

NET-IMPÔTSNET
Plus de 35 ans d'expérience
Sainte-Sophie

LUNDI AU MERCREDI ET VENDREDI 9H À 17H
- JEUDI 9H À 18H - SAMEDI 9H À 13H
(Déposez vos documents en tout temps sans rendez-vous)

Retirez le maximum de vos impôts à prix très compétitifs. En plus d'un service rapide

Transmission électronique des déclarations

REMBOURSEMENT RAPIDE

Particulier à partir de **3799\$**
+ taxes (impôts féd. et prov. inclus)

AUSI : TRAVAILLEURS AUTONOMES, PROPRIÉTÉS À REVENUS, PME ETC.

450 565-5339 640, ch. Val des Lacs, Ste Sophie J5J 2S7



LAURENTIDES

PLUS DE 491 M\$ POUR LES ROUTES

À lire en page 3

Les paramédics se mobilisent à Mirabel
page 8

Boissons énergisantes : Québec tarde à légiférer
page 12

MÉDIALO®

8 avril 2026 • Volume 29 N° 14 • GRATUIT

Forfaits funéraires
les moins chers de la région
à partir de **1 195\$** + tx
(arrangements préalables disponibles)

Salle d'exposition



16, rue de la gare, St-Jérôme • crematel.com • 450 431-7700



Crematel

Funérailles économiques



Assemblée générale annuelle : l'occasion de participer et de voter!

Prenez connaissance des résultats
et des réalisations de votre caisse.

 Le mardi 14 avril 2026

 18 h 30

 En ligne au
[desjardins.com/
caisserivieredunord](https://desjardins.com/caisserivieredunord)



**Votez en ligne
jusqu'au 18 avril 2026**

Votez* sur le partage des excédents annuels (ristournes) et l'élection des membres du conseil d'administration, si applicable, **dès la fin de la diffusion de la rencontre**, en visitant :

- Le site Web de la caisse
- desjardins.com
- AccèsD

Si vous ne pouvez pas voter en ligne, une **borne de votation** sera mise à votre disposition à la caisse.

C'est un rendez-vous !

* Certaines conditions s'appliquent.

Toutes les informations sur les assemblées générales annuelles sont disponibles sur desjardins.com/AGA.

 **Desjardins**
Caisse de la Rivière-du-Nord

Plus de 491 M\$ pour le transport dans les Laurentides d'ici 2028

Le gouvernement du Québec investira plus de 491 millions de dollars dans les infrastructures de transport des Laurentides entre 2026 et 2028.

Alexane Taillon-Thiffeault
atthiffeault@medialo.ca

Cette enveloppe vise principalement l'entretien du réseau routier existant et l'amélioration de la sécurité sur plusieurs axes névralgiques de la région. L'annonce a été faite le 30 mars à Saint-Jérôme par la ministre responsable des Laurentides, Sonia Bélanger, au nom du ministre des Transports et de la Mobilité durable, Jonatan Julien.

Selon le gouvernement, ces investissements permettront à la fois de lancer de nouveaux chantiers et de poursuivre des travaux déjà amorcés afin d'assurer des déplacements plus sécuritaires et plus fluides.

Priorité au maintien des infrastructures

À l'échelle provinciale, 77% des sommes annoncées sont consacrées au maintien des actifs, un choix que Québec présente comme nécessaire devant le vieillissement du réseau routier.

Dans les Laurentides, les montants se répartissent notamment ainsi :

- 88,5 M\$ pour l'amélioration de l'état des chaussées ;
- 86,4 M\$ pour la réfection des structures ;
- 315,4 M\$ pour rendre le réseau plus efficace et sécuritaire ;
- près de 1 M\$ pour l'entretien de structures situées sur d'anciennes emprises ferroviaires.

Le ministre Jonatan Julien affirme que ces investissements s'inscrivent dans une approche « responsable et durable », axée d'abord sur la sécurité routière.

Travaux importants dans la MRC de La Rivière-du-Nord

Plusieurs projets touchent directement la MRC de La Rivière-du-Nord, particulièrement



La ministre Bélanger a fait les annonces le 30 mars dernier à Saint-Jérôme.

autour de Saint-Jérôme et de ses axes de circulation majeurs. Parmi les interventions prévues figurent l'asphaltage de la route 333 entre le boulevard Lafontaine et la 121^e Avenue, ainsi que celui de la route 117 entre la 116^e Avenue à Saint-Jérôme et la rue Mozart à Prévost.

Dans une publication diffusée sur ses réseaux sociaux à la suite de l'annonce, le maire de Saint-Jérôme, Rémi Barbeau, a salué les travaux attendus localement, mentionnant aussi l'installation d'une glissière de béton à la sortie 43 de l'autoroute 15 en direction sud ainsi que l'asphaltage d'un tronçon de la route 158.

Il souligne toutefois que les investissements annoncés demeurent principalement orientés vers l'entretien du réseau et la réduction des accidents. Selon lui, les besoins demeurent importants et nécessitent une meilleure coordination entre Québec et la municipalité, notamment pour l'entretien des routes provinciales, la gestion des sorties d'autoroute problématiques, la congestion au viaduc La Salette et la modernisation des feux de circulation.

Par ailleurs, le maire affirme vouloir poursuivre les échanges avec le ministère afin

d'arrimer les travaux provinciaux au développement futur de la ville.

315,4 M\$

serviront à rendre le réseau plus efficace et sécuritaire

Les interventions moins nombreuses dans les Pays-d'en-Haut

Dans la MRC des Pays-d'en-Haut, les investissements s'inscrivent surtout dans la continuité des travaux sur les grands axes nord-sud reliant les municipalités touristiques et résidentielles.

Le programme gouvernemental prévoit notamment la poursuite d'interventions sur la route 117, axe stratégique vers les Hautes-Laurentides, ainsi que des travaux d'entretien et de sécurisation du réseau supérieur, incluant des structures routières et des ponceaux. Ces projets visent à soutenir l'achalandage élevé lié au tourisme et aux déplacements pendulaires vers le sud de la région.

D'autres chantiers régionaux

À l'échelle des Laurentides, certains projets majeurs annoncés incluent également la réparation de 12 ponceaux sous la route 158 à Mirabel, et la réfection du pont Prud'homme, au-dessus de la rivière du Diable, à Brébeuf.

Le gouvernement souligne que ces travaux contribueront aussi à la vitalité économique régionale en générant de l'activité pour les entreprises locales du secteur de la construction.

Plusieurs projets ont d'ailleurs été complétés en 2025, dont la réfection de tronçons de l'autoroute 15 à Val-David et Sainte-Agathe-des-Monts ainsi que la reconstruction du pont de l'île Bélair à Rosemère.

Avec cette nouvelle programmation triennale, Québec poursuit sa stratégie d'entretien intensif du réseau routier, mais en misant davantage sur la modernisation que sur la construction de nouvelles infrastructures.

Crédit photo de couverture :
Facebook Rémi Barbeau

Clinique de denturologie
Michel Allaire d.d.
Denturologiste



LE RÉGIME CANADIEN DE SOINS DENTAIRES (RCSD) S'ÉLARGI À UN PLUS GRAND NOMBRE DE CANADIENS

Les demandes d'adhésion sont ouvertes depuis mai 2025 pour les : 18 à 64 ans
Les membres de RCSD doivent avoir renouvelé leur couverture pour la période 2025-2026 afin de bénéficier des avantages.

3, RUE DE LA GARE, SAINT-JÉRÔME 450 432-3331

cliniquededenturologiemichelallaire.ca

FABRICATION DE PROTHÈSES DENTAIRES RÉPARATION EN 1 HEURE



La Fondation Claude-Beaulieu fait un don de 50 000 \$ à Loisirs Laurentides

Dans le cadre du programme Fonds de l'athlète des Laurentides (FAL), la Fondation Claude-Beaulieu a fait un don de 50 000 \$ à Loisirs Laurentides. Le FAL est un programme de bourses qui soutient les athlètes de la région depuis 2007. Afin de souligner cet engagement remarquable, Loisirs Laurentides associera dès cette année le nom de la Fondation Claude-Beaulieu à une bourse remise lors du Gala du FAL, qui se tiendra le 24 mai prochain au Centre culturel et communautaire Val-d'Espoir, à Mirabel.



Photo gracieuseté

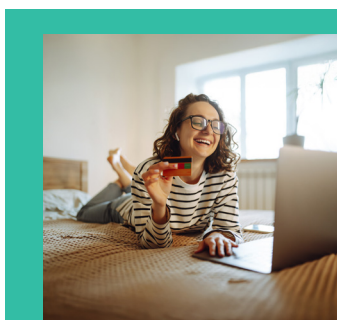
Sondage à Saint-Hippolyte sur le Mont Tyrol

Depuis l'acquisition du Mont-Tyrol en 2020, la Municipalité a ajouté 38 acres de forêt au réseau du Centre de plein air Roger-Cabana, portant à près de 300 acres un territoire réservé au plein air non motorisé et à la préservation de la biodiversité. Comment améliorer l'expérience de randonnée, de raquette, de vélo de montagne ou de ski au Mont-Tyrol? Quels aménagements seraient prioritaires selon vous? 5 à 7 minutes suffisent pour influencer les décisions futures. Votre participation permettra de mieux comprendre les réalités locales en matière d'accessibilité, de mobilité et de pratique du plein air. Pour répondre au sondage, vous pouvez vous rendre sur le site web de la municipalité de Saint-Hippolyte.



Photo gracieuseté

Dossier web



VOTRE ARGENT : FAIRE PLUS AVEC MOINS

Découvrez notre dossier spécial en ligne seulement



Photo gracieuseté

Prévenir les inondations

Avec la fonte des neiges vient aussi un risque qu'on oublie parfois : les inondations. Le Service de sécurité incendie de Saint-Jérôme vous invite à vous préparer. « Mieux vaut être prêt avant qu'une situation arrive. » Il est recommandé de préparer une trousse d'urgence 72 h, un plan d'évacuation, les documents importants à portée de main et de surveiller les avis de la Ville. « Quelques minutes de préparation peuvent faire une grande différence pour votre sécurité et celle de vos proches ».

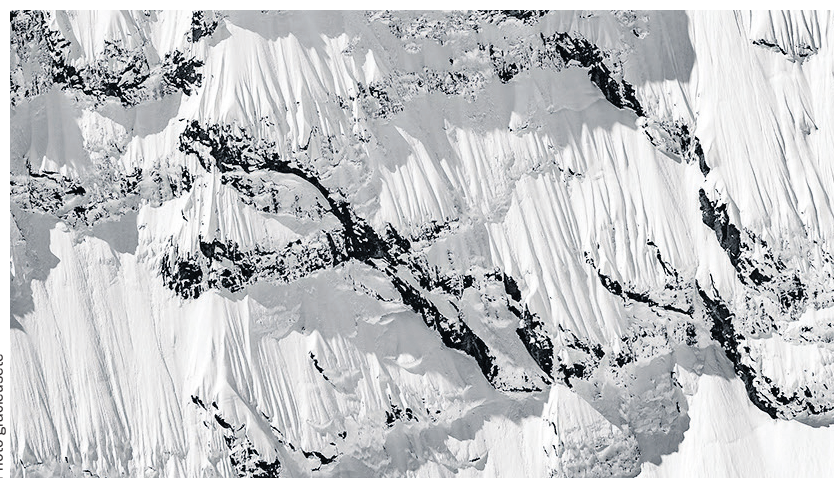


Photo gracieuseté

Exposition de photographies

L'exposition *Espaces souverains* aura lieu à l'atelier de Lucien Lisabelle à Sainte-Sophie les 10-11-12 avril de 13 h à 18 h. *Espaces souverains* est une exposition de photographies aériennes réalisées dans la chaîne côtière en Colombie-Britannique à une altitude moyenne de 7 000 pieds. « C'est un retour aux sources au Noir & Blanc pour fêter mes 50 ans de carrière en photographie », explique Lucien Lisabelle. L'atelier est situé au 485 rue Martin à Ste-Sophie. Vous pouvez visiter son site internet lucienlisabelle.com où vous pourrez confirmer votre adresse courriel pour continuer à recevoir ses infolettres.

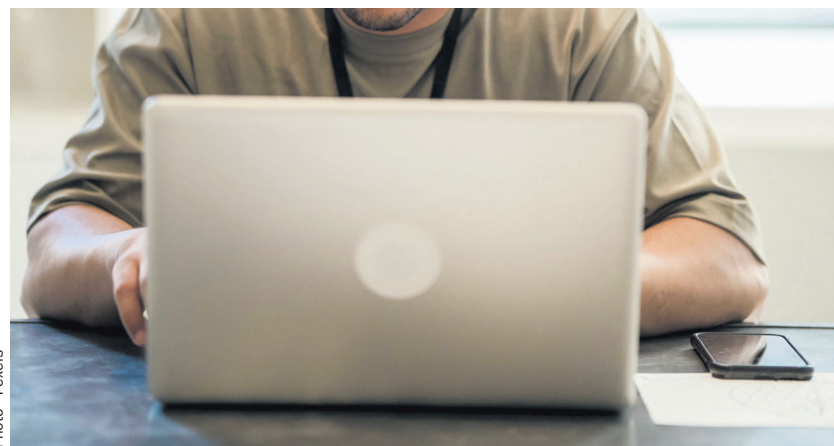


Photo - Pexels

Plus de 94 % des déclarations d'impôt transmises électroniquement

Revenu Québec brosse un premier portrait de la situation et réitère l'importance de produire sa déclaration de revenus avant la date butoir du 30 avril 2026. La majorité des particuliers ont choisi ImpôtNet Québec pour transmettre leur déclaration de revenus. Au 1^{er} avril, 94 % des 2 437 000 déclarations reçues ont été transmises par Internet. Revenu Québec vise à effectuer un remboursement ou à délivrer un avis de cotisation dans un délai de 14 jours lorsque les déclarations sont transmises électroniquement.

Les Petits Frères

Une présence essentielle auprès des aînés

À Saint-Jérôme, une cinquantaine de personnes aînées retrouvent chaque semaine un peu de chaleur humaine grâce aux Petits Frères, un organisme discret, mais essentiel, qui lutte contre l'isolement social des personnes du grand âge.

Alexane Taillon-Thiffeault
atthiffeault@medialo.ca

La nouvelle coordonnatrice locale, Trycia Bélanger, souhaite faire connaître davantage cette mission encore trop méconnue dans la région. Implantée depuis 2019, l'équipe des Petits Frères de Saint-Jérôme couvre un vaste territoire qui s'étend notamment jusqu'à Mirabel, Saint-Janvier et Sainte-Sophie.

Malgré sa jeune existence, l'organisme répond déjà à des besoins grandissants dans un contexte de vieillissement accéléré de la population. «On est le seul organisme ici qui offre des visites d'amitié gratuites exclusivement pour briser l'isolement des aînés», explique M^{me} Bélanger en entrevue. «Et les demandes augmentent constamment.»

Une réalité souvent invisible

Les personnes accompagnées par les Petits Frères ont généralement 75 ans et plus et vivent seules, souvent depuis longtemps. Certaines ont perdu leur conjoint, d'autres n'ont plus de proches ou voient leur réseau social disparaître avec les années.

«J'ai beaucoup de personnes de 90 ans et plus, même une participante de 102 ans», souligne la coordonnatrice. «Ce sont des gens qui, parfois, n'ont vu personne depuis des mois à part leur bénévole.»

Plus de la moitié des références proviennent désormais du réseau de la santé, notamment de travailleurs sociaux du CISSS,



Photo gracieuseté Trycia Bélanger

Une bénévole accompagnant deux aînées, lors du dîner de Pâques l'an dernier.

signe que l'isolement des aînés représente un enjeu bien réel dans la région. Plusieurs vivent aussi dans des situations de vulnérabilité: difficultés financières, perte d'autonomie, troubles cognitifs ou enjeux de santé mentale.

Selon M^{me} Bélanger, certains aînés se retrouvent même dans des «trous de service», en attente d'une prise en charge pouvant prendre jusqu'à deux ans. Pendant ce temps, les bénévoles deviennent souvent leur principal filet social.

«On devient un peu leur famille. Les bénévoles les connaissent parfois mieux que certains membres éloignés de leur entourage», dit-elle.

Une armée de bénévoles engagés

L'organisme repose sur l'implication d'environ 50 bénévoles actifs à Saint-Jérôme. Ceux-ci rendent visite aux aînés à domicile

ou en résidence, effectuent des appels réguliers et accompagnent les participants lors d'activités spéciales.

Certaines visites ont lieu chaque semaine, d'autres aux deux semaines, selon les besoins. Il arrive aussi que des bénévoles offrent du transport lorsque les personnes n'ont pas les moyens de payer un service adapté.

«Tout est gratuit. Il n'y a aucun frais pour les aînés, que ce soit pour les activités, les repas ou les déplacements», précise M^{me} Bélanger. Cette gratuité constitue un élément central de la mission.

Le dîner de Pâques

Le dîner de Pâques, qui a eu lieu le 6 avril dernier, représente l'un des moments forts de l'année. Au programme: repas partagé, musique avec un bénévole guitariste, bingo et activités sociales.

Les bénévoles assurent le transport et accompagnent les participants du début à la fin de la journée.

Pour ceux qui ne peuvent se déplacer en raison de problèmes de santé, une attention particulière est prévue. Des bénévoles livrent des cadeaux préparés à la main et prennent le temps d'effectuer une visite personnalisée.

«Personne n'est oublié. Même ceux qui ne peuvent pas sortir reçoivent leur moment de Pâques», souligne la coordonnatrice.

Bien plus que des événements ponctuels

Au-delà des célébrations saisonnières, les Petits Frères organisent plusieurs initiatives tout au long de l'année: camps estivaux dans une maison de l'organisme à Oka, célébrations de Noël pour les personnes seules, réalisation de «rêves d'aînés» ou encore activités lors de la Journée internationale des aînés.

Ces moments ont un gros impact, observe M^{me} Bélanger, avec plus de 15 ans d'expérience en intervention sociale. «Voir un aîné arriver à un événement après des mois d'isolement et le voir s'illuminer, c'est comme s'il gagnait un million. Ça n'a pas de prix.»

Malgré son importance, l'organisme demeure encore peu connu dans la région. La nouvelle coordonnatrice espère que des initiatives comme le dîner de Pâques permettront d'accroître la visibilité et d'attirer de nouveaux bénévoles.

Car la réalité est claire, et c'est que les besoins dépassent déjà les ressources disponibles. «J'ai des appels chaque semaine de proches dépassés qui cherchent de l'aide pour un parent isolé. On aimerait pouvoir dire oui à tout le monde», conclut-elle.

Deux
campus
Gatineau
Saint-Jérôme

Fais ta demande d'admission

Ton choix parmi
nos 215 programmes

UQO UNIVERSITÉ
DU QUÉBEC
EN OUTAOUAIS



Le communautaire à boutte

Une mobilisation historique

Après deux semaines de grève, de manifestations et d'actions symboliques partout au Québec, le mouvement **Le communautaire à boutte** a pris fin le 2 avril par une mobilisation nationale d'envergure devant l'Assemblée nationale à Québec.

Alexane Taillon-Thiffeault
atthiffeault@medialo.ca

Pour plusieurs intervenants du milieu, dont ceux de la région de la MRC de La Rivière-du-Nord, cette mobilisation marque un tournant, sans pour autant arrêter la lutte. Près de 10 000 travailleuses et travailleurs communautaires étaient attendus dans la capitale nationale pour cette journée culminante. Depuis les Laurentides, trois autobus ont quitté la région aux premières heures du matin, transportant plus de 200 personnes venues réclamer un meilleur financement du secteur.

Pendant dix jours, des actions ont été organisées simultanément dans 17 régions du Québec afin de dénoncer le sous-financement chronique des organismes communautaires et exiger des engagements durables du gouvernement.

Des mobilisations visibles dans la Rivière-du-Nord

Dans la MRC de La Rivière-du-Nord, les organismes se sont fortement mobilisés.

Selon Alexandre Charbonneau, coordonnateur du Regroupement des usagers du transport adapté et collectif de la MRC Rivière-du-Nord (RUTAC MRC RDN), la participation locale a dépassé les attentes.

«On était une centaine juste pour la cellule de la Rivière-du-Nord», explique-t-il, soulignant que plusieurs événements ont été organisés au fil des journées de mobilisation.

Parmi les images marquantes, une action symbolique mettant en scène un cercueil portant l'inscription «Rest in peace communautaire» visait à illustrer les conséquences concrètes du manque de financement. «À force de manque de financement, il y a déjà des organismes qui ont fermé. Le risque, c'est que ça continue», affirme-t-il, rappelant que certains services essentiels sont fragilisés depuis plusieurs années.

Des rassemblements ont aussi eu lieu devant des bureaux politiques, notamment celui de la députée Sonia Bélanger, afin d'interpeller directement les décideurs.

Le communautaire, un filet social

Au cœur des revendications, il y a un financement à la mission plus stable, une reconnaissance du rôle des organismes et de meilleures conditions de travail pour les employés du secteur.



Le 1^{er} avril, des personnes du communautaire ont organisé une marche funèbre, symbole du communautaire qui pourrait «mourir» sans financement adéquat.



Photos Alexandre Charbonneau

Pour M. Charbonneau, la mobilisation a permis de mieux faire comprendre la place occupée par les organismes communautaires dans le filet social.

«Le communautaire, c'est vraiment un prolongement du système public», affirme-t-il. «Même cette semaine, j'ai reçu des appels de personnes référées par le 811.»

Selon lui, les organismes agissent souvent comme première ligne informelle pour répondre à des besoins que les services publics ne parviennent plus à combler, que ce soit en santé mentale, en soutien aux aînés, en itinérance ou en aide alimentaire.

«Du jamais vu»

Malgré les défis, la mobilisation a aussi généré un sentiment de solidarité rarement observé dans le milieu. «Ça fait chaud au cœur. C'est du jamais vu», confie M. Charbonneau. «Des gens qui sont dans le communautaire depuis vingt ans disent qu'ils n'avaient jamais vu une mobilisation semblable.»

Mais si la mobilisation a suscité de l'espoir, elle a aussi mis en lumière la pression constante vécue par les équipes communautaires. «C'est une émotion en deux temps», résume le coordonnateur. «C'est mobilisateur et encourageant, mais

pendant ce temps-là, le travail continue de s'accumuler.»

À cela s'ajoute l'incertitude financière. Certains organismes attendent toujours le renouvellement de leurs ententes de financement, un retard qui alimente l'inquiétude quant à leur avenir.

«Si le financement ne suit pas, certains organismes pourraient redevenir entièrement bénévoles, faute de pouvoir maintenir des postes salariés», prévient-il.

Et maintenant ?

Malgré la fin officielle du mouvement, les revendications demeurent entières. Les organismes réclament toujours la mise en place d'une table de négociation d'urgence ainsi qu'un plan de redressement durable pour le financement du communautaire.

Dans un contexte où les besoins sociaux continuent d'augmenter, plusieurs acteurs du milieu préviennent que l'escalade des moyens de pression n'est pas exclue si aucune avancée concrète n'est annoncée.

Pour M. Charbonneau, une chose est toutefois certaine, c'est que la mobilisation aura laissé une trace. «Ça a mis de la lumière sur notre réalité. Maintenant, il faut que ça mène à des actions», conclut-il.

Chorale
DU CÉGEP DE ST-JÉRÔME

Direction **Mélissa Brosseau**

Présenté par **Étienne Génier**
Pianiste et Musiciens

Vie Brations
- Répertoire de comédies musicales -

Dimanche 31 mai 2026 - 19h30
THÉÂTRE GILLES-VIGNEAULT
118 rue de la Gare, Saint-Jérôme

Adultes : 40 \$
17 ans et moins : 25 \$

6 | Mercredi 8 avril 2026 - Le Nord

Drogue et délit de fuite

Un récidiviste coincé par la SQ dans un bac à déchets

Un homme de 41 ans a été arrêté après avoir tenu les policiers de la SQ en haleine, le lundi 30 mars dernier en soirée, lors d'une poursuite policière sur l'autoroute des Laurentides, entre Piedmont et Saint-Jérôme.

Luc Robert | lrobert@medialo.ca

C'est vers 20h30 que le conducteur a été localisé à l'aide du maître-chien, caché dans un bac à déchets d'une résidence de la rue des Pommetiers. Le récidiviste a été conduit au poste de la SQ, où les limiers ont découvert en sa possession des stupéfiants: ils ont saisi des comprimés de méthamphétamine et du crack. Le fuyard est demeuré détenu et a comparu au Palais de justice de Saint-Jérôme le lendemain. Il a fait face à une kyrielle d'accusations, notamment pour conduite dangereuse causant des lésions, de conduite durant interdiction, de délit de fuite causant des lésions, de fuite, de tentative de vol, de possessions de stupéfiants et bris de probation.

Déroulement inusité

Vers 19 h, les policiers de la SQ, du poste de la MRC des Pays-d'en-Haut, ont voulu intercepter un véhicule pour une infraction en vertu du code de la sécurité routière sur l'autoroute 15 sud, près du kilomètre 57, à Piedmont.

Le conducteur a refusé de s'immobiliser et une poursuite s'est engagée sur l'autoroute 15 en direction sud. Le conducteur a effectué plusieurs manœuvres dangereuses dans sa fuite. Après avoir circulé dans l'accotement de droite, il a pris la sortie 45, à Saint-Jérôme. Les policiers ont mis fin à



Photo gracieuseté

la poursuite pour des raisons de sécurité à l'endroit où ils l'ont perdu de vue, soit dans le secteur de la Montée Sainte-Thérèse.

Fuite à pied

Les policiers ont été informés quelques minutes plus tard que le véhicule suspect venait d'avoir une collision à l'intersection de la rue Saint-Nicolas et Rolland-Godard, à Saint-Jérôme, et que les 3 occupants venaient de prendre la fuite à pied.

Les deux passagers ont été rapidement localisés par les policiers et sont demeurés détenus aux fins d'enquête. Aucune accusation n'a été portée contre eux.

Opération ACCES Tabac

Deux personnes arrêtées et un véhicule saisi

Le 30 mars 2026, les enquêteurs du Service de police de la Ville de Saint-Jérôme (SPVSJ) ont interpellé une femme de 65 ans et un homme de 62 ans à bord d'un véhicule ciblé par l'enquête.

France Poirier | fpoirier@medialo.ca

C'est en janvier 2026 que l'équipe ACCES Tabac du Service de police de la Ville de Saint-Jérôme (SPVSJ) a amorcé une enquête visant deux individus soupçonnés d'être impliqués dans la vente de tabac non identifié conformément à la Loi concernant l'impôt sur le tabac.

Lors de la perquisition du véhicule, les policiers ont saisi:

- 101 cartons de 200 cigarettes
- 10 paquets de 20 cigarettes

Le véhicule a également été saisi comme bien infractionnel.

Cette opération s'inscrit dans le cadre du programme ACCES Tabac, une initiative provinciale visant à lutter contre le commerce illégal du tabac.

Les deux individus font maintenant face à des accusations en lien avec l'article 13.1 de la Loi concernant l'impôt sur le tabac, notamment:

«Nul ne peut vendre, livrer ou faire en sorte que soit livré hors du Québec du tabac dont le paquet est identifié conformément à la loi.»

Le SPVSJ demeure engagé à protéger la communauté et à soutenir les efforts provinciaux de lutte contre le commerce illégal.

Printemps

Attention à la grande faune aux abords des routes

Avec l'arrivée du printemps, les déplacements de la grande faune augmentent près des routes. Le ministère des Transports et de la Mobilité durable rappelle aux automobilistes d'être vigilants et prudents.

France Poirier | fpoirier@medialo.ca

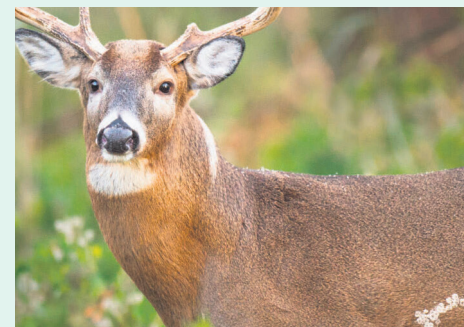


Photo Unsplash

«La fonte des neiges et l'adoucissement des températures incitent plusieurs espèces, dont les cerfs de Virginie et les orignaux, à se déplacer davantage pour trouver de la nourriture ou de nouveaux habitats. Cette période correspond également au moment où les jeunes cervidés de l'année précédente quittent leur groupe familial pour établir leur propre territoire», rappelle le Ministère.

Conseils de sécurité à adopter

Respectez les limites de vitesse et redoublez de prudence durant les périodes de la journée où le danger de heurter un animal est considéré comme étant le plus grand, soit l'aube et le crépuscule.

Ralentissez immédiatement si vous soupçonnez la présence de cervidés aux abords de la route. Nerveux et imprévisibles, ces

animaux peuvent surgir très rapidement sur la chaussée.

Actionnez vos freins à plusieurs reprises afin de signaler la présence de cervidés aux automobilistes qui vous suivent. N'effectuez jamais de manœuvres brusques pour tenter d'éviter un cervidé au dernier moment. Un accident beaucoup plus sérieux pourrait en résulter. Dans la plupart des cas, lorsque la collision semble imminente, mieux vaut ralentir et freiner progressivement.

Le Ministère déploie plusieurs mesures sur le réseau routier comme une signalisation spécifique, des aménagements fauniques et des clôtures anticervidés.

Obtenez un DÉPISTAGE AUDITIF sans frais

Valide jusqu'au 30 avril 2026.

Prenez rendez-vous !

450-436-5156

PLACE MÉDIC
256 rue de Montigny,
bureau.201-B, St-Jérôme

GROUPE FORGET
AUDIOPROTHÉSISTES

Le plus grand réseau
d'audioprothésistes au Québec
avec plus de 80 cliniques

legroupeforget.com



>1315931

Trois ans sans convention collective

Les paramédics dévoilent des messages chocs

Le Syndicat des paramédics de Laurentides-Lanaudière – CSN a dévoilé mercredi dernier des panneaux d'affichage accrocheurs, aux abords des autoroutes de la région, pour marquer le troisième anniversaire sans signature de nouvelle convention collective avec Québec.

Luc Robert | lrobert@medialo.ca

Le syndicat régional estime que ce délai est devenu insupportable pour les quelque 3 300 paramédics de la province.

«Chaque jour, chaque nuit, nous sommes ici quelque 280 paramédics prêts à intervenir à tout moment dans des situations d'urgence, pour sauver des vies ou donner des soins d'urgence aux citoyennes et citoyens. On le fait avec cœur et dévouement», a rappelé le président du SPLL-CSN, Danny Leggo-Beaudoin.

«Nous percevons un énorme manque de respect dans l'attitude du gouvernement, qui laisse notre négociation traîner en longueur, malgré les pistes de solutions suggérées vers une entente satisfaisante», a-t-il plaidé.

« Chez-nous, 87 % des paramédics pensent à quitter dans les cinq prochaines années »

- Danny Leggo-Beaudoin, président du SPLL-CSN

Pourquoi avoir choisi des enseignes géantes aux abords des voies rapides ?

«Pour sensibiliser les gens et les automobilistes en général. Ils sont souvent nos patients et nous voulons leur montrer que le gouvernement ne nous aide pas, pas plus qu'il ne le fait pour eux en bout de ligne. Notre dernière séance de négos remonte au 26 février. On s'est rencontré à l'interne (le syndicat) le 13 mars, mais ça ne semble pas une priorité pour eux de revenir faire progresser les choses à la table (des négos), a-t-il ajouté en entrevue téléphonique.

Quitter le métier

La dernière hausse de salaire remonte au 1^{er} avril 2022, ce qui laisse un goût amer aux travailleurs, qui composent avec les fluctuations marquées du coût de la vie. «Nos conditions de travail (dont les salaires) ne tiennent pas la comparaison avec les autres professions: ni dans la santé et les services sociaux, ni en sécurité publique. Nous voyons plusieurs paramédics quitter le secteur pour aller effectuer un autre travail», a-t-il poursuivi. «Chez-nous, 87% des paramédics pensent à quitter dans les cinq prochaines années, notamment à cause des conditions de travail. Si



Photos gracieuseté SPLL-CSN

Les paramédics ont tenu un rassemblement à Mirabel, le 1^{er} avril, dans le secteur Saint-Janvier.



Le SPLL-CSN sensibilise les automobilistes avec des panneaux d'affichage.

le gouvernement continue de se fermer les yeux sur cette réalité, c'est toute la population qui finira par en faire les frais», a prédit M. Leggo-Beaudoin.

Les syndiqués évoquent «que la région des Laurentides se trouve pourtant bien représentée au gouvernement de la CAQ, avec la ministre de la Santé (M^{me} Sonia Bédard). Même la présidente du Conseil du trésor a été interpellée à plusieurs occasions, mais tous demeurent muets. Ce gouvernement nous tient pour acquis: il croit qu'il y aura toujours des paramédics prêts à intervenir, peu importe les conditions qu'on leur impose».

Des nouvelles mesures et projets-pilotes inquiètent particulièrement les paramédics. «Depuis 2015, les protocoles et médicaments ont été modifiés. Il y a des enjeux de tâches: il existe dans d'autres régions des projets pilotes (qui vont arriver ici) et qui résultent par un revirement de l'approche, comme l'administration de morphine et autres médicaments dans des cas précis. Or, on nous dit de prendre la formation pendant nos temps morts, nos congés, ou en-dehors de nos horaires. On veut éviter les risques et suivre ces formations à tête reposée. En plus, le CISSS nous surveille de près et se trouve très à cheval sur les principes», a-t-il fait remarquer.

Principales demandes

Parmi les revendications des paramédics, notons l'établissement d'un juste salaire pour la profession, reflétant pleinement la réalité du travail. Les paramédics souhaitent également que la surcharge de travail soit reconnue et ils estiment mériter les conditions de travail octroyées aux salarié-es de la santé et des services sociaux, lors de la dernière ronde de négociation du secteur public. Les paramédics ont appris tout récemment que les quotas de vacances ont été réduits. Depuis plusieurs années, la possibilité de prendre des vacances l'été ou même d'avoir accès aux congés fériés se trouve limitée, à moins de cumuler plus de 10 ans de service. Cet été, encore moins de paramédics pourront s'en prévaloir, ont-ils constaté.



Danny Leggo-Beaudoin, président du syndicat des paramédics Laurentides-Lanaudière, SPLL-CSN.

Lancement des appels de candidatures pour le *Mérite québécois de la sécurité civile 2026*

Vous connaissez une personne, un groupe bénévole, une municipalité, une entreprise, un organisme ou une organisation gouvernementale dont les efforts accomplis en sécurité civile devraient être dignes de mention? Voici le moment de soumettre leur candidature.

Patrice Francoeur | pfrancoeur@medialo.ca

Le 30 mars dernier, le ministre de la Sécurité publique, Ian Lafrenière, a marqué le coup d'envoi de la période de mise en candidature pour le 28^e Mérite québécois de la sécurité civile.

« Chaque année, plusieurs personnes et organisations se démarquent pour leur engagement en sécurité civile »

- Ian Lafrenière

Les personnes ou les organismes intéressés ont jusqu'au 1^{er} mai 2026 pour soumettre un dossier de candidature. Les réalisations ou les projets soulignés doivent avoir été accomplis durant la période du 1^{er} janvier au 31 décembre 2025, à l'exception du prix Hommage, qui reconnaît la carrière d'exception d'une personne en matière de sécurité civile. La cérémonie de remise des distinctions aura lieu lors du Congrès de l'Association de sécurité civile du Québec qui se déroulera les 14 et 15 octobre 2026 à Drummondville.

Au fil des années

Le Mérite québécois de la sécurité civile a été créé en 1996, depuis sa création, ce



La directrice adjointe du continuum santé mentale ambulatoire adulte, services psychosociaux généraux adultes et dossiers transversaux du CISSS des Laurentides, Noémie Lacombe, la coordonnatrice des services psychosociaux généraux adulte et dossiers transversaux du même établissement, Audrey Larocque accompagnées par le ministre de la Sécurité publique, Ian Lafrenière.

sont 240 lauréats qui ont été reconnus pour leur dynamisme et leur passion de faire évoluer la sécurité civile et la sécurité incendie au Québec.

Les prix Mérite et Mention d'honneur pourront être décernés dans les catégories suivantes: *Prévention ou connaissance des risques, Préparation aux sinistres et Réponse aux sinistres*. Un prix Hommage peut également être remis à une personne qui s'est illustrée en sécurité civile tout au long de sa carrière. «Chaque année, plusieurs personnes et organisations se démarquent pour leur engagement soutenu en sécurité civile au Québec. Leurs actions en amont font la différence dans la prévention des sinistres ou dans l'ampleur de leurs conséquences s'ils n'ont pas pu être évités. C'est pourquoi je trouve important de souligner

leur contribution, souvent dans l'ombre, et de leur rendre hommage», souligne Ian Lafrenière, ministre de la Sécurité publique.

Les Laurentides lauréates

L'an dernier, dans la catégorie *Réponse aux sinistres* le lauréat du prix *Mention d'honneur* est revenu au Centre intégré de santé et de services sociaux (CISSS) des Laurentides pour son projet *Excellence et proactivité*: être en première ligne face à la détresse des sinistrés de la tempête tropicale Debby.

Lors de la tempête tropicale Debby en 2024, le Comité d'intervention en mesure d'urgence psychosociale du CISSS des Laurentides a mobilisé plusieurs personnes du 9 août jusqu'à la mi-septembre. Les équipes étaient en poste avant même que

les citoyens ne formulent des demandes, anticipant ainsi les besoins psychosociaux. Le service 911 n'étant pas disponible pendant plusieurs heures, la présence des intervenants a assuré un sentiment de sécurité accru pendant cette période critique.

En 2024, la Ville de Saint-Jérôme était Lauréate d'une *Mention d'honneur* pour son projet *Virage en sécurité civile*, avec lequel la Ville de Saint-Jérôme a mis sur pied une communauté – à l'échelle régionale – de praticiens favorisant les échanges et le réseautage entre divers partenaires. Dans cette même optique d'entretenir une culture de sécurité civile et de concertation, une infolettre de sécurité civile est publiée chaque semaine à l'intention des membres de l'Organisation municipale de la sécurité civile.

NETTOYEUR HAUTE PRESSION ÉLECTRIQUE RE 80
1600 PSI

ÉCONOMISEZ 90\$
149⁹⁹ \$
PDSM 239,99 \$

NETTOYEUR À PRESSION À ESSENCE RB 200
173 CM³ • 2500 PSI
62,5 LB Ⓞ

749⁹⁹ \$
PDSM

OUTILS COMPACTS

ENSEMBLE ASPIRATEUR À MAIN À BATTERIE SEA 20 S AVEC BATTERIE AS 2 ET CHARGEUR AL 1
0,75 L • 2,4 LB Ⓞ

179⁹⁹ \$
PDSM

RECEVEZ UNE BATTERIE AS 2 GRATUITE À L'ACHAT D'UN ENSEMBLE SEA 20 STIHL.

VALEUR DE 59,99 \$

© Poids sans batterie. Ⓞ Prix incluant batterie et chargeur. Ⓢ Achez simplement un ensemble d'aspirateur à main à batterie SEA 20 STIHL avant le 31 juillet 2026 et vous recevrez une batterie AS 2 GRATUITE. Jusqu'à épuisement des stocks chez les détaillants participants. Voir un détaillant pour plus de détails.

Les détaillants peuvent vendre à prix moindre. Les descriptions et les illustrations sont exactes au mieux de notre connaissance au moment de la publication et sont modifiables sans préavis. STIHL Limitée n'est pas responsable des erreurs d'impression et le détaillant STIHL local détient le pouvoir final de décision des prix des produits. Les prix sont valables chez les détaillants participants uniquement jusqu'à épuisement des stocks.

Desjardins
SPORT 1956

2075, boulevard Labelle (route 117) Saint-Jérôme
450 438-8225
www.desjardinssport.com

FINANCEMENT DISPONIBLE S.A.C.
Détails en magasin.
Certaines conditions s'appliquent.

Québec assouplit les règles pour stimuler l'agrotourisme

L'annonce a été faite le 11 mars dernier, le gouvernement du Québec propose de nouvelles règles simplifiées et mieux adaptées pour favoriser l'agrotourisme partout au Québec. Survol.

Patrice Francoeur | pfrancoeur@medialo.ca

Le projet de règlement prévoit de faire passer de 50 à 100 le nombre de personnes autorisées lors de réceptions à la ferme, et permettre la tenue de ces réceptions sur quatre jours consécutifs plutôt que trois, comme ce l'était auparavant. De plus, le nombre de places assises pour les repas servis à la ferme passe de 20 à 60.

Le projet de règlement prévoit de permettre aux exploitants de se regrouper pour mettre en place des kiosques de vente à la ferme ou des ateliers de transformation, en vue de faciliter la mise en marché de proximité.

Sur ce dernier point, *Le Nord* a parlé au ministre de l'Agriculture, des Pêcheries et de l'Alimentation (MAPAQ), Donald Martel afin de connaître comment ces regroupements seront désormais facilités. « Avant, pour avoir l'autorisation, il fallait que tu demandes à la commission de la protection du territoire agricole. Plus maintenant. Tu as le droit de te regrouper pour faire de la transformation par exemple, tu pourrais avoir une ferme où il y a 23 kiosques de 23 fermes différentes qui s'installe à la même place pour effectuer de la transformation ou pour faire connaître et vendre leurs produits », précise le ministre.

La Récolte de la Rouge

Passer de 20 à 60 places assises pour les repas servis à la ferme se réjouit Mathieu Roy de la ferme La Récolte de la Rouge. Celui qui reçoit des convives à sa ferme depuis plusieurs années voit d'un bon œil cette mesure d'assouplissement. « Ça tombe bien puisque cette année on va construire un pavillon qu'on baptisera Le Pavillon gourmand, ce qui nous aidera à mieux servir les gens ici à la ferme. »

« Donc, de passer de 20 à 60 invités, c'est certain que pour nous, ça peut être gagnant parce que nécessairement on peut recevoir beaucoup de gens. »

- Mathieu Roy

Il poursuit en expliquant qu'avant cet assouplissement, il devait limiter le nombre de visiteurs à vingt puisque la ferme ne disposait pas d'installation permanente, telle une salle de réception à titre d'exemple.

« Donc, de passer de 20 à 60 visiteurs, c'est certain que pour nous, ça peut être gagnant parce que nécessairement on peut



Photo gracieuseté

recevoir beaucoup de gens, quoique l'on vise plutôt un grand nombre de petits événements, plutôt que des gros événements à proprement dit. »

Le Nord a tenté en vain, de rejoindre la Maison de Soma, pour qui ces nouvelles

mesures pourraient permettre de servir un plus grand nombre de convives. Par les médias sociaux de la Maison de Soma, on a été informé que l'établissement de la montée Paquette était sur pause, du moins pour l'hiver, la réouverture au printemps prochain n'a toujours pas été confirmée.

Certaines voies terrestres dans votre quartier porteront un nouveau nom

Portez une attention particulière lors de votre prochaine marche, de nouveaux noms de rue apparaîtront dans votre quartier depuis leur officialisation à la suite de la dernière réunion tenue par la Commission de toponymie tenue en mars dernier.

Alex Proteau | aproteau@medialo.ca

Dans la MRC de la Rivière-du-Nord, on note des changements à Saint-Colomban, à Sainte-Sophie et Saint-Hippolyte.

À Saint-Colomban, il y aura désormais quatre nouveaux noms de rue, soit la rue Gaffney, Kennedy, Shamrock, Shannon. Aussi, la rue Perrin remplacera celui de la rue Gilbert-Gareau. La rue Stinson sera la nouvelle appellation de la rue Odette-Charron. Or, lors de notre marche de Pâques, on a constaté que les changements apportés n'étaient pas en vigueur.

À Sainte-Sophie, la seule nouveauté est la rue du Harfang. Celle-ci se trouve à l'ouest de la montée Masson et au sud de la route 158.

À Saint-Hippolyte, la rue Jacques-Grand'Maison. Son nom rappelle le souvenir de monseigneur Jacques Grand'Maison (1931-2016), sociologue, écrivain, prêtre et théologien et qui a vécu à Saint-Hippolyte.

MRC des Pays-d'en-Haut

Dans la MRC des Pays-d'en-Haut, seuls deux changements ont été apportés à la suite de la réunion de la Commission de la toponymie.

À Sainte-Adèle, une nouvelle colline portera le nom de Jean-Baptiste-Rolland. Ladite colline est située tout près du mont Olympia.

Pour les curieux : Jean-Baptiste Rolland est né en 1815 et était un libraire, imprimeur, homme d'affaires et politicien.

Quant à Saint-Adolphe-d'Howard, les citoyens marcheront prochainement sur le chemin du Havre. Il est accessible par l'entremise du chemin Corbeil, à proximité du lac Saint-Joseph.



Photo Médialo - Alexandre Tailleux-Thiffault

La rue Odette-Charron portera désormais le nom de la rue Stinson.



Poissons d'avril: les villes se lâchent lousses

Des municipalités et élus des Laurentides ont rivalisé d'imagination pour le 1^{er} avril, multipliant les fausses annonces sur Facebook, entre humour et clins d'œil bien ancrés dans le réel.

Louis-Philippe Forest-Gaudet
lpfgaudet@medialo.ca

Saint-Jérôme entre blague et sensibilisation

À la Ville de Saint-Jérôme, deux publications ont retenu l'attention. D'un côté, une fausse réglementation obligeant l'installation de broyeurs à lingettes dans les toilettes, présentée comme une mesure officielle.

Derrière l'humour, un rappel réel: les lingettes continuent de causer des problèmes dans les réseaux d'égouts.

De l'autre, une annonce technologique avec « Rémi.ia », une intelligence artificielle censée répondre aux citoyens en reproduisant la pensée d'un élu.

« Accessible. Disponible. 24h/24. Exactement comme moi. Mais en mieux reposé », pouvait-on lire sur la page du maire Rémi Barbeau.

Un élu embarque dans le jeu

Le député Youri Chassin a lui aussi participé avec une annonce improbable: l'ajout d'une voie rapide réservée aux poussettes et aux trottinettes sur les trottoirs.

« Nous avons bien hâte de vous voir emprunter ce nouvel accès », écrivait-il, en ajoutant attendre « la confirmation officielle de Rémi Barbeau pour l'inauguration ».

Les villes misent sur le réalisme

Du côté de la Ville de Prévost, la publication proposait une fausse collection d'ensembles de construction « PREVO CITÉ », permettant de bâtir chez soi les infrastructures locales, comme la bibliothèque ou un pont.

« Imaginez. Assemblez. Donnez vie à votre ville » invitait la Ville dans un message qui

reprenait les codes d'une véritable campagne promotionnelle.

À la Ville de Saint-Colomban, le poisson d'avril prenait la forme d'une annonce de tournage majeur après le passage de *Bon cop Bad cop*. La publication évoquait des fermetures de rues et des détours, avec une carte détaillée à l'appui.

« Merci de nous aider à faire rayonner Saint-Colomban sur la scène internationale », concluait la Ville, avant de confirmer le lendemain qu'il s'agissait d'un poisson d'avril.

« Excellent poisson d'avril pour sensibiliser à un problème réel! »
- **Pouvait-on lire sous la publication de la ville de Saint-Jérôme**

À la Municipalité de Saint-Hippolyte, la blague a pris la forme d'un faux sondage citoyen portant sur un projet lié à Amazon, reprenant fidèlement les outils habituels de consultation publique.

Réactions et efficacité

Sous plusieurs publications, les réactions ont été immédiates. « J'y ai cru », écrivent plusieurs internautes. « Bien joué », ajoutent d'autres.

La recette semble efficace: plus la fausse nouvelle est crédible, plus elle capte l'attention.

Au final, ces publications montrent que, même dans l'humour, les municipalités parlent souvent de vrais enjeux. Et surtout, qu'elles savent, le temps d'une journée, sortir du ton habituel pour surprendre.

Boissons énergisantes

Mort évitable ? Québec tarde à agir



Une grande variété de boissons énergisantes sont offertes dans nos commerces.

Plus de deux ans après la mort d'un adolescent lors d'une sortie scolaire, les appels à encadrer les boissons énergisantes se multiplient, sans réponse concrète de Québec.

Louis-Philippe Forest-Gaudet
lpfgaudet@medialo.ca

Le 12 janvier 2024, Zachary Miron, 15 ans, participe à une sortie de ski à Morin-Heights. Le matin, il prend sa médication pour le TDAH. Sur les pentes, il consomme une boisson énergisante. L'interaction provoque une arythmie fatale.

D'autres signalements d'interactions graves entre caféine et médication similaire ont aussi été recensés. Des cardiologues évoquent un danger « méconnu », mais réel.

80 %

Des jeunes en ont déjà consommé des boissons énergisantes

« Notre chum Zac »

Chez les proches, le choc demeure. Des amis de l'adolescent continuent de témoigner. « Notre chum Zac, il nous a quittés trop tôt. Il avait pris une seule boisson énergisante. Son cœur s'est arrêté, il avait 15 ans. » Leur message est clair. « Même sans médication, ces boissons sont dangereuses. Le risque est réel. »

Ces témoignages traduisent une banalisation du produit chez les jeunes. « On ne pensait pas que c'était dangereux », disent certains dans un reportage de Radio-Canada.

Sport et marketing

Le drame est survenu dans un contexte sportif, où ces boissons sont souvent perçues comme un coup de pouce. Leur



marketing mise sur l'adrénaline, la performance et les sports extrêmes, des codes qui rejoignent directement les adolescents. Résultat: selon un sondage Léger, près de 80% des jeunes en ont déjà consommé.

Des risques connus

L'Institut national de santé publique du Québec rappelle que les jeunes sont plus

vulnérables aux effets de la caféine, notamment cardiaques. Santé Canada recommande de ne pas dépasser 2,5 mg/kg par jour. Une seule canette peut atteindre cette limite.

Des recommandations sans suite

Un rapport d'experts remis en 2023 à l'Assemblée nationale recommandait d'interdire la vente aux mineurs.

Caféine et jeunes : les repères

Maximum : 2,5 mg/kg/jour selon Santé Canada

Exemple : 125 mg pour un jeune de 50 kg

Une canette : 50 à 180 mg

Moins de 14 ans : à éviter

Risques : palpitations, anxiété, arythmie

Risque accru avec médication TDAH

Aucune mesure n'a encore été adoptée. Le député Guillaume Cliche-Rivard presse Québec d'agir. « On se mobilise pour protéger les jeunes », affirme-t-il.

La ministre Sonia Bédard se dit préoccupée, sans échancier.

Une réalité bien présente ici

Dans les Laurentides, la situation interpelle directement le milieu scolaire. Un intervenant du réseau éducatif de la région, qui n'était pas autorisé à s'exprimer publiquement, résume ainsi le malaise: « Ce sont des produits faciles d'accès, perçus comme anodins. Pourtant, les risques sont bien réels. »

Avec les nombreuses sorties scolaires et activités sportives, l'encadrement de ces boissons demeure une question bien concrète sur le terrain.

Plus de deux ans après les faits, le débat persiste. Les témoignages s'accumulent. Les règles, elles, tardent toujours.



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

LES COMMODITÉS



SALLE
D'ÉVÈNEMENT



SALLE
DE COWORKING



SALLE
DE JEUX



SAUNA
AU TOIT



PISCINE, SPA
& SAUNA



TERRASSE &
JARDINS



SALLE
DE YOGA



PISCINE
AU TOIT



SALLE
D'ENTRAÎNEMENT



GOLF
VIRUEL



CUISINE
COMMUNE



TERRASSE
AU TOIT



LES INCLUSIONS

- 7 électroménagers
- Balcon privé
- 100% de l'électricité
- Internet/WIFI haute vitesse
- Habillage de portes et fenêtres
- Climatisation et chauffage
- Eau chaude
- Casier de rangement
- Stationnement intérieur



CONFORT ET MODERNITÉ TOUT INCLUS

Espace W est un complexe de condos locatifs conçu selon les plus hauts standards de construction. Offrant un design élégant et des matériaux de qualité, chaque unité est pensée pour un confort optimal. Tout est inclus pour une tranquillité d'esprit : électricité, eau chaude, chauffage, climatisation, Wifi haute vitesse, 7 électroménagers, stationnement intérieur, casier de rangement, balcon privé et habillage de portes et fenêtres. Avec ses stationnements entièrement intérieurs pour limiter les îlots de chaleur, Espace W allie innovation, durabilité et bien-être au cœur de Cité Mirabel.

location@espacew.com | 579-477-7779 | www.espacew.com

18285 RUE DE CHENONCEAU, MIRABEL

Un projet réalisé par **RAY JUNIOR**
INVESTISSEMENT

6^e édition à Saint-Colomban

Le FestiRock dévoile une programmation haute en couleur

7 500

personnes ont été attirées au FestiRock 2025



Les jeunes écoutent assidument les prestations du FestiRock 2025.



Les festivaliers vibreront encore au parc Phelan en août.

Photos gracieuseté Communications Saint-Colomban

Le FestiRock reviendra en scène pour une sixième édition, le samedi 29 août prochain au parc Phelan de Saint-Colomban. La programmation présentera une journée de concerts gratuits, où sont conviés les amateurs de musique punk rock de tous les âges.

Luc Robert | lrobert@medialo.ca

Attirant une foule d'un peu partout au Québec et en Ontario, le FestiRock continuera de mettre de l'avant des talents québécois et canadiens incontournables. Pour sa 6^e programmation, le festival accueillera entre autres: The Planet Smashers, The Sainte Catherines, Belvedere, Rouge

Pompier, Taxi Girls, Sudden Waves et Pace. Sur la scène acoustique, les festivaliers auront le bonheur de découvrir la musique de Joe Robicho, The Options et du Joe Evil Piano Show. Rej Laplanche reviendra à l'animation, pour le plus grand bonheur des festivaliers.

Zone enfant

L'événement sera gratuit et 100% familial. Les enfants auront droit encore une fois à une zone entièrement pensée pour eux pendant la journée: zone de défolement pour les 0-5 ans, salon de coiffure et maquillage pour se transformer en mini-punk, kiosque de tatouages temporaires, popcorn, bonbons et plus encore.

«Le FestiRock a attiré 7 500 personnes en 2025. On ratisse très large, avec des jeunes et moins jeunes sur place.

Des parents amènent souvent leur progéniture pour leur faire découvrir les airs qu'ils écoutaient dans leur jeunesse. Notre objectif demeure d'améliorer l'expérience à chaque nouvelle édition, au grand bonheur de tous», a souligné Mme Émilie Sénécal, directrice du Service des communications à la municipalité de Saint-Colomban.

Restauration

Des camions de cuisine de rue présenteront aussi une offre alimentaire diversifiée et accessible, une offre de boissons avec

et sans alcool pour se rafraîchir tout au long de la journée, une boutique souvenir avec des produits dérivés de qualité, etc.

«En bref, tout est en place pour tenir une journée mémorable qui saura ravir toute la famille!», a-t-elle ajouté avec enthousiasme.

Sise au cœur des Laurentides, la Ville de Saint-Colomban compte plus de 18500 habitants et s'étend sur près de 95 kilomètres carrés.

Elle fait partie de la MRC de La Rivière-du-Nord, avec les villes de Saint-Jérôme, Sainte-Sophie, Saint-Hippolyte et Prévost.

Aventuriers voyageurs

À la découverte du film *Les Pyrénées: la grande traversée*

Dans le cadre des Aventuriers voyageurs, on propose une découverte des villages et des paysages alpins d'Europe à travers ce film sur les Pyrénées, présenté au Cinéma Carrefour du Nord et au Cinéma Pine.

France Poirier | fpoirier@medialo.ca

Les Pyrénées: la grande traversée, le nouveau film des Aventuriers Voyageurs, sera présenté dès le 15 avril au Cinéma Carrefour du Nord de Saint-Jérôme et dès le 19 avril au Cinéma Pine de Ste-Adèle. Cette œuvre immersive propose un voyage au milieu des paysages de la chaîne des Pyrénées, en suivant cet itinéraire mythique de 900 kilomètres entre l'Atlantique et la Méditerranée.

Ce long métrage fait découvrir le célèbre sentier GR10, parcouru en solo en 67 jours. Au fil de cette traversée exceptionnelle, les spectateurs visitent des panoramas alpins, des lacs d'altitude, ainsi que des villages authentiques situés tantôt en France, tantôt en Espagne. Le film met en lumière des rencontres humaines marquantes avec des passionnés de montagne: conteurs, guides et accompagnateurs, historiens, gardiens de refuges et



Les Pyrénées offrent de magnifiques paysages.

bergers. Chacune de ces personnes partage son attachement profond à ce territoire et à ses traditions.

De bivouacs en refuges, le spectateur chemine sur les sentiers du GR10 et découvre toute la splendeur de cette chaîne montagneuse. Le film a nécessité trois ans de tournage. Il sera présenté dans près de 55 cinémas à travers le Québec.

Un réalisateur passionné

Le réalisateur Philippe Jacq a décidé en 1984, à l'âge de 24 ans, de partir à la découverte du monde. Cette première aventure a marqué le début d'une vie consacrée aux voyages. Que ce soit à vélo ou à pied, il part à la découverte du monde en se nourrissant des différentes cultures. Pour lui, voyager est bien plus qu'un déplacement, «c'est une école de vie, une manière de se confronter à la réalité du monde et de tisser des liens humains profonds».

À travers ses films, Philippe Jacq partage cette philosophie du voyage, faite de curiosité, d'authenticité et d'ouverture aux autres.

En 2024, Les Aventuriers Voyageurs avaient diffusé son film intitulé *Au fil du Mékong*, une aventure de près de 5 000 km à travers six pays d'Asie: Chine, Myanmar, Thaïlande, Laos, Cambodge et Vietnam. Cette année, il propose l'Europe pour une grande randonnée sur les sentiers du GR10!

Pour visionner la bande-annonce, rendez-vous sur notre site Internet: lesaventuriersvoyageurs.com

J'explore ma région

Notre Calendrier des événements recense des activités incontournables de la région pour les jours ou semaines à venir. Un guide pratique pour ceux qui souhaitent rester informés des rendez-vous à ne pas manquer. Vivez pleinement tout ce que la région a à offrir!



Photo gracieusité

Ménopause

Les 11 et 12 avril, le Théâtre Gilles-Vigneault de Saint-Jérôme présente *Ménopause*, une parodie musicale hilarante avec Guylaine Tanguay et Claudine Mercier. Quatre femmes célèbrent avec humour et sororité les tabous de la maturité sur des succès cultes des années 60 à 80.



Photo gracieusité

Conférence : équilibre et prévention des chutes

Le 14 avril à 14 h, la kinésiologue Claudiane Marc-Aurèle anime une conférence sur la prévention des chutes à la salle Antony-Lessard de Saint-Jérôme. Apprenez des stratégies concrètes, entre équilibre et sécurité à domicile, pour maintenir votre autonomie et rester actif durablement.



Photo gracieusité

Richard Raymond

Le 11 avril à 19 h 30, le pianiste virtuose Richard Raymond interprète les plus célèbres sonates de Beethoven à la Salle Saint-François-Xavier de Prévost. Plongez dans l'intensité de la *Pathétique*, du *Clair de lune* et de l'iconique *Appassionata*. Une soirée magistrale.



Photo gracieusité

Atelier : l'ABC de l'IA

Le 15 avril à 18 h 30, la bibliothèque Marie-Antoinette-Foucher de Saint-Jérôme présente l'atelier *L'ABC de l'IA*. Démystifiez le fonctionnement de l'intelligence artificielle et apprenez à maîtriser des outils comme ChatGPT pour simplifier votre quotidien. Inscription requise à la salle de danse.



Photo gracieusité

CINÉMA : *Super Mario Galaxy : le film*

Mario et Luigi, les plombiers jumeaux, appliquent leur énergie à résoudre les problèmes du quotidien autour de leur nouveau foyer au Royaume Champignon. Alors qu'ils assistent la princesse Peach et aident Bowser, désormais miniaturisé et captif, à se réhabiliter, ils font la rencontre d'un nouveau compagnon : Yoshi. L'arrivée de ces deux personnages acclamés ajoute une bonne dose d'action, de comédie, ainsi que de révélations bouleversantes à l'aventure!



Photo gracieusité

CINÉMA : *Toi, moi et la Toscane*

Anna, une jeune femme qui a renoncé à ses rêves de devenir chef et qui navigue dans la vingtaine en prenant quelques mauvaises décisions. Lorsqu'elle perd subitement son emploi de gardienne de maison (et en même temps son logement), une rencontre fortuite avec Matteo—un bel Italien qui possède une villa inhabitée en Toscane—va lui donner l'idée de s'envoler pour l'Italie, contre l'avis de sa meilleure amie, Claire.

SKY BLÜ 3
CONDOS URBAINS
CITÉ MIRABEL

PRÉVENTE

CONDOS PHASE 3



CONDOS 3 ½

CONDOS 4 ½

LES INCLUSIONS



Les 5
électroménagers



Les comptoirs
de quartz



12 mois de frais
de condo payés



Contribution pour
vos frais de notaire



Choix des finis
parmi nos sélections

SKYBLÜ CONDOS URBAINS - DES ESPACES DE VIE UNIQUES

Les résidents de SkyBlü bénéficieront également d'un accès exclusif à l'Azür, un espace de détente et de divertissement exceptionnel. L'Azür comprendra une piscine extérieure de 80 pieds de long, parfaite pour se rafraîchir et se détendre les jours ensoleillés. De plus, une salle d'entraînement entièrement équipée permettra aux résidents de maintenir leur forme physique sans avoir à quitter leur domicile. Le lounge moderne offrira un endroit idéal pour se retrouver avec des amis et des voisins, tandis que la terrasse permettra aux résidents de se détendre et plus encore !

SKY BLÜ
CONDOS
CITÉ MIRABEL

☎ 514-929-7766
🌐 www.skyblucondos.com
✉ vente@skyblucondos.com

**PRENEZ RENDEZ-VOUS
POUR VISITER!**



Un projet réalisé par **RAY JUNIOR**
INVESTISSEMENT

Danielle Cossette

Écrire enfin l'histoire qu'elle portait depuis toujours

Pour Danielle Cossette, la publication de son premier roman n'est pas seulement l'aboutissement d'un projet littéraire. C'est le résultat d'un long détour de vie marqué par les remises en question, le courage et une passion pour l'écriture qui ne l'a jamais quittée.

Alexane Taillon-Thiffeault
atthiffeault@medialo.ca

À 58 ans, l'autrice vit une série de premières fois. Première entrevue. Premier livre publié. Première immersion dans le monde de l'édition. «Ce sont toutes des nouvelles aventures», confie-t-elle en riant, encore surprise par l'ampleur de ce qui lui arrive.

Une passion née bien avant la publication

Bien avant de devenir autrice, Danielle Cossette était d'abord une lectrice passionnée. Adolescente, elle dévorait déjà plusieurs livres par semaine, passant ses pauses du midi à la bibliothèque. Pourtant, son parcours professionnel l'a menée ailleurs, c'est-à-dire vers la comptabilité.

L'écriture, elle, est restée en arrière-plan. Journaux intimes, poésie, explorations artistiques, créer faisait partie de sa vie, sans toutefois occuper le devant de la scène.

« On ne parle pas de politique, de religion, juste des petits bonheurs »

- Danielle Cossette



Danielle Cossette.

Un déclic survient autour de 2009 après le visionnement du film *The Bucket List*, qui l'amène à réfléchir aux rêves qu'elle souhaite accomplir. Elle dresse alors sa propre «liste de vie», sur laquelle figure un objectif clair, celui d'écrire un livre.

Un premier manuscrit voit le jour entre 2010 et 2014. L'expérience agit d'abord comme une démarche thérapeutique, avant de devenir une véritable histoire d'amour avec l'écriture. «Je suis vraiment tombée en amour avec ça», raconte-t-elle.

Une pause forcée devenue tournant décisif

Malgré cet élan créatif, la vie quotidienne ralentit le projet. Ce n'est qu'en 2022, à la suite d'un épuisement professionnel, qu'elle décide de prendre une année sabbatique. Cette pause deviendra déterminante.

Elle en profite pour terminer *L'île des amours secrets*, un roman amorcé plusieurs années auparavant. À l'automne 2024, elle ose enfin envoyer son manuscrit à une

maison d'édition, une seule. Le pari est risqué, mais réussi: le texte est accepté dès le premier envoi.

«J'ai pris mon courage à deux mains. C'était vraiment un saut dans l'inconnu», explique-t-elle, soulignant le rôle essentiel de ses proches et de ses bêta-lecteurs qui l'ont encouragée à croire en son talent.

Romance, mystère et liens familiaux

Dans *L'île des amours secrets*, Danielle Cossette mélange romance et mystère, deux genres qui reflètent ses propres habitudes de lecture.

L'inspiration du roman provient notamment de souvenirs de vacances dans les Laurentides, près du lac Écho, ainsi que d'expériences personnelles et de récits entendus au fil des années. L'histoire familiale au cœur du roman s'inspire aussi du vécu d'un proche ayant découvert une nouvelle fratrie à l'âge adulte - une histoire qui l'a profondément marquée.

Pour elle, les relations humaines sont essentielles. Amour, amitié et liens

familiaux s'entrecroisent afin de créer une lecture réconfortante. «C'est un livre qui fait du bien», résume-t-elle. «On ne parle pas de politique ni de religion. Juste de petits bonheurs.»

La suite des choses

L'autrice entretient un lien particulièrement fort avec ses personnages, et leur histoire ne s'arrête d'ailleurs pas au premier tome, puisque la série prendra la forme d'une trilogie.

Le deuxième volume est déjà écrit et en cours de révision. Son objectif? Permettre aux lecteurs de continuer à suivre l'évolution des personnages au fil du temps, plutôt que de refermer le livre sans savoir ce qu'ils deviennent.

Danielle Cossette nourrit peu d'attentes quant au succès commercial, et elle espère surtout offrir un moment de douceur aux lecteurs. Le plus beau compliment reçu jusqu'à maintenant, c'est lorsqu'une amie lui a confié s'ennuyer d'un personnage après avoir terminé le roman. «Là, j'ai fait: wow. Pour moi, ils existent vraiment.»



Aujourd'hui, l'autrice savoure chaque étape de cette nouvelle carrière littéraire avec gratitude et étonnement. «Tout ce qui arrive en ce moment, c'est la cerise sur le sundae», dit-elle.

Hockey collégial

Deux Cheminots élus parmi les étoiles du RSÉQ

Le gardien Antoine Chagnon-Fournel et l'attaquant Elliot Leblanc, des Cheminots, ont été élus respectivement sur la 1^{ère} et la 2^e équipe d'étoiles de la Conférence du Sud-Ouest, dans la Ligue de hockey collégiale D2 du Québec.

Luc Robert | lrobert@medialo.ca

Le longiligne portier originaire de Saint-Eustache a su tirer les marrons du feu, même s'il devait chausser les bottines du légendaire Renaud Simard, maintenant rendu aux rangs universitaires.

«J'ai été chanceux à mes débuts. Nous étions trois gardiens à nous disputer une place devant le filet des Cheminots. Puis il y a eu la blessure à long terme de Wylliam Brunette (genou). J'ai fait de mon mieux et j'ai été très bien utilisé par l'entraîneur Benoît Gratton. Il était venu me voir l'an dernier à des parties de l'Académie Sainte-Thérèse, dans les rangs scolaires M18D1 (juvénilles). Il est venu me parler et j'ai décidé de venir au Cégep de Saint-Jérôme», s'est souvenu le portier gaucher.

Iceman

Son entraîneur Benoît Gratton a apprécié sa rapide éclosion à un niveau supérieur. «Notre plus grand questionnement d'équipe était le départ de Renaud. Étions-nous capables de trouver un gars aussi dominant que lui. Antoine a rempli ce rôle dès sa première année. Son sang-froid m'impressionne le plus : rien ne semble l'affecter. On pourrait même le surnommer *The Iceman*», a louangé l'ancien joueur du Canadien.

Chagnon-Fournel a démontré tout son talent dès sa première campagne collégiale, avec



Antoine Chagnon-Fournel et Elliot Leblanc ont été élus sur les équipes d'étoiles.

une excellente moyenne de buts alloués de 1,95 et un pourcentage d'arrêts de ,920. Il s'est de plus façonné un dossier de 14 victoires contre 2 défaites en saison régulière et 1 échec en fusillade.

«Les défenseurs m'ont facilité la tâche, tant en saison qu'en séries, en déblayant le devant du filet et en me permettant de voir les tirs décochés. Pour les éliminatoires,

Ben (Gratton) a eu l'idée de me faire pratiquer avec des joueurs dans mon demi-cercle, de sorte que le trafic créé par les Spartiates, en 2^e ronde, m'incommoder moins. Mon honneur se répercute sur toute l'équipe», a souligné le no. 31.

Il s'agit du premier honneur individuel remporté par Chagnon-Fournel au cours de sa carrière.

«C'est plaisant d'être nommé, surtout que ça ne m'est jamais arrivé de ma carrière, que ce soit pendant mes 4 ans à Sainte-Thérèse ou avant. Je l'accepte très humblement», a-t-il évoqué.

Chagnon-Fournel a poursuivi les séries des Cheminots avec succès, en blanchissant les Spartiates du Vieux-Montréal 3 à 0, le mercredi 1^{er} avril. Il a bloqué la totalité des 19 tirs des visiteurs.

« On pourrait même surnommer Antoine *The Iceman* »

- L'entraîneur Benoît Gratton

Leblanc surpris

Pour sa part, l'ailier-droit Elliot Leblanc a reçu sa nomination sur la 2^e équipe d'étoiles comme une forte surprise. «C'est aussi une première dans mon cas. J'aime contribuer aux succès de l'équipe. Mais ce sont les succès collectifs qui m'importent. On veut tous aller au Championnat provincial, à Drummondville, et aller chercher la bague de champions manquée il y a deux ans. Il faut garder nos pieds sur terre et ne pas nous emporter. C'est en ajoutant les petites victoires que nous avons une chance d'aller chercher le gain ultime», a-t-il philosophé.

Rappelons que le Championnat provincial D2 de hockey aura à nouveau lieu à Drummondville, les 11 et 12 avril, au Centre sportif Girardin.

Séries LHJAAAQ

Les Condors forcent la tenue d'une 5^e partie ce mercredi soir

Les Condors de Beauce-Appalaches ont servi un avertissement aux Panthères de Saint-Jérôme, jeudi dernier en les battant 6 à 2, ce qui force la tenue d'un 5^e épisode de la série demi-finale, ce mercredi soir à l'Aréna de la Rivière-du-Nord.

Luc Robert | lrobert@medialo.ca

L'allure de ce duel 4 de 7 a pris des allures où les équipes dominant souvent à leur propre amphithéâtre.

«Je ne dirais pas qu'il s'agit d'une série de *homers*. Il n'y a rien de terminé. S'il y en a qui pensent que c'est réglé, ils sont dans le champ. Les Condors possèdent une équipe jeune et fougueuse. Ils forment un très bon club. Ils jouaient leur survie, jeudi dernier, et ils ont rallumé le feu. En même temps, il s'agissait de notre premier échec après six victoires d'affilée en éliminatoires. Rien n'est perdu et nous avons effectué des ajustements. Les gars ont demandé eux-mêmes de tenir un exercice samedi dernier. Cela en dit long sur la force de caractère des Panthères», a fait remarquer le pilote Jean-Philippe Paré.

Lors de la défaite à Saint-Georges de Beauce de jeudi, William Legault et Michaël Fournier ont fait mouche à l'attaque. Le gardien Jacob Brochu a fait face à 26 tirs. Les Jérômiens ont réussi un but en huit avantages numériques, tout en étant parfait en trois désavantages numériques.

Jean-Philippe Paré avoue que les distances de 8 heures d'autobus (4 heures seulement pour l'aller) mettent la résistance des formations à dure épreuve. «On est au temps de l'année où on fait des sacrifices. Ça peut se transmettre par disputer une partie à plat à l'occasion. Il s'agit de pouvoir performer à nouveau pendant 60 minutes. Je ne suis pas inquiet pour nos gars. C'est un processus connu de devoir lutter contre l'adversité. Et nous avons les meneurs pour poursuivre l'aventure», a-t-il jugé.

Tolkunov au mondial

D'autre part, les Panthères ont libéré l'attaquant ukrainien Alexey Tolkunov, afin de lui permettre de participer au camp de sélection de son pays, du 4 au 8 avril, en vue du mondial junior des moins de 18 ans. Il a obtenu une aide en cinq parties en séries.

«Tulko ne peut passer à côté de cette expérience unique dans sa carrière. Il a progressé au cours de l'année et est devenu un gars tannant pour le porteur du disque de l'autre équipe, sur lequel il applique beaucoup de pression. Dans son rôle effacé, il demeure un bon joueur pour les Panthères. S'il se rend jusqu'en finale aux Mondiaux, il pourrait revenir à Saint-Jérôme le 25 avril», a calculé M. Paré.



L'attaquant Alexey Tolkunov participera au camp de l'équipe U18 d'Ukraine.

Dérivé du football

Essor fulgurant du NFL Flag football dans les Laurentides

L'Association NFL Flag Laurentides Football a achevé son camp d'entraînement printanier intérieur au Centre Claude-Beaulieu de Saint-Jérôme avec l'ajout de nombreux jeunes à chaque pratique, qui ont découvert la discipline.

Luc Robert | lrobert@medialo.ca

Dès la fonte des neiges, les adeptes reprendront l'action le 25 avril sur le terrain synthétique extérieur du Parc des Intendants de Mirabel (Montée Sainte-Marianne), situé près de la sortie 31 de l'autoroute des Laurentides.

« Nous sommes très bien situé et il s'agit du seul terrain des Laurentides ligné spécifiquement pour le Flag Football. Les jeunes joueurs et joueuses proviennent de partout dans le territoire: de Sainte-Agathe à Sainte-Adèle, en passant par Tremblant, Saint-Jérôme, Blainville et bien sûr Mirabel. La relève s'annonce excellente dans les niveaux M10, M12, M14, M16 et M18 », a communiqué avec enthousiasme le commissaire de Laurentides NFL Flag-Football, M. William Kula.

Lui-même un ancien dirigeant de programme scolaire de football traditionnel au Collège Laval, M. Kula a été séduit par le flag football.

« La discipline met l'accent sur les habiletés physiques, telles que la rapidité, l'agilité et la dextérité, plutôt que sur la grandeur, la grosseur et la robustesse. Nous en sommes à notre deuxième année d'existence dans les Laurentides et la popularité du flag-football va au-delà des espérances. Après notre camp de printemps, nous en sommes rendus à la sélection des équipes élites et récréatives. Tout le monde trouve son compte chez nous », a-t-il plaidé.

Laurentides NFL Flag-Football fonctionne avec règlements qui diffèrent des applications traditionnelles. Les habitués ont besoin d'une période d'ajustement pour s'y retrouver. « Nous disputons des joutes avec des alignements de 5 joueurs contre 5, soit 10 éléments par équipe, en plus des affiliés. Au volet récréatif, les jeunes apprennent les rudiments du flag, tout en s'affrontant entre eux au sein de formations locales. Les joueurs et joueuses élites essaient de percer l'alignement des Faucons des Laurentides, nos équipes de tournois sanctionnés, qui évoluent à des compétitions élites ailleurs au Canada et aux États-Unis. »

Visibilité accrue

M. Kula adore l'initiative déployée par le quart vedette Tom Brady, qui a organisé le 21 mars dernier la première Classique de Flag Football Fanatics des États-Unis, où des anciennes et présentes gloires de la Ligue nationale de football (NFL) se sont

mesurées avec difficulté à l'équipe nationale américaine de flag football, quintuple championne du monde en titre.

« Les joueurs de flag ont remporté leurs trois duels sans aucune difficulté. Les anciens pros sont arrivés là 4 jours avant, en croyant débarquer à une partie de plaisir. En partant, le quart-arrière ne peut courir avec le ballon hors de la pochette traditionnelle. Immobile, il est plus vulnérable à se faire arracher une bandelette à sa ceinture, la façon d'arrêter l'adversaire. Le flag se joue avec une façon de penser très différente du football conventionnel », a détaillé le Commissaire Kula.

Plusieurs receveurs professionnels participant à l'événement américain ont eu le réflexe de lever le coude et de sortir l'épaule pour protéger leur course, dès la réception du ballon par les airs, alors qu'au flag, les joueurs ont déjà déguerpi à l'instant de l'attrapé.

« C'est vraiment une autre paire de manche, d'effectuer un tracé de passe et attraper un ballon au flag, ou encore de couvrir un adversaire. Ici, la masse musculaire ne fait pas de différence. La rapidité oui. On a beau être appuyé par la NFL, il faut démystifier les deux produits: chacun à sa place et ses techniques. »

« Le flag se joue avec une façon de penser très différente du football conventionnel »

- Willam Kula

Membership élargi

William Kula a noté une hausse de fréquentation des entraînements intérieurs croissante, au Centre Claude-Beaulieu, jusqu'à la dernière séance du 28 mars. « Nos jeunes veulent bouger et ce sport allie le plaisir au développement d'habiletés. Nous en étions à 90 inscriptions par session, et les courriels continuent à entrer à notre site internet (flaglaurentides.com/nffflaglaurentides/). Par exemple, avec 5 formations de 15 éléments (avec les réservistes), on atteint rapidement 75 à 100 joueurs. Et c'est sans compter le volet récréatif, qui attire aussi une grande clientèle. La NFL a créé un engouement réel avec son événement et les inscriptions suivent la vague ici. On accepte encore les entrées, tant dans nos équipes mixtes que régulières. »

Laurentides NFL Flag-football entend tenir une journée portes-ouvertes au Centre sportif des Pays-d'en-Haut, à Sainte-Adèle,



Une affluence marquée a été notée aux entraînements intérieurs.

Photo Médialo Luc Robert

pour populariser encore plus son produit dans les Laurentides.

« J'ai joué, dirigé des équipes et même géré des programmes de football traditionnel. J'ai

eu sous mes ordres le quart étoile Jonathan Sénécal à Laval, mais ça fait longtemps que je n'avais pas eu un coup de foudre comme celui du flag-football. J'invite tout le monde à découvrir la discipline », a-t-il achevé.

Soyez le 7^e joueur !

PROCHAINS MATCHS

MERCREDI
8 Avril | 19h30

DIMANCHE*
12 Avril | 15h00

ADMISSION GRATUITE POUR LES JEUNES VÊTUS DE LEURS CHANDAILS

Moins de 18 ans | * Si nécessaire

PANTHERES.COM

LAJQ AAA SÉRIES 2026 COUPE NAPA

VS

ST-JÉRÔME PANTHERES

Le Nord - Mercredi 8 avril 2026 | 19

Espace détente

SUDOKU

Les règles du jeu : Vous devez remplir toutes les cases vides en plaçant les chiffres 1 à 9 une seule fois par ligne, une seule fois par colonne et une seule fois par boîte de 9 cases. Chaque boîte de 9 cases est marquée d'un trait plus foncé. Vous avez déjà quelques chiffres par boîte pour vous aider. Ne pas oublier : vous ne devez jamais répéter les chiffres 1 à 9 dans la même ligne, la même colonne et la même boîte de 9 cases.

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

MOTS CROISÉS

HORIZONTALEMENT

1. Agréable.
2. D'une très petite taille — European Space Agency — Pièce.
3. Graduer — Chef d'équipe.
4. Mâle du faucon lanier — Ville du Vietnam.
5. Inavoué — Pour la troisième fois.
6. Banalité.
7. Stibium — Enduit durcissant par dessiccation — Garni.
8. Durillon — Région habitée jadis par les Édomites — Écrivain japonais.
9. Unité monétaire principale de l'Albanie — Compositeur français.
10. Homme politique suisse — Unité du lexique.
11. Architecte américain d'origine chinoise — Fêter — En matière de.
12. Adjointe — Télévision numérique terrestre.

VERTICALEMENT

1. Personnes qui habitent l'Angleterre — Père.
2. Elle a popularisé Tout — Réseau de télévision américain — Article contracté (pl.).
3. Affables — Titres d'un alliage.
4. Assombrir.
5. Erbium — Plutonium —

1													
2													
3													
4													
5													
6													
7													
8													
9													
10													
11													
12													

6. Nanocoulomb.
7. Lignée — Terme par lequel les juifs désignent les non-juifs.
8. Phénomène — Interjection — Cérium.
9. Élégant, distingué — Pluie.
10. Rhodium — Faillir.
10. Raccourcir en coupant le bout — Ancien conjoint.
11. Abréviation de limitée — De Doride.
12. Ouverte d'étonnement — Homme politique coréen — Point cardinal.



Robert Gareau - Astrologue

robertgareuastrologue@gmail.com

Cette semaine, la Lune transite les signes suivants ; Capricorne, Verseau et Poissons. Et ça y est, Mars arrive chez lui, en Bélier. Allié à Saturne, il libérera des énergies puissantes en nous. Surtout chez les natifs et les ascendants du Bélier. Je l'ai d'ailleurs senti le soir de la pleine Lune, alors qu'Artemis II décollait vers le ciel. C'était puissant. Et c'est un temps risqué pour jouer à la guerre, surtout lorsque viendra la suite des conséquences.

BÉLIER
21 mars
au 20 avril



Il y en a plusieurs parmi vous qui vivront des événements exceptionnels dans les jours à venir, ce sera probablement un des plus grands tournants de leur vie. Plusieurs devraient le vivre au niveau de la carrière. Ou des obligations qu'ils ont envers des démunis. Ils auront un franc succès au travail. Certains récolteront enfin après les efforts de toute une existence.

BALANCE
24 septembre au
23 octobre



Vous n'avez peut-être pas la chance de vivre dans une petite villa de Palladio (aaah !), mais vous aurez quand même l'occasion de partager un espace honnête avec un(e) coloc agréable à vivre. Un individu aussi exemplaire que vous. Cela dit, j'écris ceci en prenant pour acquis que vous êtes une bonne personne. Parlez de votre passé pour vous en affranchir.

TAUREAU
21 avril
au 20 mai



Les contrariétés de la vie vous toucheront moins, vous serez au dessus de ça. Très près du ciel. Du spirituel. Un voyage s'en vient. Et bien qu'il s'annonce plutôt routinier, il recèle une grande aventure. Vous sortirez vraiment des sentiers battus. Vous verrez des gens s'effacer, ils partiront en brume. Un sage au regard vert, aimanté, apparaîtra juste devant vous.

SCORPION
24 octobre
au 22 novembre



Vous penserez avoir une conversation anodine avec une connaissance ou un étranger, lorsqu'on vous assènera sur la gueule deux ou trois vérités saisissantes. Stupéfiantes. Répondant à des préoccupations commençant à émerger avec insistance. Vous avez besoin de bouger, de voir des paysages différents. Allez voir de l'eau qui coule, une rivière qui dégèle.

GÉMEAUX
21 mai
au 21 juin



Vous ferez des rêves, surtout lorsqu'il y aura des écarts de température. Ne cherchez pas le sommeil, c'est à lui de vous surprendre. Moins vous l'appellerez, plus il approchera. Comme un chat, sur la pointe des pieds. Ou un chien se collant sans façon, d'un coup. Seul l'Univers sait quand un vrai changement vous arrivera. Vous le saurez à l'odeur, ça vous saisira.

SAGITTAIRE
23 novembre
au 21 décembre



Vous voyez mieux ce qui a de valeur chez-vous, comme ce que fut la Banque d'Angleterre. Même si ce n'est que d'être encore capable de marcher d'un pas alerte. Aérien même. Un jour vous ajouterez à votre trésor un petit bijou qui éclipsera tout le restant. Vous serez bien, vous ne cherchez plus rien, car vous aurez tout. Donnez un peu à un itinérant.

CANCER
22 juin
au 22 juillet



Si vous êtes seul, c'est au moment où vous ne cherchez même plus que vous croirez voir un mirage. Une présence consistante qui éveillera en vous des émotions presque oubliées. Au point de ne plus trop savoir ce qui vous arrive, au moins pendant de longues minutes. Ceux qui sont déjà en couple sauront où est leur amour. Et à toute invitation, dites oui sans délai.

CAPRICORNE
22 décembre au
20 janvier



Bientôt, vous déciderez que l'hiver est fini. Peut-être aujourd'hui même. Ou demain. Et vous commencerez à bouger, à vous activer. En fait, il est temps de vous investir dans un projet pas si fou que ça. Ça ira en zigzagant un peu au début, mais ça vous amènera de bons résultats ensuite. Soyez donc content d'être vous-même, et suivez vos petits pieds.

LION
23 juillet
au 23 août



Pour votre santé, sachez qu'il n'y a pas d'âge pour être en forme et alerte. C'est juste qu'il faut marcher le plus possible, et pas dans votre VUS obèse. Et qu'il faut forcer un peu, mais pas besoin de se déchirer un ligament. Le choix du gym, du lieu, est important. N'hésitez pas à magasiner pour en trouver un bon, en essayant que pour un jour ou deux.

VERSEAU
21 janvier
au 18 février



Est-ce que Pluton, depuis plusieurs mois chez-vous, commence à vous envoyer des visions ? Il dévoile des histoires karmiques, datant depuis si longtemps. Sous Louis le Combienième ? Vous y trouverez du bon et de quoi construire du solide. Sachez donc trouver votre réelle force en dehors des artifices. Des hallucinations. Elle est simple, naturelle, et réelle. Pure.

VERGE
24 août au
23 septembre



Vous devriez regarder le ciel, les étoiles. Et négliger les écrans où vous avez le nez planté trop souvent. Parce que les vrais messages pour vous, les plus existentiels, ils ne circulent pas sur le web. Mais plutôt dans votre cœur, relié à l'Univers. L'amour ira vous trouver autour de vendredi, avec une drôle de bîne. Sortez, en osant le look que vous préférez. Et souriez.

POISSONS
19 février
au 20 mars



Le hasard, le destin, vous amèneront de nouveaux amis, comme un berger du Tyrol. Ou un boulanger gourmand d'Anvers, les mains pleines de fleur. Les événements vous rapprocheront d'un ami, de qui vous appréciez les qualités. Vous débuterez sans trop vous en apercevoir dans un projet divertissant. Il vous enrichira aussi. Et continuez de marcher avec un copain.

7 SENS

condos locatifs

TOUT LE CONFORT INSPIRÉ
DES PLUS GRANDS HÔTELS

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

DIGNE DES GRANDS HÔTELS

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

CONCEPT HAUT DE GAMME

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

LES COMMODITÉS



SALLE
D'ÉVÈNEMENT



SALLE
D'ENTRAÎNEMENT



SALLE
DE JEUX



CUISINE
COMMUNE



PISCINE, SPA &
SAUNA



TERRASSE &
JARDINS



SALLE
DE YOGA



GOLF
VIRUEL



POUR AVOIR PLUS D'INFORMATIONS:

579-477-7779

location@le7sens.com

www.le7sens.com

11500 RUE DE CHAMBORD, MIRABEL

Un projet réalisé par

RAY JUNIOR
INVESTISSEMENT

Pour vendre, louer ou acheter

Annonces classées
514 394-7156, poste 2222
annoncesclassées@medialo.ca

205 Logement / app. à louer **442** Construction, rénovation, réparation

Beau grand 3 1/2, grande fenestration, toit terrasse, thermopompe, balayeuse centrale, électroménagers, meubles et décors.
514-249-0441

3-1/2 1er étage, St-Jérôme, entrée laveuse sècheuse, locker, stationnement. 1,200\$. 450-229-7518

4-1/2 rénové, 3ème étage, St-Jérôme, 5 minutes Carrefour, idéal retraité, immeuble tranquille, 1,400\$. Non-fumeur, pas d'animaux. Enquête de crédit obligatoire. 514-213-3580

CORMIER CONSTRUCTION
Ouvrage général: béton, ciment. Fissures de solage (membrane), brique, pierre, bloqué. Réparation et réfection balcons, trottoir, crépi. 40 ans d'expérience. Estimation gratuite! 514-212-6577

484 Services divers

HOMME A TOUT FAIRE.
Le Roy pour tous vos travaux intérieurs, extérieurs.
Alain Roy 450-516-9063

AVIS DE CLÔTURE D'INVENTAIRE

Avis est par les présentes donné que, à la suite du décès de Daniel RICHER, domicilié au 893, rue Laviolette, Saint-Jérôme, province de Québec, J7Y 2W2, survenu à Saint-Jérôme le 8 août 2025, un inventaire des biens du défunt a été fait par la liquidatrice successorale, Chantal RICHER, le 27 mars 2026, devant Me Émilie OUELLET, notaire, conformément à la loi.

Cet inventaire peut être consulté par les intéressés, à l'étude de Me Émilie OUELLET, notaire, située au 400, rue Melançon, Saint-Jérôme, province de Québec, J7Z 4K2.

Donné à Saint-Jérôme, ce 31 mars 2026.
Me ÉMILIE OUELLET, notaire

>1316046

CONDO À LOUER

SAINT-SAUVEUR, secteur Piedmont nouveaux condos locatifs



ski in/ski out, 4 1/2 aire ouverte, foyer au gaz, air climatisé, planchers chauffants, comptoirs quartz, fenestration abondante avec vue panoramique, piscine chauffée extérieure, rangement et stationnement, location annuelle à partir de 1 975\$/mois.

Communiquez avec Alexandre au 514-560-6872

>1314840

ESPACE PUB

CONTACTEZ-NOUS
450.227.7999

nord
INFORMER + INSPIRER
atelier@journalaccés.ca

MOTS CROISÉS

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
1	A	L	L	E	C	H	A	N	T	E		B
2	N	A	I	N		E	S	A		B	L	E
3	G	R	A	D	E	R		P	R	O	T	E
4	L	A	N	E	R	E	T		H	U	E	
5	A		T	U		D		G		T	E	R
6	I	N	S	I	P	I	D	I	T	E		H
7	S	B		L	U	T		B	O	R	D	E
8		C	A	L		E	D	O	M		O	E
9	P		L	E	K		A	U	B	E	R	
10	A	D	O	R		G		L	E	X	I	E
11	P	E	I		N	O	C	E	R		E	S
12	A	S	S	O	C	I	E	E		T	N	T

SUDOKU

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

Espace détente
Solutions

VISITEZ NOTRE SECTION EMPLOIS LOCAUX

Le nord journalnord.com

On recrute!

Conseillers (ères) en vente média

Secteurs : SAINT-JÉRÔME ET SAINT-SAUVEUR

Environnement innovant, humain et ancré dans sa communauté

Médialo t'offre bien plus qu'un emploi : une mission inspirante!

MÉDIALO

Postule ici



CONSTRUCTION
PANACHE

CHARGÉ(E) DE PROJETS & ESTIMATEUR (TRICE)

Envoyez votre C.V. à :

admin@constructionpanache.com

819 686-2031

OFFRE D'EMPLOI

>1316128

>1315233



**Béglise,
Thérèse**
1943 - 2026

À St-Jérôme, le 26 mars 2026, est décédée à l'âge de 82 ans, Mme Thérèse Béglise.

Elle laisse dans le deuil ses enfants : Jacques Guénette (Nathalie), Luc Guénette (Vicky); ses petits-enfants : Pascale, Valérie, Lydia, Carl; ses arrière-petits-enfants : Léonard, Renaud, Juliette, William; ses soeurs, son frère, ses beaux-frères, belles-soeurs, neveux, nièces, autres parents et amis.

La famille recevra les condoléances le vendredi 17 avril 2026 dès 11 h à la Résidence funéraire Desrosiers et Fils Inc. 10, rue de Martigny Est, St-Jérôme.

Les funérailles auront lieu le vendredi 17 avril 2026 à 14 h à l'église de St-Antoine (705, boul. des Laurentides, St-Jérôme, J7Z 4M5), suivra l'inhumation au cimetière de St-Jérôme.

Depuis 1959
DESROSIERS & FILS INC.
Résidence Funéraire

>1316137

AVIS DE DÉCÈS

**CYR,
Françoise**



C'est avec une grande tristesse que nous annonçons le décès de M^{me} Françoise Cyr, au CHSLD St-Jérôme, le 22 décembre 2025.

Elle est allée rejoindre ses parents feu René Cyr et feu Thérèse Beaulieu, ainsi que son frère René.

Elle laisse dans le deuil son neveu et ses nièces, nombreux amis dont France Fournelle ainsi que plusieurs cousins et cousines.

"Une amitié sincère ne s'éteint pas mais continue de vivre doucement dans le cœur de ceux qu'elle a unis"

Les funérailles auront lieu le 10 avril 2026, à 11h, à la Maison de ressourcement Gethsé-Marie (secteur vieux Bellefeuille) au 1301, rue des Lacs, St-Jérôme, J5L 1T1.

La famille tient à remercier chaleureusement le personnel du CHSLD St-Jérôme pour tous les bons soins prodigués.

>1316158

**Sincères
condoléances**

aux familles
éplorées

Le
nord

Quenneville, Sylvio
1926 - 2026



Au CHSLD des Hauteurs, à Ste-Adèle, le 28 mars 2026, est décédé à l'âge de 99 ans, M. Sylvio Quenneville, époux de feu Mme Lucie Dubuc.

Il laisse dans le deuil ses enfants : Alain (Jocelyne Bergeron), Lorraine (feu Pierre Gariépy), Claire (Mario Richer), Louise; ses petits-enfants et arrière-petits-enfants, ses sœurs : Fleurette, Denise; son beau-frère Jean-Claude Dubuc, ainsi que d'autres parents et amis.

La famille recevra les condoléances le lundi 25 mai 2026 de 11 h à 14 h 30 à la résidence funéraire Desrosiers et Fils Inc. 10, rue de Martigny Est, St-Jérôme

Une prière au salon aura lieu à 14 h 30, suivra l'inhumation au cimetière de St-Jérôme.

Depuis 1959
DESROSIERS & FILS INC.
Résidence Funéraire

>1315921

Laurent Poirier
1935 - 2026



Le 27 mars 2026, est décédé subitement à son domicile, à l'âge de 90 ans, M. Laurent Poirier, conjoint de feu Mme Claudette Desmarais. Il était le fils de feu M. Yvon Poirier et de feu Mme Yvette Pelletier.

Il laisse dans le deuil ses enfants : Diane Poirier, Yves Poirier et Elaine Poirier (Luc Dupuis) ; ses petits-enfants : Jérémie, Thierry, Nathaniel, Karine, Hugo et Marilou ; ainsi que ses arrière-petits-fils : Noah et Malcom.

Il était le frère de : feu Claude Poirier, Huguette Poirier, Mariette Poirier et feu Claudette Poirier. Il laisse également dans le deuil de nombreux neveux et nièces, parents et amis.

La famille recevra les condoléances à la Maison Trudel, 400, Place du Curé-Labelle, St-Jérôme

le samedi 18 avril 2026 de 13h à 16h et une cérémonie d'Adieu suivra à 16h au salon funéraire. Parents et amis sont invités à y assister.

MAISON
TRUDEL
SERVICES FUNÉRAIRES

>1316100

Plouffe, Lucille
1958 - 2026



À St-Jérôme, le 30 mars 2026, est décédée à l'âge de 67 ans, Mme Lucille Plouffe, fille de feu M. Léonard Plouffe et feu Mme Cécile Bélanger.

Elle laisse dans le deuil son conjoint M. Maurice Gohier, sa belle-mère Mme Monique Cadieux Gohier, ses beaux-frères, belles-soeurs, cousins, cousines, autres parents et amis.

La famille recevra les condoléances le lundi 27 avril 2026 de 13 h à 16 h et 18 h à 21 h à la **Résidence funéraire Desrosiers et Fils Inc.** 676, boul. des Laurentides, St-Jérôme (St-Antoine)

Les funérailles auront lieu le mardi 28 avril 2026 à 11 h à l'église de St-Canut (10000, boul. St-Canut, St-Canut (Mirabel) J7N 1K1).

Prendre note qu'il n'y aura pas de visites au salon le jour des funérailles.

Depuis 1959
DESROSIERS & FILS INC.
Résidence Funéraire

Le
nord

36 avenue Filion,
Saint-Sauveur, J0R 1R0
1 888 767 7156
journalnord.com

MÉDIALO

Éditeur : Frédéric Couture
Rédactrice en chef : France Poirier
Journalistes : Luc Robert, Alexane Tailon-Thiffeault,
Alec Brédeau et Louis-Philippe Forest-Gaudet
Coordonnatrice de production : Aurélie Moulun

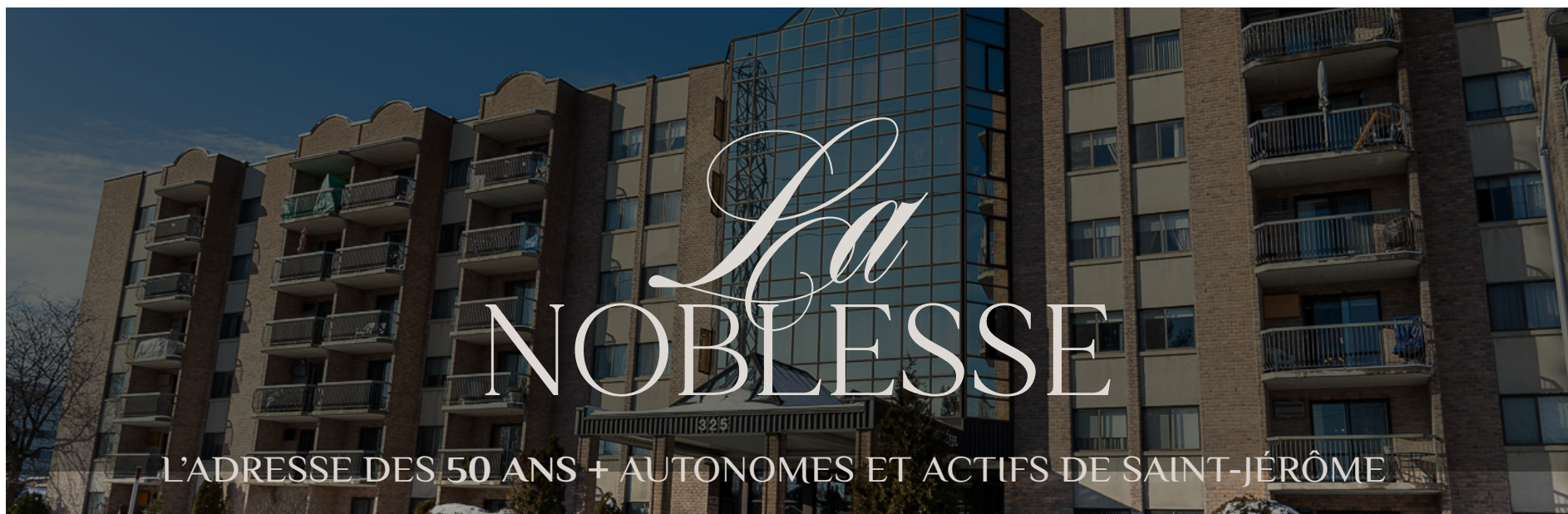
Directrice des ventes : Audrey Darcy
Conseiller(ère)s en solutions média :
Laurie-Anne Blais, Kenny Carrier
et Camille Vaillancourt

Publié par Journal Le Nord Inc
Président : Frédéric Couture
Vice-Présidente : Véronique Gauthier
Impression : Transcontinental inc.
Distribution : Médialo

Plus de 120 points de dépôt

Nous reconnaissons l'appui financier du gouvernement du Canada **Canada** — Québec





La NOBLESSE

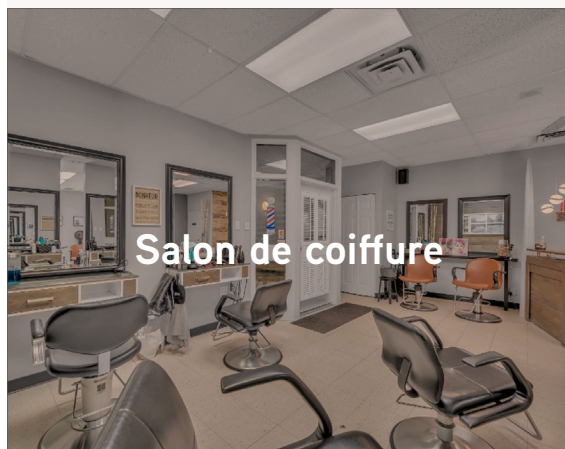
L'ADRESSE DES 50 ANS + AUTONOMES ET ACTIFS DE SAINT-JÉRÔME

Services et commodités *Au cœur* des adresses essentielles !

Située sur la rue St-Jovite, La Noblesse offre un accès direct aux grands axes de la ville et aux transports (autobus, gare, autoroutes). L'hôpital de Saint-Jérôme se trouve juste en face, le Quartier 50+ est accessible en moins de 5 min à pied et le P'Tit Train du Nord est situé à quelques pas de La Noblesse.

SERVICES DE SANTÉ ET SOINS À PROXIMITÉ :

- Pharmacie Jean Coutu
- Clinique d'ostéopathie
- Salon de coiffure en lumière
- Podologue Mylène Gougeon
- Sexologue psychotérapeute
- Clinique de denturologie
- Bistro
- Dépanneur
- Comité social
- Salon de coiffure



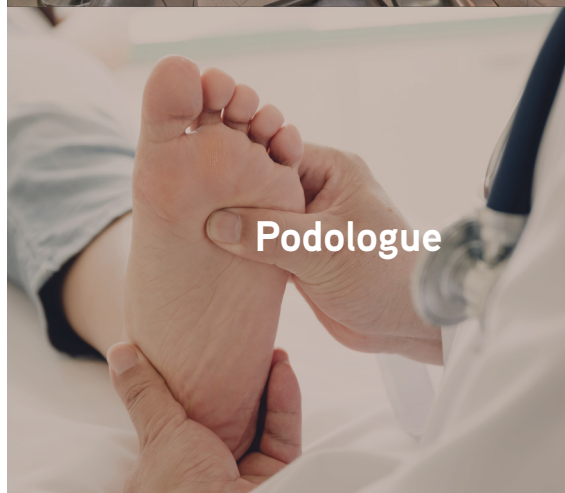
Salon de coiffure



Pharmacie



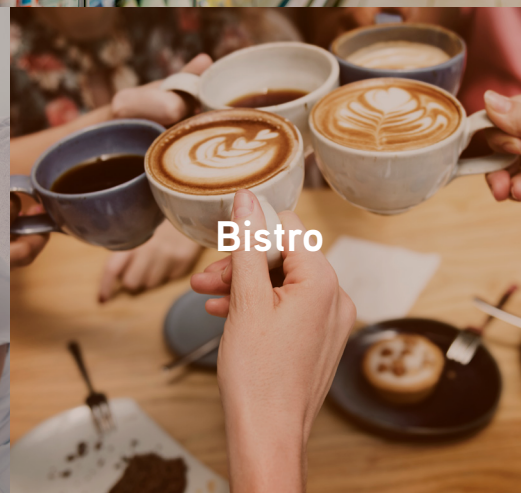
Dépanneur



Podologue



Ostéopathie



Bistro

TOUT EST PENSÉ POUR SIMPLIFIER LA VIE ACTIVE ET AUTONOME DE NOS RÉSIDENTS.

Contactez-nous !

LANOBLESSE.CA • 450-431-6531 • 295 RUE ST-JOVITE, SAINT-JÉRÔME