto: 50$, moto : 25$, bateau : à partir de 70$ ou local individuel 8x 10 : 69$, 10x15 : 100$, 10x20 : 120$, 14x20 : 140$, 15x25 : 169$, 30x40 : 500$.
450-521-5521 www.entreposagefarnham.com

★ GARAGE À LOUER à Granby, chauffé, sécuritaire, pour motos seulement, libre 1er nov.
Inf.: 450-378-5017 ou 450-777-9570.

GARAGE COMMERCIAL de 2000 pi. ca. avec 2 portes de 14 x14 pi. + espace de bureau d'environ 180 pi ca., le tout libre immédiatement. 1150$/mois, poss. de s'afficher sur la 139 et à deux pas de l'aut. 10.
Info : 450-375-7368.

205 SERVICES FINANCIERS

" CONSOLIDEZ VOS DETTES " en 1 paiement / mois selon votre budget.
Pour carte de crédit, Hydro, impôt, agences de recouvrement, saisies, etc.
Groupe GPC. 7j/7, 8h à 19 h.
Sans frais 1-877-441-2330

256 VENTES DE GARAGE À GRANBY

430 rue ST-DENIS (à l'arrière de l'école St-Eugène), très beaux articles pour toute la famille. Plusieurs familles. Beau temps, mauvais temps.

257 DEMANDE À ACHETER

NOUVELLE *annonce* ✔

ACHETONS MANTEAUX FOURRURE USAGÉS. Vison, loup, lynx. Payons 100$ à 500$ comptant. 1-888-845-8586, laissez message.

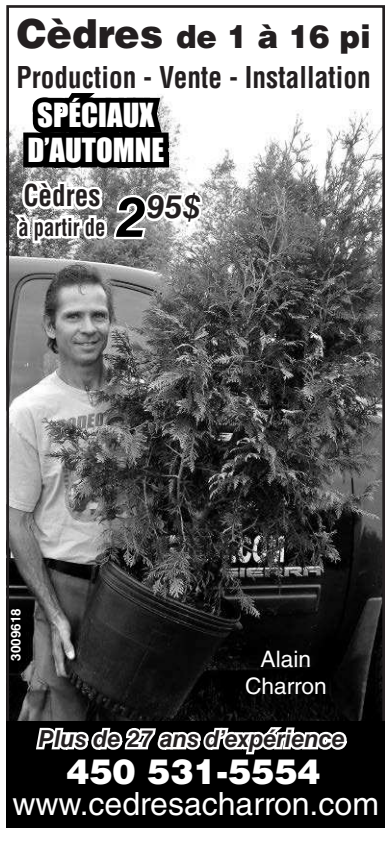
ACHÈTERAIS ANTIQUITÉS :
meubles, vaisselle, armoires en pin; peintures, courtepointes, sculptures marbre et bois; bronzes; Juke Box; machines à Coke; Lithographie Louis Icart, etc. 450-295-1190, 450-295-1490

260 CHASSE ET PÊCHE

2 ARCS À POULIE, 150$ chacune.
514-699-1608

301 DIVERS ARTICLES

AU SURPLUS D'ARMÉE: Cadets de l'armée, venez nous voir et participer au tirage d'un parka. Spécial sur kit de combat. Vêtements, bottes, couvertures de laine, sacs à dos, caisses, imperméables militaires et travail. Pupitres d'écolier, bureaux, classeurs, chaises d'ordi et bois, écrans, casiers à linge, étagères métalliques, lits capitaines et mobiliers de chambre.
3615 Principale, Dunham. 450-295-2766



301 DIVERS ARTICLES

CABANONS (REMISES À JARDIN), 10x12, 1,699$; 10x16, 1,949$; 12x16, 2,199$; 15x20, 3,099$; 15x30, 4,599$; 20x30, 5,899$. Autres grandeurs disponibles, livraison, installation gratuite. R. B. Q. 8213-9338-04. 450-632-0007

CAUSE: maison vendue. Certains meubles, mob. ch. à c. (lit queen), outils, acc. ménagers, télé, syst. de son. 450-378-4017

CÈDRES À HAIES CULTIVÉS
Cèdres cultivés, très fournis de 3 à 5 pi.
1 plant aux 30 pouces. Bon rapport qualité/prix. Possibilité de livraison.
Info: 450-531-1268 ou 450-531-1775

CÈDRES
VENTE - PLANTATION - TAILLE
Jacques Poutré au 450-375-0622

301 DIVERS ARTICLES

ÉLÉVATEUR À BATEAU "Quai de l'Estrie". Capacité de 1,000 lb, utilisation 3 étés, déjà monté, 650$. Toile neuve vert forêt pour abri d'auto 20x11, jointures soudées, très épaisse, à l'épreuve de l'eau. 250$. Info: 450-375-3766

LE DR DU MATELAS
VISITEZ LE WWW. DRDUMATELAS.COM
☎ 450-776-1048
103-1 Bouchard (angle Boivin), Granby

PNEUS D'HIVER Michelin Alpin Altitude avec jantes + T.P.M.S. 235/65R17, seulement 1,000 km d'usure. 500$. Info: 450-521-6654

POÊLE, 75$; laveuse, 125$; sécheuses, 50$ et 75$; réfrigérateur blanc, 150$; Réfrigérateur 3 portes, 200$; lave-vaisselle portatif,125$; congélateur debout, 125$, et meubles assortis. Denis, 450-991-2060 et 450-777-8564

301 DIVERS ARTICLES

FESTIVAL DES RÉCOLTES
TOMATES: rouge, verte, italienne 5$ la bte
PIMENTS: 5 $ LA BOÎTE
OIGNONS: 2 $ SAC 10 LB et plus
POMMES à cuisson, 3$ sac 10 lb
Fraises - Melons - Cerises de terre et plus
À CUEILLIR
TOMATES - POMMES - CITROUILLES

LE MARAÎCHER ANDRÉ CÔTÉ
2150, rang Papineau, St-Paul d'Abbotsford
450-379-5277
LES JARDINS ABBOTSFORD D.C.
2355 Principale Est, (près du garage Honda)
Route 112, St-Paul d'Abbotsford
450-379-9744

ANNONCEZ votre
VENTE de GARAGE
(rubrique 255-256)
La Voix de l'Est
450 375-8888

WEEK-END et du 15-16 SEPTEMBRE
NOUS VOUS REMETTRONS
10$ DE RABAIS
échangeable à la CANTINE CHEZ BEN
Valide les 15 et 16 septembre 2012 SEULEMENT
AUCUN REMBOURSEMENT DISPONIBLE AVEC CETTE PROMOTION

Conditions:1 coupon-rabais par commande. Ne peut être jumelé avec aucune autre promotion. Non monnayable
De plus courez la chance de GAGNER un ensemble bistro pour 2 personnes

2886000

301 DIVERS ARTICLES

RECYCLAGE MÉTAUX DENIS
Attention! Je vous débarrasse de vos électroménagers, réservoir à eau chaude, piscine, fils électriques, autos, batteries et tout genre de métaux que vous ne voulez plus. 7 jours / 7.
Vente de MEUBLES et d'électroménagers.
Denis: 450-991-2060, cell: 450-777-8564

RÉFRIGÉRATEURS, poêles, laveuses, sécheuses, congélateurs. Avec bonne garantie. Aussi meubles usagés et antiques.
Entreprise J. Pontbriand, 450-372-2450

TOIT: votre toit en bardeaux d'asphalte est à refaire? Appelez les meilleurs! Travail honnête/consciencieux, fait en famille. R.B.Q. 8293-1155-04 + assurance. **COUVREURS DE PÈRE EN FILS INC.** 450-539-3919, 450-779-2852

302 MEUBLES ÉLECTROMÉNAGERS

ACHAT - VENTE - RÉPARATION
RÉFRIGÉRATEURS, CONGÉLATEURS, LAVEUSES ET SÉCHEUSES, CUISINIÈRES.
GARANTIS 3 MOIS
SPÉCIAL: FRIGO & CUISINIÈRE: 375$
SPÉCIAL: LAV. & SÉCH.: 275$
450-360-9550 ou 450-777-7565

Réfrigérateur et poêle, 4 ans d'usure. Pompe à piscine. 450-375-0622

303 ANIMAUX

4 très beaux et dociles CHEVAUX DE SELLE
Prix : de 1,200$ à 1,400$
Info : 450-777-4511

305 INFORMATIQUE

A1-ORDINATEURS NEUFS OU USAGÉS
Vente pièces, mise à niveau, réparation
kit formatage à partir de 55$
Démarrage de votre portable neuf
24 années d'expérience. 7 jours, 7 h à 22 h
15$/h. ☎ Pierre 450-776- 3463

312 VÊTEMENTS

FRIPERIE ÉCONOMIQUE FAMILIALE
350 St-Jacques, Plaza Granby
GRANDE VENTE FIN DE SAISON
50% sur tous les vêtements
Du 7 au 15 septembre 2012

314 INSTRUMENTS DE MUSIQUE

2 GUITARES BASSES Épiphone Viola, clés neuves Gotoh, et une GI0 pour débutant. Ampli Traynor 200 watts, scène et studio. Ampli Ibanez, 5 watts pour pratique et autres accessoires. Le tout en parfait état. Bruno 450-361-8669

316 MATÉRIAUX DE CONSTRUCTION

Plus de 300 articles en inventaire
Fenestrie Portes & Fenêtres
299 Denison Est, Granby
2580756 450 372-0067

317 HORTICULTURE

SERVICE DE MINI-EXCAVATION
Terrassement, creusage et drainage, transport de pierre en petite quantité. Inst. ponceaux. Travaux minutieux. Licence RBQ. 450-775-2352

★ TERRE NOIRE ★
Terre à parterre et/ou à jardin
DE TRÈS BONNE QUALITÉ
Livrée en petite et grande quantité.
Inf.: André Lacoste Paysagiste, 450-378-3444

318 BOIS DE CHAUFFAGE

BOIS À VENDRE: Rondins 60$/la corde.
450-522-6477

BOIS DE CHAUFFAGE à vendre.
75$ la corde non livrée. Poss. de livraison.
Info: Marcel 450-770-2797

BOIS DE CHAUFFAGE érable de montagne
1ère qualité, coupé en hiver,
90$ / la corde livré. 450-577-5645

BOIS de FOYER à la corde ou en sac.
Bois d'allumage cèdre, à la corde ou en sac.
450-263-5862

Bois franc 16", érable et merisier
85$ / la corde, livré
Info : 450-539-0210

BOIS FRANC MÉLANGÉ SEC
érable, hêtre et merisier
90$ la corde livrée. Inf.: 450-263-9702

BOIS FRANC MÉLANGÉ, FENDU, 75$ la corde. 450-379-9433

BOIS FRANC MÉLANGÉ: 90$ la corde; CHÊNE: 100$ la corde; BOIS FRANC ET TREMBLE: 80$/la corde; TREMBLE ET PRUCHE: 60$ la corde; SET D'ALLUMAGE; 50$ la corde. 450-263-4070, 450-525-4070.

Bois mélangé sec 16 po, 50$ la corde, non livré. 450-539-1786

BÛCHES ECO LOGIC
qualité - prix - service imbattable
livraison 7/7, **450-534-3235** www.eco-logic.ca

401 SCIENCES OCCULTES

LECTURE DU TAROT, NUMÉROLOGIE,
relation d'aide, consultation et cours,
Lynda: 450-574-3972

403 SERVICES OFFERTS

ABATTAGE ET TAILLE D'ARBRES
DÉBOISEMENT DE TERRAIN,
TAILLE DE HAIES DE CÈDRE
SERVICE DE NACELLE
Travaux généraux d'entretien paysager, peinture int./ext. lavage à pression: maison, bateau etc
450-777-7565 OU CELL. 450-360-9550

Adieu mélamine blanche et années 1980.
Faites repeinturer vos armoires de cuisine en finition de tout genre. Procédé spécial. Garantie à vie. Super durable et des milliers de ($ $ $ $) d'économie! Estimation gratuite. Bienvenue à tous ! **375-1446**

ALLAIN DESCHÊNES
Maître en service de taille
✔ Taille d'arbres et haies.
450-956-0646 ou 450-577-5700

316 MATÉRIAUX DE CONSTRUCTION

403 SERVICES OFFERTS

ARBRES
LE PETIT "ÉCUREUIL"
ABATTAGE ET ÉLAGAGE
ARRACHAGE DE HAIES DE CÈDRE.
ESSOUCHEMENT. Ass.-resp.
Cell. 450-558-3737 ☎ 450-991-3641

403 SERVICES OFFERTS

Avez-vous pensé à faire refaire vos balcons en fibre de verre? Estimation gratuite. Appelez Luc 1-450-405-7357 R.B.Q. 5645-6494-01.

Bois franc, céramique, moulures, O'gee, finition intérieure, peinture, sous-sol, patio.
RÉNOVATIONS ROBERT BRIEN
Rencontre et conseils gratuits. 450-777-1977

CLIMATISEUR MURAL 1,695$ installé +tx
12,000 BTU, incluant 15 pi. de tuyaux.
FRIGORIE inc.
Tél :1 450 242 1577 RBQ 2743-5752-00

CONCEPT JDS
Réalisation de plans d'aménagement paysager
Décoration extérieure artisanale et faux-fini, entretien, pose de tourbe, murets et trottoirs de pavé, jardin d'eau et beaucoup plus.
Faites-nous part de vos projets d'aménagement uniques. Info: 450-525-2782

DÉMÉNAGEMENT ET TRANSPORT R. CÔTÉ
LOCAL OU LONGUE DISTANCE.
Prix spéciaux pour petits déménagements.
À l'heure ou à forfait. Ass.-responsabilité.
450-777-7565 ou 450-360-9550

DRAINAGE
PROBLÈMES D'EAU ET FISSURES
Garantie 5 à 10 ans transférable
SPÉCIALITÉS
Fissures et drainage intérieurs et extérieurs, drainage de surface de terrain, pose de drain de "footing", au fossé, outils, spécialisés pour nettoyer et déboucher drains de maison, etc., remplaçons "sumb pump" par drainage naturel, élimination d'eau du sous-sol par le plancher et murs, réparation de solages de pierre et entrée de cave et de garage brisé par le gel. Réparation de solages de blocs. Réparation aussi infiltration d'eau par châssis, brique et cheminée. Réparation de fosse à purin.
Service d'appel 7 / 7
G. PERRON ENTREPRISE
Entrepreneur licencié membre de l'APCHQ
RBQ-8003-8623-69.Tél: 450-378-4426

✔ ENTRETIEN COMMERCIAL
Cherchez-vous des ressources fiables?
Faites appel à notre équipe
CAPABLE et INFATIGABLE.
Contactez Services CAPA: 450-405-7437

ENTRETIEN ET NETTOYAGE INT./EXT.
Voulez-vous avoir plus de temps libre ?
Confiez vos DIVERS TRAVAUX à une équipe vaillante et dynamique.
Services CAPA: 450-405-7437

EXIGER LE MEILLEUR EN VILLE!
B. Choinière, RBQ. 8101-7519-08.
Entrepreneur peintre. Peinture, joints sans poussière, plafond stucco décoratif, tapisserie travail soigné. Inf.: 450-360-0610

ÉBÉNISTERIE BIENVENUE
Rafraîchement de cuisine et salle de bains, Réparation de meubles, meubles sur mesure
Estimation gratuite. 450-375-6293

HOMME À MULTIPLES TRAVAUX
offre ses services pour peinture int., ext., céramique, plomberie et entretien ménager. RÉSIDENTIEL ET COMMERCIAL.
Aussi disponible pour vos travaux d'automne: entretien paysager: coupe de haies, coupe de branches, etc. Michel 450-204-6251

★ MAGIE POUR TOUTES OCCASIONS ★
Anniversaires, Noël, partys, corporations et organisations. Bruno 450-361-8669

PAYSAGISTE et TERRASSEMENT BEAUTÉ PELOUSE
On fait de tout, demandez-nous! Estimation gratuite. Bur.: 450-361-1297; cell. 450-531-1567

PELOUSE
Réservez votre place pour l'an prochain.
Jacques Poutré au 450-375-0622

POTEAU DE CORDE À LINGE
MINI-EXCAVATRICE DISPONIBLE.
M. Audet, 450-378-6863; Yvan 450-539-3277

RAMASSONS PRESQUE TOUT pour défavorisés: vêtements, app. ménagers en marche ou non, vieille ferraille. Allons chercher gratuitement, Granby et environs. 7 jrs/sem.
450-405-6543

403 SERVICES OFFERTS

★ Samedi 8 septembre au: 14 Lausanne Shefford de 10h à 14h, affûtage !!!
NOUVEAU ! ! ! Affûtage de couteaux de cuisine en tout genre. *SERVICE MOBILE.*
Contactez Stéphane: 450-777-2295

★ SERVICE VR MOBILE ★
Spécial hivernisation avec vérification des joints, 50$. Technicien certifié en propane, élec.
Inf.: Richard 450-919-0802, 450-531-6459

★ SPÉCIAL D'AUTOMNE
TAILLE DE HAIES
CÈDRE & ARBRES
40% de rabais
sur toutes soumissions avant le 30 sept.
Estimation gratuite.
Le meilleur service pour le meilleur prix.
☎ Érik, 450-775-1531

✣ TAILLAGE GRANBY ✣
✔ Taille de haies ✔ Aération de sol
✔ Fermeture de terrains
✔ Ramassage de feuilles
Réservez tôt pour tonte de gazon saison 2013 *(promotion en vigueur)*
ESTIMATION GRATUITE
Olivier Allard **450-775-0257, 450-372-4837**

TOITURES GRANBY - R. DESLOGES
De tous genres. 30 ans d'expérience.
Estimation gratuite. 450-204-1867

404 COURS

COURS D'ANGLAIS
COURS D'ESPAGNOL
Anglais 2e année: lundi, 17 sept.
Espagnol débutant: mardi, 18 sept.
Anglais débutant: mercr. 19 sept.
Durée : 10 semaines (de 19 h à 21 h)
Matériel d'études inclus, 180$.
J-Claude Drolet, 450-372-2510 après 16h

COURS ET SOIRÉES DE DANSE COUNTRY SAISON 2012-2013
à la Salle des Chevaliers de Colomb
224 Christophe-Colomb, Cowansville (bar sur place)
DÉBUT DES COURS
• Mardi 18 sept.: débutants
• Mercredi 19 sept.: intermédiaires
Tous les cours de 19 h à 20 h 30
Johanne Berger et François Bouchard
450 293-7142 • Cell. 450 522-9664
Courriel : jfcountrydancers@yahoo.ca
http://www.countrydansemag.com/
3000684

403 SERVICES OFFERTS

SERVICE D'ÉMONDAGE BROME-MISSISQUOI
TREE CARE
450 955-1455
140 Hanson, Cowansville
www.emondagebm.com

Émondage • Abattage d'arbres •Essouchement
Déchiquetage • Service de nacelle 65 pi
Service URGENCE 24 h
ESTIMATION GRATUITE
Travail professionnel
Marco Pelletier : 450 830-7700 • Luc Pelletier : 450 830-7701
2956247

GEMME EXCAVATION – TERRASSEMENT

2993838
✔ Constructeur spécialisé
• Terrassement • Murs de roches
• Lac • Bassin • Drain français, etc.
Service de 12 roues à l'heure
Service de mini et grosse pelles à l'heure ou au contrat.
TERRE À PARTERRE TAMISÉE 200$* livrée (10 roues)
Belle terre sans roche pour votre gazon
Livraison les samedis et dimanches, 7 jours/7 *Taxes en sus. Les tarifs peuvent changer sans préavis.
Styve Gemme : 450 521-1220 gemmeexcavation.com

404 COURS

COURS DE CHANT
École de chant Cantabilé. 450-777-3089

Cours de GUITARE privé ou semi-privé, pour tous âges. Plusieurs années d'expérience. Pour nouveaux élèves: 1er cours d'essai gratuit.
Inscription. Simon: 450-204-3988

404 COURS

COURS de musique privé: guitare, piano, batterie et chants. Sans frais d'inscription.
450-531-4889 info@grapefruitmusique.com

COURS PHOTOSHOP
Cours de groupe (26 septembre) ou privé.
819-446-2162 450-920-4419

404 COURS

CENTRE E-QI–LIBRE
Cours de Tai Chi
Info / Démonstrations / Inscriptions
Initiation Tai Chi * Lundi, 10 sept. à 19 h
★ ★ ★ ★ ★ ★ ★ ★ ★ ★ ★ ★ ★ ★ ★ ★ ★ ★ ★
Tous les jeudis à 19h; dès le 20 sept.
Révision et perfectionnement
Bienvenue aux anciens élèves de l'École du Soleil Levant
★ ★ ★ ★ ★ ★ ★ ★ ★ ★ ★ ★ ★ ★ ★ ★ ★ ★ ★
Tous les mercredis 19h * Danse en cercle
★ ★ ★ ★ ★ ★ ★ ★ ★ ★ ★ ★ ★ ★ ★ ★ ★ ★ ★
Aussi **psycho kinésiologie** et **harmonisation énergétique**
Sylvie Beauregard ☎ **450-378-5316**
16, rue D'Orléans, Granby

COURS D'ESPAGNOL
Privé et de groupe (max. 6 pers.)
Inscriptions dès maintenant
Session débutant le 12 septembre 2012
Info: École d'Espagnol Adaluz enr.
450-777-3834 --- www.espagnoladaluz.ca

COURS TAICHI YOGA QIQONG
Mieux-être & mieux-vivre. Les cours débutent la sem. du 11 sept. 1er COURS de la session: ESSAI GRATUIT. 450-775-3131

ENSEMBLE VOCAL
École de chant Cantabilé. 450-777-3089

ÉCOLE DE CHANT CANTABILÉ
cours privé, chanté-dansé, ensemble vocal
450-777-3089
www.ancienpresbytere.com/Chant

ÉCOLE DE MUSIQUE MARIUS MIHAI
OFFRE COURS de violon, piano, théorie musicale, et musique en groupe. 450-775-8043

GYMNASTIQUE THÉRAPEUTIQUE DOUCE
Idéal pour soulager tensions musc., maux de dos, stress, arthrite. Quelques places (soir).
Inscription maintenant: 450-375-3194

L'ESPAGNOL VOUS INTÉRESSE?
INITIATION COMPLÈTE À LA LANGUE
Début des cours 3e semaine de septembre
Places disponibles niveaux 1, 4 et 5
450-375-3629 Granby. José Lito Nunez
www.espanolisimo.com

405 GARDERIES

Garderie privée Les Moutons Blancs
10 ans d'expérience. 4 places disponibles.
☎ 450-372-5558

GARDERIE PRIVÉE, 26$/jour, près de piste cyclable, sect. rue de l'Iris. Jeux int/ext. Reçu d'impôt. Disponible imm. Audrey: 450-361-1448

Je demeure sur la rue Trépanier, près école Euréka, à 10 min. de Bromont, garderais vos enfants, du nouveau-né à 5 ans, 19$/jour avec reçu. Inf.: 450-776-7368 450-330-0209

Nouvelle garderie privée en milieu familial à Ste-Cécile-de-Milton. Aire de jeux clôturé, s.-sol aménagé, collations et repas santé. Jeune maman de confiance. 23$/jour. 450-361-2259

Ouverture d'un nouveau service de garde à 7$, 2 places disponibles pour filles 2 ans et +. Sect. École Ave Maria. Nathalie, 450-574-3081

408 SANTÉ

Laissez l'énergie du **REIKI** vous apporter la libération des blocages, des souffrances présentes et passées. Pourquoi la maladie, la perte d'emploi, les conflits de toutes sortes?
Louiselle, maître Reiki, voyance et hypnose.
Inf.: 450-372-8137 399 St-Jacques, Granby

411 AMITIÉS RENCONTRES

Homme dans la 50aine, cherche homme sérieux entre 45 et 60 ans, non obèse, non-fumeurs, pour partager bons moments, sorties au cinéma, vélo, resto, randonnée pédestre et plus, si affinités. Je suis un homme simple, propre, pas compliqué et qui aime la vie. Si tu es sérieux, appelle-moi au 450-919-1246.

451 PERSONNEL DEMANDÉ

CHAUFFEUR classe 1 pour US, reefer.
Rénald 450-521-1772

451 PERSONNEL DEMANDÉ

Bureau d'architecte situé à Cowansville oeuvrant dans tous les domaines de la construction, est à la recherche d'un
ARCHITECTE ou/et TECHNICIEN
ayant entre 5 et 10 années d'expérience pour se joindre à son équipe.
✔ L'autonomie, le dynamisme et l'esprit d'équipe sont des qualités recherchées.
✔ La personne aura à travailler sur des projets variés dans un environnement de travail décontracté.
✔ Le poste est permanent, à temps plein.
Le salaire offert sera en fonction des expériences et compétences.
Faire parvenir votre CV à :
jfrechette@lussierarchitecte.com

COIFFEUR ou COIFFEUSE DYNAMIQUE, recherché (e) environ 35h / semaine chez Bellimage à Bromont. Laurence : 450-534-4848

COIFFEUSE RECHERCHÉE
pour location de chaises. COIFFURE L'INTIME
450-375-0995 demandez Mélanie ou Gina

COMPAGNIE oeuvrant dans le domaine de la production d'uniformes pour professionnel(le)s depuis plusieurs années, recherche des **COUTURIÈRES** ayant expérience dans la finition de vêtements et sur l'utilisation des machines industrielles. Seules les personnes avec expérience seront retenues. 450-378-9533

CUEILLEURS DE POMMES ET CLASSEURS DEMANDÉS
450-525-5485 ou 450-379-5485

CUISINIER (IÈRE) diplômé (e)
3 ans d'expérience minimun
Salaire à discuter
Se présenter avec CV à la Résidence Le Riverain
Demander: Mme Madeleine Côté
34 Principale, Granby, QC, J2G 2T4
Tél: 450-375-3660

FROMAGERIE
Qualité Summum Bromont
est à la recherche d'un(e)
GÉRANT(E)
DE SOIR ET FIN DE SEMAINE
ET
CUISINIER(ÈRE), COMMIS SERVICE À LA CLIENTÈLE LIVREUR
DÉSIRANT TRAVAILLER AVEC UNE ÉQUIPE DYNAMIQUE, À TEMPS PLEIN ET PARTIEL, JOUR, SOIR ET FIN DE SEMAINE.

Pour postuler, faites parvenir votre CV à:
fromageriesummum@videotron.ca
ou 52 boul. Bromont, Bromont, J2L 2K3

GAGNON PNEUS MÉCANIQUE
est à la recherche d'un
PRÉPOSÉ AU SERVICE
AVEC EXPÉRIENCE
pour l'installation de pneus, antirouille et changement d'huile.

✔ Connaissances en mécanique, un atout
✔ Aimant le travail d'équipe

Possibilité temps plein
Salaire à discuter
Emploi disponible dès maintenant.
Demandez Pierre **450-372-1500,**

HOMME D'ENTREPOT, temps plein, heures flexibles, avoir le sens de l'organisation et responsable, bonne forme physique, être capable de faire livraison avec un cube serait un plus. Envoyer c.v. par courriel:
miheberts@hotmail.com

La Résidence du Mont
est à la recherche d'un(e)
CUISINIER (IÈRE) POUR 80 REPAS
4 jours / sem., 36h et 1 fin de sem. / 2
Envoyez CV par télécopieur: 450-375-5692
ou courriel: residencedumont@videotron.ca

PERSONNE RESPONSABLE
pour travail permanent sur ferme avicole.
Candidat sérieux seulement.
Faites parvenir c.v. par fax au 450-774-7157.

451 PERSONNEL DEMANDÉ

LE GROUPE PAQUETTE

est à la recherche
D'EMPLOYÉ(E)S DE FERME
pour travailler en maternité porcine.
Postes disponibles régions : Ange-Gardien et Shefford. À temps plein, permanent, moyenne de 40h/semaine. L'expérience est un atout, mais nous offrons une formation complète à notre ferme école.
Exigences:
✔ Bonne condition physique
✔ Responsable
✔ Disponible 1 fin de semaine sur 2.
Faites parvenir votre c.v. au soin de Patrick Bergeron, téléc.: 450-293-3861 courriel: pbergeronmcp@live.ca

---

PHARMACIE JEAN COUTU
RECHERCHE
TECHNICIEN(NE)S DE LABORATOIRE
POSTE À TEMPS PARTIEL
1 FIN DE SEMAINE SUR 2
Disponible jour, soir et fin de semaine.
Présentez-vous avec votre CV au
50, rue Denison Est à Granby.

PICOTTE MOTO SPORT
RECHERCHE
Mécanicien
Avec expérience dans le domaine récréatif (moto, VTT et motoneige).
Faites parvenir votre c.v. par:
télécopieur 450-777-5489 ou téléphonez au 450-777-5486, Dominic.

PRÉPOSÉ(E) DE NUIT
avec formation, 2 nuits / semaine, plus remplacement sur demande, besoin immédiat.
Inf: Résidence Parent : 450-372-0723

Préposé(e)s aux bénéficiaires
à temps plein ou partiel, poste de jour, soir et nuit dans une résidence pour déficience intellectuelle, soit à Farnham ou à Bedford.
Et nous offrons la formation.
514-265-2420 ou 450-525-1960

PRÉPOSÉES AUX BÉNÉFICIAIRES
PETITE RÉSIDENCE HÉBERGEANT DES PERSONNES EN PERTE D'AUTONOMIE
recherche des personnes avec expérience
POSTE 16H/SEM. À COMBLER
Tous les week-end
ou une fin de semaine sur deux
Faire parvenir C.V. au
320 St-Hubert à Granby J2G 5N5 ou
fax :4 50-776-5922
Tél. M. Morin 450-522-4121

RECHERCHE HOMME AVEC EXP. pour conduire camion dompeur 12 roues, semi retraité bienvenue, temps plein ou partiel.
450-360-9016

SPORTMARINE.CA
recherche un **LAVEUR de bateaux**
+ LAVEUR à L'ACIDE
pour l'hivernage des bateaux. Nous recherchons des candidats dynamiques. Travail physique, rapidité d'exécution. Salaire à discuter.
Envoyer cv par fax : 450-777-8628 a/s Kathy Bourque; par courriel : kathy@sportmarine.ca

453 RECHERCHE GARDIEN(NE)

Recherche une personne de confiance pour garder 2 garçons (1 an et 3 ans), les jeu. et vendr. à notre résidence de Waterloo. Références requises. Caroline, 450-539-4250

454 CAMELOTS DEMANDÉS

Camelots recherchés
POUR DISTRIBUER
La Voix de l'Est
et La Presse

À COWANSVILLE

PARCOURS # 900
Pour les rues: Capri, Cleary, Sud Ville-Marie et Warmal.

PARCOURS # 919
Pour les rues: Boisvert, Church Davignn, Halle, McKinnon et Stevenson.

PARCOURS # 936
Pour les rues: Albert, Bonnette, Olivier et William.

À BROMONT (sect. Adamsville)

PARCOURS # 812
Pour les rues: Place Gagné, Dion, Gagnon, Chemin Adamsville, Brousseau et Grégoire.

LAISSEZ VOS COORDONNÉES au 450-375-4555 BOÎTE VOCALE 527

501 AUTOMOBILES

ACHETONS AUTOS en bonne ou mauvaise condition. Payons meilleur prix.
Du lundi au jeudi. Info: 450-777-9055.

ATTENTION ! BESOIN D'UN VÉHICULE, DIFFICULTÉ D'EN AVOIR UN ?
AUCUN CAS REFUSÉ !
RECHERCHE DE
TOUT GENRE DE VÉHICULE,
MÊME IMPORTATION.
TRANSCO 2000 LTÉE : 450-446-2800

FORD TAURUS SEL 2006
en bon état, 150,000 km, 4,000$,
Vente à tout prix.... Inf.: 450-991-2797

MONTE CARLO SS rouge 2000, prix: 2,000$.
TIBURON GT, V6 noir, 2003, prix: 3,995$.
Info: 450-776-1471

502 FOURGONNETTES

DODGE Caravan 2003, 103,800 km, 3,500$.
450-994-1789 entre 19 et 21h

510 VÉHICULES RÉCRÉATIFS

MOTORISÉ ROYAL CLASSIC 27 PIEDS, Classe C 1989, 83,000km, très bon état 13,500$. 819-437-9097, 450-361-3733,

513 BATEAUX

Thunder Craft 89 Magnum,19.5pi., moteur 4.3, toit campeur, balance de quai Marina Audet, Magog, 6,000$, nég. 450-775-6085

501 AUTOMOBILES

501 AUTOMOBILES

Pièces d'auto
Roxton inc.
Achetons véhicules
VENTE DE PIÈCES NEUVES et USAGÉES
MAINTENANT OUVERT
Lundi au samedi 8 h à 17 h
7 JOURS/7
Dimanche 9 h à 17 h
LIBRE-SERVICE ou AVEC SERVICE
Économisez **50%** sur les pièces que vous enlevez vous-même !
232, route 139 (ch. Roxton), Granby, 450 777-3113
2985524

CVENDU.ca
Le site des petites annonces de
La Voix de l'Est

Vos dons assurent la gratuité des soins et des services offerts à la population de la Haute-Yamaska et de Brome-Missisquoi

LA MAISON AU DIAPASON
Pour l'amour et la dignité des personnes en fin de vie
411800

LA MAISON AU DIAPASON
900, rue de l'Émeraude, Bromont (Québec) J2L 0G1
450 534-2002
www.audiapason.org

trait d'union
Faites partie du plus grand réseau de rencontres téléphoniques de Granby...
Consultez la rubrique du samedi!
821396
Placez **GRATUITEMENT** votre annonce : **450-776-1555**

Tout d'un coup

Kimberly Nadeau
info@golflescedres.com

Le plan de l'élan

Le plan d'élan est l'un des concepts les plus importants à saisir au golf. Il a un lien direct avec la distance, la hauteur et la trajectoire que prendra votre balle après l'impact. Pour ceux qui sont moins familiers avec ce terme, le plan d'élan se trouve à être l'arc que forme la tête de votre bâton lors de l'élan. Pour vérifier si vous avez le bon plan d'élan lors de l'exécution de votre élan arrière, essayez cet exercice lors de votre prochaine séance d'entraînement :

Déposez un premier morceau de bois par terre, parallèle à votre ligne de cible où se trouve normalement votre balle.

Prenez ensuite un deuxième morceau de bois avec un petit diamètre et placez-le le long de votre tige. Il doit être assez long pour dépasser d'environ 2 ou 3 pieds au niveau de la poignée. Si vous n'avez pas de morceau de bois, vous pouvez utiliser n'importe quel autre outil à votre portée, mais assurez-vous qu'il soit léger et que le diamètre soit assez petit pour que vous puissiez bien le saisir dans votre prise. Lors de votre position initiale, le bout de bois qui dépasse doit reposer du côté de votre hanche avant (Image 1). C'est cette prolongation du bâton qui vous aidera à visualiser votre plan d'élan lors de l'exercice. Maintenant que vous êtes prêts, exécutez votre élan lentement en vous arrêtant à chacune de ces étapes :

1) Pausez votre élan lorsque votre bâton se trouve parallèle au sol (presque au niveau des hanches). À ce moment, la ligne formée par votre bâton de golf devrait être parallèle à la ligne formée par le premier morceau de bois que vous avez mis au sol (Image 2). Si c'est le cas, continuez l'exécution de votre élan. Si ce n'est pas le cas, recommencez et pratiquez cette première étape avant d'aller plus loin.

2) Le deuxième arrêt se fera lorsque vous armerez vos poignets (au niveau des hanches). Si vous êtes restés dans le bon plan d'élan, la prolongation de votre tige devrait pointer directement sur la ligne formée par le morceau de bois au sol (Image 3). Si vous voyez que la prolongation de votre bâton pointe plus haut que cette ligne, votre élan est trop plat («flat» pour ceux qui sont familiers avec le terme anglophone). Si, au contraire, elle pointe plus bas que cette ligne, votre élan est trop abrupt («upright»).

3) Faites un dernier arrêt près de l'impact, juste avant de désarmer vos poignets, quand votre bâton se retrouve parallèle au sol. À ce moment, votre bâton de golf devrait former une ligne parallèle à votre ligne de cible, comme lors de la première étape (Image 4).

Répétez cet exercice dès que vous sentez que vous sortez du plan d'élan.

Amis golfeurs et golfeuses, sur cette dernière chronique, je vous souhaite une excellente fin de saison et j'espère que vos lectures estivales porteront leurs fruits sur le parcours !

Bon golf !

COLLABORATION SPÉCIALE

Redécouvrez les plaisirs du golf en famille...

DIMANCHES EN FAMILLE
Tous les dimanches dès 15 h sur le parcours Les Cèdres. Formez votre groupe ayant un minimum d'un adulte et 2 enfants (6 à 17 ans)
SEULEMENT 20 $ /quatuor + taxes

CLUB DE GOLF LES CÈDRES GRANBY

J'AMÈNE UN ENFANT
Pour les jeunes de 6 à 12 ans
9 trous GRATUITS sur le parcours Les Cèdres, en semaine, avant 8 h et après 14 h et les week-ends, après 16 h
Le jeune doit être accompagné d'un joueur adulte.

www.golflescedres.com • 669 Coupland, Granby • 450 372-0167
2889076

LIQUIDATION

SPAS

SPA "COAST" AVEC CHUTE

Rég : 16 000$
Seulement 2 en stock

8 995$

INCROYABLE
DU JAMAIS VU!
Chaise LAFUMA
rég : 229$
Premiers arrivés... Quantités limitées

99,99$

SWIMSPA 15' "HYDROPOOL"

16 995$

Rég : 24 900$

LES TRÉSORS DE L'ESTRIE
MEUBLES DE JARDIN . SPAS . CABANONS

GROS RABAIS
SUR TOUS LES SPAS
EN INVENTAIRE

Photos à titre indicatif. Offre d'une durée limitée. Quantité limitée

176, du Camping (Rte 139) St-Alphonse-de-Granby 450.372.9100 www.tresorsdelestrie.com