

Accès

LE

Journal des
Pays-d'en-Haut



HEY, LES JEUNES! ON VOUS CHANTE LA POMME

LA MRC DES PAYS-D'EN-HAUT EST EN MODE
SÉDUCTION AUPRÈS DES 15 À 35 ANS POUR
DÉVELOPPER UNE STRATÉGIE JEUNESSE.

PAGE 10

PERSONNALITÉ
DENIS BLONDIN

PAGE 4

CHRONIQUE D'UN X
ÉDUCATION SEXUELLE 101

PAGE 5

CHRONIQUE MARATHON
PETITS TRUCS POUR SE MOTIVER

PAGE 22



Dre Émilie Gagnier,
podiatre
Dre Myriam Ladouceur,
podiatre

409, John F Kennedy, suite 201
Saint-Jérôme, Qc J7Y 4B5

NOUVELLES ADRESSE
137, rue Principale,
Saint-Sauveur, Qc J0R 1R6

podiatriedesmonts.com

450-504-5900 | 450-744-3244



GALERIES DES MONTS, SAINT-SAUVEUR
450 227-8488

- Comptoir postal
- Photo passeport
- Livraison



2401198



BILLETTERIE : theatredumarais.com | 819-322-1414
1121,10e avenue, Val-Morin, J0T 2R0

THÉÂTRE DU MARAIS



PROGRAMMATION 2018-2019



Mario Jean



Arthur H



Émile Bilodeau



Anna & Jane Mc Garrigle



Alexandre Da Costa



Élisapie



Ingrid St-Pierre



Dan Bigras



Philippe Laprise

**NOUVEAUTÉ! LE PARCOURS THÉÂTRAL
3 PIÈCES. 3 ATELIERS. 1 CONFÉRENCE.
VOYEZ LES COULISSES DU THÉÂTRE DE CRÉATION**



La bibliothèque interdite



Hidden Paradise



Traversée



Médiation artistique

Programmation complète sur **THEATREDUMARAIS.COM**
BILLETS EN VENTE DÈS MAINTENANT

>2501310

DÉFIE TA SANTÉ!

18 h 30
départ de la gare de Val-David
(Parc Léonidas-Dufresne)

3,5/5 KM
marche/course

5\$ gratuit pour les enfants
consommation d'après-course
du Baril Roulant INCLUSE!

Profits remis à
LA FONDATION DUFRESNE

CUBES énergie

le grand DÉFI
PIERRE LAVOIE



FONDATION DUFRESNE À VAL-DAVID

Défie ta santé est de retour

Accès – La première édition de Défie ta santé 2018 se tiendra le jeudi 10 mai. Le départ se fera à 18 h 30 de la gare de Val-David et les participants peuvent choisir entre 3 km ou 5 km de course ou de marche.

Cet événement convivial et accessible permet aux participants de la communauté de relever leur propre défi physique afin de tendre vers une meilleure santé tout en amassant des fonds pour la Fondation Dufresne.

Les 2^e et 3^e événements de l'été se tiendront également des jeudis, soit les 14 juin et 9 août.

En 2017, 4000 \$ ont été remis à la Fondation Dufresne.

Le coût est de 5 \$ pour les adultes (gratuit pour les enfants). Une consommation du Baril roulant après la course est incluse.

Infos et inscriptions :
www.facebook.com/defietasante

LANCEMENT DU 10^e GRAND DÉFI

PIERRE LAVOIE

C'est parti pour les cubes énergie

Accès – C'est la semaine dernière que se déroulait le lancement du 10^e Grand Défi Pierre Lavoie au pavillon de la Vallée. Pour l'occasion, plusieurs membres de l'équipe Bouge, bouge ont parcouru la distance entre Rosemère et Saint-Sauveur à vélo afin de venir rencontrer les élèves. Leur visite avait pour but d'inciter les enfants à bouger en famille afin d'accumuler des Cubes énergie.

L'équipe qui participera au défi 1000 km parrainera l'école en remettant les fonds amassés afin de permettre le développement d'activités sportives.

Rappelons que Le Défi des cubes énergie se déroule du 30 avril au 28 mai dans plusieurs écoles du Québec. Un cube énergie représente 15 minutes d'activité. Si l'enfant fait son cube énergie avec des membres de sa famille, il multiplie les cubes! Infos : cubesenergie.com

TOUR DU SILENCE PDH

À la recherche de bénévoles!

Accès – Les organisateurs du Tour du silence sont à la recherche de bénévoles qui désirent donner un coup de main pendant l'événement, particulièrement pour assurer la bonne circulation aux intersections sur le trajet emprunté par les cyclistes.

Rappelons qu'il s'agit d'un événement gratuit qui s'adresse aux cyclistes de tous âges et niveaux de pratique pour sensibiliser au partage de la route.

QUAND : Le mercredi 16 mai

HEURE : De 17 h 45 à 20 h 15

LIEUX : Saint-Sauveur et Morin-Heights

Pour informations :
Chantal Ladouceur
450 229-6637, poste 101 ou
cladouceur@mrcpdh.org

PLEIN AIR SAINTE-ADELE

Corvée des sentiers au Chantecler

Accès – La traditionnelle corvée du printemps du Chantecler, organisée par Plein air Sainte-Adèle, aura lieu le samedi 5 mai.

C'est un rendez-vous pour tous les utilisateurs des sentiers et mordus de vélo de montagne au P4 à 9 h. La corvée aura lieu beau temps, mauvais temps.

Apportez votre lunch, vos vieux habits et votre sourire.

Plein air Sainte-Adèle prêtera des outils, mais tous sont invités à apporter des sécateurs ou des râteaux à feuilles.

Au menu : nettoyage des sentiers et création d'un nouveau sentier de vélo de montagne.

Infos sur Facebook : [PleinAirSainteAdele](https://www.facebook.com/PleinAirSainteAdele)



VIVEZ L'ÉCOLE

AUTREMENT



JOURNÉE PORTES OUVERTES

Samedi 5 mai entre 9 h et 12 h

RSVP : cgrenon@collegelaurentien.ca ou 819.322.2913 poste 224



UN COLLÈGE EN PLEINE NATURE

1200, 14^e Avenue, Val-Morin | collegelaurentien.ca | 819 322-2913

Le Collège Laurentien détient un permis du ministère de l'Éducation et de l'Enseignement supérieur (MÉES) et est agréé aux fins de subventions pour offrir en langue française les services d'enseignement à partir de la 4^e année du primaire et conduisant au diplôme d'études secondaires (DES).

GRAND SAINTE-AGATHE

Denis Blondin Personnalité Richelieu 2018 !

DANIELLE CLOUTIER, COLLABORATION SPÉCIALE – Plus de 160 personnes s'étaient réunies ce 28 avril à l'Auberge du Vieux Foyer de Val-David afin de rendre un vibrant et joyeux hommage à Denis Blondin, ce personnage si sympathique et ultra connu dans la région du grand Sainte-Agathe et aussi, bien sûr, de Val-David et des environs.

On se rappellera que le Club Richelieu se dévoue à la cause des enfants en environnement francophone. Une cause importante que les membres ont à cœur de bien servir. Dès 1949, le Club Richelieu de Sainte-Agathe-des-Monts a su s'impliquer significativement dans la communauté et rendre la philosophie Richelieu bien réelle. Depuis maintenant 28 ans, le Club honore les remarquables efforts d'une personne en particulier qui a su se distinguer par son bénévolat et ses actions auprès de la jeunesse. C'est sur cet honneur au dévouement que repose le Gala de la Personnalité Richelieu de l'année.

TRAVAIL PROFESSIONNEL ET IMPLICATION CITOYENNE

Cette année, Denis Blondin reçoit les applaudissements de ses pairs. Applaudissements fort mérités et reconnus par toutes les personnes présentes à ce gala. Cette reconnaissance cadre on ne peut mieux avec, justement, la dynamique personnalité de M. Blondin, ce karatéka ceinture noire, bientôt 5^e dan, responsable du Club de karaté Shotokan des Laurentides, qui sait allier travail professionnel et implication citoyenne via le Club Richelieu et ses diverses participations bénévoles.

28^e PERSONNALITÉ DE L'ANNÉE

Fort connu dans la grande région de Sainte-Agathe et de Val-David, notre ami devient ainsi la 28^e personnalité de l'année, ce qui se traduit, au-delà de l'hommage, à un honneur pour lui, mais aussi pour toute une communauté qui reconnaît ses actions concrètes souvent posées afin de rejoindre notre si belle jeunesse. Ayant à son actif un cumul de 25 ans d'assiduité et de participation à toutes les activités du club, il en aura aussi été président en 2005-2006 pour enfin en assurer la trésorerie pendant de nombreuses années. Et, sûrement parce que l'énergie crée l'énergie, il



Simon Benoit, président du Club Richelieu de Sainte-Agathe-des-Monts, en compagnie de Denis Blondin.

est aussi membre du Cercle Horace-Viau du Richelieu international.

La soirée gala en l'honneur de Denis Blondin a été remarquable puisqu'orchestrée au quart de tour près. Les nombreux invités ont aussi pu saluer notre personnalité de l'année tout en s'amusant, échangeant et dansant aux rythmes musicaux offerts par Guillaume Huot et Cassy Berthiaume, guitare et voix. Fait à souligner, cet excellent duo est en lice pour le renommé concours du Festival international de la chanson de Granby, dont les auditions préliminaires se tenaient ce mois-ci au théâtre Le Patriote de Sainte-Agathe.

FONDATION RICHELIEU

Les profits générés par cette soirée extraordinaire seront

versés directement à la Fondation Richelieu, selon une entente de financement du Club Richelieu à la polyvalente de Sainte-Agathe-des-Monts, principalement au profit de l'option Sports. Ainsi, des jeunes triés sur le volet pourront s'épanouir et savourer leur passion pour les sports tout en maintenant leur programme d'études et en participant activement à la vie estudiantine.

Si Denis Blondin est incapable de calculer son implication bénévole, il sait combien l'âme de nos jeunes est d'une importance capitale. Ses filles, Laurence et Virginie, âgées de 23 et 20 ans, en sont un bel exemple. Elles ont livré un touchant bouquet de mots tendres à leur père et ont réussi à faire verser quelques larmes à la famille et aux amis. Denis a de quoi être fier de ses belles et grandes femmes de cœur qui habitent le sien!

Une soirée remarquable, donc, à l'image de Denis Blondin. Une soirée haute en couleur et qui restera, on s'en doute, inoubliable dans les annales du Club Richelieu de Sainte-Agathe-des-Monts. Un bravo tout particulier au comité organisateur : Simon Benoit, Steven Roberts, Jeanine Marion, Jean-Guy Trottier, Chantal Plouffe et François Marion dont l'absence pour des raisons médicales a été remarquée. Ce cher M. Marion est au cœur de nos pensées. Denis a su lui adresser toute sa reconnaissance et, dans un bel éclat de rire, a fait remarquer que M. Marion était quand même bien présent malgré cette absence.

« J'ai reçu tellement d'amour, j'en suis estomaqué! », a confié Denis Blondin.

L'équipe du journal *Accès* se joint au Club Richelieu afin d'offrir ses plus sincères félicitations à Denis Blondin, Personnalité de l'année 2018.

MICROBRASSERIE
LAURENTIDES

SHAWBRIDGE

QC, CAN.

CHARCUTERIES

f SHAWBRIDGE

USINEDUBONVIVANT



Chronique d'un X

JEAN-CLAUDE TREMBLAY

jctremblayinc@gmail.com



ÉDUCATION SEXUELLE 101

La sexualité est discutée ouvertement dans les cours d'école et fait même partie des sujets tapés dans le moteur de recherche Google, par des enfants de votre quartier. Oui, on est rendus là : bienvenue dans un monde où tout n'est qu'à un clic de souris. Et sachez que, peu importe les mécanismes et la surveillance que vous mettrez en place, il y aura toujours des trous dans votre chaste filet.

Il faut se le dire, on est bien loin du catalogue Sears et de sa section brassières, à laquelle les petits gars étaient innocemment attirés. Aujourd'hui, Sears n'est plus et la naïveté non plus. Au moment où j'ai eu cette réflexion, le sujet des cours d'éducation sexuelle a éclaté et occupe, depuis, sa part de lion dans les médias.

D'abord, rappelons les faits. 2016 (et avant) : le gouvernement marche sur des œufs, et le ministre de l'Éducation dit du bout des lèvres que « c'est peut-être important de commencer le début d'une réflexion quelconque sur le sujet de l'éducation de la sexualité qui possiblement est potentiellement prêt à probablement être ramené dans le curriculum scolaire... peut-être » – fin de la citation, à peine exagérée! 2017 : le chef d'État québécois coupait l'herbe

sous le pied de son propre ministre, et d'un ton conciliant déclarait : « Les cours d'éducation sexuelle seront obligatoires dès septembre 2018 ».

Laissez-moi humblement tenter d'apporter un peu de nuance sur cet épineux sujet. D'abord, aux ayatollahs de la chasteté, peu importe vos confessions, sachez que c'est votre droit d'être concernés et je trouve vos doléances totalement légitimes. Aux autorisés en place : vous devez faire preuve de souplesse, sans tomber dans un accommodement déraisonnable, en virant le monde à l'envers pour des motifs religieux. Quant à moi, ce controversé dossier relève de la santé publique, et non d'un quelconque ouvrage biblique.

Je vais mettre carte sur table : je ne suis pas enthousiasmé à l'idée que l'on parle sexualité avec des enfants, spécialement au primaire. Pour moi, ça brise prématurément l'innocence, une que je m'efforce à protéger, tant comme parent que comme citoyen responsable. Eh bien, il est trop tard : ils entendent déjà des obscénités au quotidien. J'ai donc réalisé que si on ne prenait pas le dossier en mains, tous les « amis » avec un accès WiFi le feraient à notre place.

Avec la récente vague de dénonciations d'agressions sexuelles, nommément avec le phénomène #moiaussi, avec l'hypersexualisation et la banalisation de ce qui, jadis, était considéré sacré, n'avons-nous pas le devoir d'éduquer afin de prévenir et de protéger? L'éducation, chers amis, demeurera toujours pour moi le meilleur système d'autodéfense.

Certains argueront que c'est le rôle unique des parents. OK, je comprends, et il y a de ça. Mais qu'en est-il de ceux qui ne trouvent pas ça important? Ou encore des autres parents de bonne foi, qui n'ont aucune idée de comment aborder le sujet avec leurs enfants? Chose certaine, et certains groupes l'ont déjà souligné, c'est que l'on doit absolument s'assurer que les intervenants soient formés, et habilités à transmettre ce type de connaissances. Je peux vous nommer quelques enseignants qui excellent dans leur matière, mais qui, de leurs propres aveux, ne sont pas du tout à l'aise à enseigner la sexualité. Il faut donc en tenir compte et respecter les intérêts et limites de chacun.

Qui plus est, je trouve pour le moins questionnable l'approche de « glisser » un sujet aussi délicat que la sexualité, entre deux

leçons de grammaires : ça ne fait aucune espèce de sens, et c'est pourtant grosso modo ce que votre gouvernement s'apprête à faire.

Sensibiliser et former l'ensemble du personnel scolaire est utile et pertinent en 2018. Mais quand on demande à un spécialiste d'enseigner la musique, et à un autre de traiter de psychoéducation, pourquoi alors ne pas faire intervenir des ressources spécialisées, pour soulager le fardeau de nos enseignants, eux qui sont déjà surchargés? Je suis d'accord sur le fond et l'importance d'agir, mais je vais me garder une sérieuse réserve sur les moyens prônés par l'État pour y parvenir.

Il faut se rendre à l'évidence et prendre acte de tout ce non-sens. Le gouvernement doit faire preuve de plus de transparence.

Ne laissons pas les apprentissages dans l'autobus, la cour d'école, et l'iPod devenir figure d'autorité et de moralité.

Peu importe qui s'approprie le rôle et à qui on voudrait bien le confier, le but ultime n'est-il pas de transmettre à nos jeunes l'idéologie d'un rapport sain avec la sexualité? Il faut bien y penser.



**Choisir Desjardins,
c'est contribuer
à changer les choses !**

Assemblée générale annuelle 2018

de la Caisse Desjardins de la Vallée
des Pays-d'en-Haut

L'assemblée générale annuelle de la Caisse Desjardins de la Vallée des Pays-d'en-Haut s'est tenue à la Place des citoyens de Sainte-Adèle le 24 avril dernier.

Le président du conseil d'administration, M. Jean Beauchamp, est fier d'annoncer que les trois (3) dirigeants sortants, soit Mme Lisane Choinière Bédard, Me Françoise Major et Me Sébastien Voizard ont été réélus au sein du conseil d'administration ainsi que M. Olivier Gravel, nouveau dirigeant; Messieurs Pierre Lemieux et Mercier Raymond ont également été réélus au sein du conseil de surveillance.



La Caisse Desjardins de la Vallée des Pays-d'en-Haut c'est une coopérative avec

800 000\$	19 369	66	18
RISTOURNES AUX MEMBRES ET À LA COLLECTIVITÉ	MEMBRES	EMPLOYÉS MOBILISÉS	DIRIGEANTS ENGAGÉS

Vous pouvez prendre connaissance du rapport annuel sur le site internet de la Caisse :

desjardins.com/caissevalleepaysdenhaut



COMMISSION SCOLAIRE DES LAURENTIDES

La gestion du comportement citée en exemple en Belgique

JEAN-PATRICE DESJARDINS - Le programme de Soutien au comportement positif (SCP) est progressivement implanté dans 90 % des classes (primaires et secondaires) de la Commission scolaire des Laurentides depuis 2013. Les résultats commencent à se manifester, tellement que notre région serait un modèle de réussite qui fait l'envie d'autres commissions scolaires... et qui trouve écho en Belgique.

On le sait, les enseignants le disent souvent : une grande partie de leur quotidien est consacrée à la « gestion de la classe ». Plus l'enseignant doit faire de la discipline, moins il enseigne la matière.

Le programme SCP repose sur l'enseignement des comportements attendus en classe et dans l'école. L'école primaire Saint-Joseph à Sainte-Adèle est la première école à avoir pleinement intégré le programme depuis 2009.

« On s'est aperçu qu'il ne faut pas prendre pour acquis que l'élève connaît tous les bons comportements en arrivant à l'école. Il faut les enseigner précisément pour que l'élève puisse reconnaître ces comportements », explique Stéphane Pipon, directeur de l'école. « Après huit années avec ce programme, il suffit de réviser les comportements et valeurs avec les élèves au début de l'année, et c'est reparti », poursuit l'enseignante Hélène Lecavalier.

DES ÉTOILES ET UN LOGICIEL

Pour motiver les bons comportements, on souligne les bonnes actions avec des étoiles, que les élèves amassent individuellement, mais également pour toute la classe et même pour l'école. Ensuite, on offre des récompenses, sous forme de fêtes ou autres activités. L'élève déroge à la bonne conduite? On ne lui enlève pas les étoiles accumulées. L'intervention disciplinaire se fait en parallèle. Pas de punition, mais plutôt un renforcement positif.

Les données comportementales de l'élève sont quand même compilées dans un logiciel par l'enseignant, données qui sont accessibles en temps réel par le directeur de l'école ou le technicien en éducation spécialisée de l'école. Une communication électronique peut être envoyée aux parents.

ET LES RÉSULTATS?

Pour que la Commission scolaire embarque dans le projet, il fallait qu'on démontre la pertinence du programme SCP dans l'atteinte de la réussite et de la persévérance scolaires, deux thèmes qui sont en tête de liste des priorités des commissaires.

Les résultats ne se sont pas fait attendre avec le logiciel appelé Profileur de compor-



Le mur des récompenses! Héléna Lecavalier aide une élève à accrocher un billet reconnaissant dix étoiles amassées.

tement. Par exemple, à l'école Saint-Joseph, deux élèves sur dix devaient être accompagnés au plan pédagogique durant l'année. Ce chiffre est tombé à un élève sur 10. Autre argument, la licence du logiciel ne coûte que 300 \$ par année...

« Il faut cependant qu'il y ait adhésion de toute l'école pour que ça fonctionne, ajoute Stéphane Pipon. Dans notre école, le SCP fait désormais partie de notre projet éducatif. Ça fait partie des valeurs de l'école et on l'affiche ouvertement. » Tout le personnel est formé en fonction du SCP au début de l'année.

Évidemment, les enseignants doivent intégrer l'approche dans leur enseignement, une tâche qui peut prendre du temps. « Au début, c'est lourd de tout rentrer dans le logiciel, mais c'est devenu un rituel pour nous. De plus, le programme offre une cohérence pour l'enfant qui se retrouve très bien dans ce cadre », conclut Mme Lecavalier.

ET LA BELGIQUE?

La semaine dernière, une chercheuse et doctorante de l'Université de Mons, en Belgique, est venue visiter trois des écoles qui utilisent le programme informatique : l'école Saint-Joseph, l'école Le Tremplin à Labelle et la polyvalente des Monts à Sainte-Agathe. Marie Bocquillon semblait satisfaite de ce qu'elle a vu à l'école Saint-Joseph.



Spéciaux en vigueur jusqu'au 23 mai 2018
ou jusqu'à épuisement de la marchandise

Assured Natural
DISTRIBUTION INC

BioSil

- moins de rides
- une chevelure plus épaisse
- ongles plus résistants
- ossature plus dense

Rabais de 20%

A.Vogel

Soulagement allergies
Gamme complète

- éternuements
- démangeaisons du nez
- gorge irritée
- irritations des yeux et larmoiement

Rabais de 25%

Holizen

Vitasil 1000 ml

- maintien la structure des fibres d'élastine et de collagène
- puissant reminéralisant osseux
- agent anti-âge naturel
- soutien et renforce le système de défense

Rabais de 15%

natural Factors

GABA - 2 formats

Réduit :

- le stress
- l'anxiété
- la nervosité
- et rétablit le calme mental

Rabais de 25%

New Roots
HERBAL

Simply Spiruline
Gamme complète

- source de protéines
- contient les vitamines A, B et calcium, phosphore, chlorophylle et phytocyanines

Rabais de 25%

NutriPur

FLUXOBILE
20 ampoules

- cure de foie, reins et intestins

Rabais de 25%

OMEGA ALPHA

HerbaCoat
(Chiens, chats, CHEVAUX)
125ml et 1L

- Contient de l'huile de neem, lavande et citronnelle

Rabais de 15%

Watson & cie .com **HOMEODEL**

PROTECTION TIQUES, PUCES et MOUSTIQUES

- Quelques gouttes par semaine oralement

Prix Spécial : \$15.97
Prix Rég : \$17.99

Naturopathes diplômés sur place

2112, boul. Labelle, Saint-Jérôme
450 432-3388

Ouvert 7 jours sur 7

SOCIÉTÉ ALZHEIMER DES LAURENTIDES

12^e édition de la Marche pour l'Alzheimer à Saint-Sauveur

SANDRA MATHIEU – La 12^e édition de la Marche pour l'Alzheimer de Saint-Sauveur se tiendra le dimanche 27 mai dès 10 h à partir des Résidences du Manoir. Toute la population touchée de près ou de loin par cette maladie est invitée à venir marcher 3 km entre amis ou en famille à cette occasion.

PHOTO : SANDRA MATHIEU



PHOTO : MICHEL GUERTIN



L'an dernier, 147 marcheurs ont participé à l'événement et la somme de 15 871 \$ a été recueillie à Saint-Sauveur.

« Cette année, nous sommes heureux de compter une fois de plus sur Jacques Gariépy, maire de Saint-Sauveur, et Sophie Cadieux, vice-présidente des Résidences du Manoir, comme présidents d'honneur », souligne Catherine Vaudry, directrice générale de la Société Alzheimer des Laurentides.

Le maire de Saint-Sauveur, Jacques Gariépy, lance d'ailleurs un défi aux citoyens et aux commerçants et invite tout un chacun à former une équipe de marcheurs.

« Mon père était atteint d'Alzheimer et est décédé des suites de la maladie il y a 10 ans. J'ai vécu de près le cheminement, l'insécurité, l'anticipation et l'aboutissement de la maladie, je suis donc très touché par la cause », confie-t-il en précisant que personne n'est à l'abri.

UN OBJECTIF AMBITIEUX

L'objectif pour 2018 est de 30 000 \$ pour l'ensemble des points de marche des Laurentides, dont 17 000 \$ pour la marche de Saint-Sauveur. L'argent amassé permettra entre autres de maintenir les services de répit offerts aux familles de la région des Laurentides.

L'an dernier, 147 marcheurs ont participé à l'événement et la somme de 15 871 \$ a été recueillie à Saint-Sauveur.

UN ÉVÉNEMENT POUR TOUTE LA FAMILLE

Petits et grands y trouveront leur compte grâce au kiosque de hot-dogs, au jeu gonflable, à la présence d'une maquilleuse et le retour de la chanteuse Tara Beauchamp à l'animation.

Les inscriptions débiteront à 9 h et le départ de la marche se fera à 10 h. Il est possible de s'inscrire à l'avance : www.alzheimerlaurentides.com

Le coût est de 15 \$ par personne, 30 \$ pour une famille de deux adultes et deux enfants, et 200 \$ de dons (+15 \$) pour un marcheur élite.

L'équipe est à la recherche de bénévoles pour le 27 mai. Les intéressés peuvent téléphoner au 819 326-7136.

SAVIEZ-VOUS QUE?

Environ 8500 personnes sont touchées par la maladie d'Alzheimer et les maladies apparentées dans les Laurentides.

Aujourd'hui, 141 000 Québécois et 564 000 Canadiens sont atteints d'une maladie

cognitive et, d'ici 15 ans, on prévoit une augmentation de 66 % des personnes atteintes au Canada.

Entre jeunes familles...
soyons solidaires!

Marie-Claude Savard, porte-parole de la campagne Voisins solidaires

Vous aussi? Visitez:
voisinsolidaires.ca
#voisinsolidairesqc

RESEAU QUÉBÉCOIS DE VILLES ET VILLAGES EN SANTÉ Québec

CLINIQUE Maigrir en Santé

Perdez 20, 30 ou 40 livres rapidement et sans avoir faim : Diète aux protéines ou basses-calories

Nous vous proposons une solution efficace et durable. Suivi assuré par des professionnels de la santé. **Aucun frais de consultation.**

NOUVEAU 60, rue de Martigny, St-Jérôme • 450 438-8686
1130, boul. Ste-Adèle • 450 229-1551 • 1 888 853-9898
• www.cliniquemaigrirsante.ca

Aussi bureaux à Montréal, Ste-Foy, Lévis, Charlesbourg, St-Hyacinthe, Longueuil, Laval, Repentigny, Chicoutimi, Gatineau et Trois-Rivières

PORTES & FENÊTRES IMPERIAL
DIRECTEMENT DU MANUFACTURIER

ÉCONOMISEZ EN ACHETANT DIRECTEMENT DU MANUFACTURIER

- ✓ La meilleure qualité au meilleur prix
- ✓ Installation garantie par nos experts

VENEZ VIVRE UNE BELLE EXPÉRIENCE!

579 995-0152 | 690, ch. Avila, Piedmont | www.portefenetreimperial.com

MÉLYMAX PORTES D'ACIER HAUT DE GAMME

Profitez du programme **RÉNOVERT** 20% en crédit d'impôt

ENERGY STAR

R.B.Q. 5638-8168-01

VALLÉE DE SAINT-SAUVEUR

Bilan positif à la Chambre de commerce

JEAN-CLAUDE TREMBLAY – Le 25 avril dernier avait lieu la grande messe des commerçants de Saint-Sauveur, l'assemblée générale annuelle 2018 (mais faisant le bilan de 2017). C'est dans une salle pleine de l'hôtel de ville que le président du C.A., François Parizeau, a ouvert l'assemblée. Le directeur général de la Chambre de commerce et de tourisme de la Vallée de Saint-Sauveur, le vétéran Pierre Urquhart, s'est adressé à la foule, nombreuse pour venir entendre parler des activités passées, et de celles à venir.

QUI NE DIT MOT CONSENT!

À mon grand étonnement, il y a eu peu de questions lors de cette soirée qui avait un ordre du jour de 17 points, incluant des élections d'administrateurs. Ce n'était pourtant pas les sujets qui manquaient, alors que le directeur général a passé en revue toutes les réalisations de 2017, en plus de présenter les états financiers et de discuter du plan d'action 2018.

Qu'à cela ne tienne, le bilan de l'an passé avait toutes les allures d'un dépliant publicitaire, tellement les activités étaient nombreuses! La Chambre tire des conclusions très positives de l'année 2017, mais présente néanmoins un budget légèrement déficitaire, ainsi qu'un constat mitigé sur le succès de la fête cubaine, Auténtica Fiesta Cubana, appréciée, mais lourdement hypothéquée par une météo capricieuse.

FIER DES ATELIERS SUR L'EXPÉRIENCE CLIENT

Commandés de la compagnie Sage Consulting, dispensés en 2017 et toujours

en cours en 2018, les ateliers de formation PROPULSER LA VALLÉE s'adressent à l'ensemble des employés et des cadres œuvrant sur le territoire de la Vallée de Saint-Sauveur. «Les commentaires sont excellents, et ça a amené les employés à se connaître, et à aussi découvrir la richesse de notre région», a déclaré Pierre Urquhart, lorsqu'invité à se prononcer sur cette formation, vraisemblablement appréciée, mais somme toute dispendieuse. Il sera intéressant de continuer à suivre les progrès de ces ateliers, et d'en mesurer les impacts sur la satisfaction client et sur l'économie de la vallée.

DEUX POINTS PROMETTEURS

1- Un site Web qui va répertorier les locaux commerciaux à louer

En collaboration avec la MRC des Pays-d'en-Haut, un site dit «répertoire» verra le jour, ce qui, selon mon analyse, est une excellente nouvelle. Plus qu'un simple site Internet, je vois en cette initiative une

opportunité d'aider les futurs locataires et investisseurs d'ici et d'ailleurs à faire des choix plus judicieux. Surtout, j'y reconnais un outil de mesure en temps réel du taux d'occupation, et une occasion d'y attacher des plans d'action et une stratégie de développement économique.

2- Nouveau souffle au C.A.

Le point culminant a sans conteste été l'élection de deux nouveaux visages, les jeunes entrepreneurs Julien Brisebois de Olodge Café Plein Air et Alexandre Filion de PRFO Performance Sports. L'ennemi numéro un de toute organisation, et spécialement des Chambres à vocation commerciale, c'est l'absence d'apport en oxygène neuf, vital au progrès.

Dans un monde d'affaires en pleine mutation, où plusieurs entreprises ouvrent et ferment aussitôt leurs portes dans un marché locatif moribond, on se doit parfois de réévaluer sa mission et son apport. En ce sens, il est rassurant de pouvoir compter

L'assemblée générale annuelle 2017 de la Chambre de commerce et de tourisme de la Vallée de Saint-Sauveur s'est tenue le 25 avril.



PHOTO : JEAN-CLAUDE TREMBLAY

sur la sagesse de l'expérience, et sur la fougue du renouveau.

J'ai été séduit par le mot de la fin du président du C.A., M. Parizeau, qui a fait preuve de lucidité, en déclarant : «Il ne faut pas s'asseoir sur nos lauriers, et on ne doit jamais rien tenir pour acquis», invitant ainsi les membres à s'impliquer et à redoubler d'efforts.

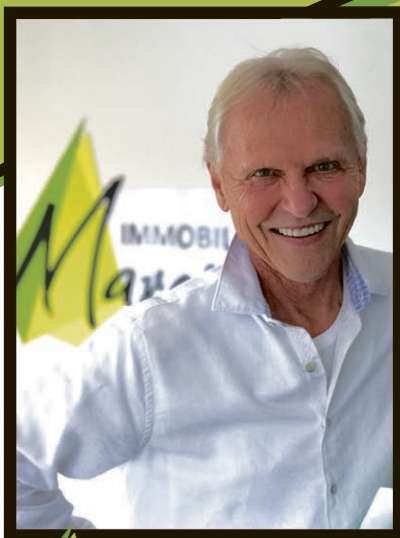
En ces temps économiquement plus exigeants, il sera effectivement impératif de s'impliquer activement, certes, mais aussi autrement. Il faut viser un retour sur investissement concret des activités de réseautage, mais surtout assumer un leadership mobilisateur, pour une vallée qui le mérite bien.

Infos : www.valleesaintsauveur.com/

SOUPER-BÉNÉFICE

François Marcil

13^e édition



IMMOBILIER
Marcil

279, rue Principale, Saint-Sauveur

175\$
PRIX DU BILLET

Mercredi 16 mai 18h

AU PROFIT DE:

Garde-Manger des
Pays-d'en-Haut

Maison des Jeunes
de Saint-Sauveur

et autres organismes

Faites un don en achetant
un billet et nous vous
invitons au restaurant
Gibbys de Saint-Sauveur

(*Reçu d'impôt de 175\$ par billet)

Réservation

450 227-4666

François Marcil
ou Gina Frost

gina@immomarcil.com

FINALE RÉGIONALE DU DÉFI GÉNIE INVENTIF ETS DE LA RIVE-NORD

L'école A.-N.-Morin remporte la médaille d'or

ACCÈS – Des scientifiques en herbe se sont réunis plus tôt en avril au collège Montmorency afin de faire de l'air dans le cadre du Défi génie inventif Rive-Nord. C'est le MMV1 de Malie Goyer, Mégan Filiatrault, Alison Forget et Christophe Lefebvre de cinquième secondaire à l'école A.-N.-Morin de Sainte-Adèle qui a remporté l'or en finale régionale de cette compétition scientifique.

Treize équipes réunies de partout au Québec ont été sélectionnées lors des dix finales régionales pour maintenant représenter leur région respective lors de la grande finale québécoise du Défi génie inventif 2018.

Il est à noter que c'est la onzième fois que l'école gagne la finale régionale et la quinzième fois qu'elle se rend à la grande finale québécoise.

PHOTO: COURTOISIE



Marc Chélico, enseignant responsable, accompagné de Christophe Lefebvre, Alison Forget, Mégan Filiatrault et Malie Goyer.

Les concepteurs de ce bolide ont remporté une qualification à la finale québécoise de la compétition, qui sera tenue les 25 et 26 mai à l'École de technologie supérieure (ETS). Plusieurs autres équipes de l'école A.-N.-Morin se sont également démarquées.

Les équipes devaient démontrer leur ingéniosité en surmontant un défi de taille : concevoir un véhicule capable de descendre une pente, de passer entre deux colonnes et de s'arrêter le plus près possible d'un trait sans le dépasser.



CHRISTINE MAILLARD D.O.
Ostéopathe

SERVICE À DOMICILE DISPONIBLE
Membre de la société des Ostéopathes du Québec
Reçus d'assurances disponibles
SUR RENDEZ-VOUS 450 227-1083
31, rue du Dauphin Saint-Sauveur JOR 1R4





La bronchite chronique, ou la toux du fumeur, et l'emphysème sont des maladies pulmonaires obstructives chroniques (MPOC) qui s'aggravent généralement au fil du temps.

Une étude clinique d'une durée d'un peu plus d'un an est actuellement en cours et Omnispec recherche des sujets d'étude.

Pour être admissible à cette étude vous devez :

- être âgé entre 40 et 80 ans
- avoir reçu de votre médecin un diagnostic de MPOC
- prendre au moins deux traitements par inhalation pour la prise en charge de la MPOC pendant au moins six semaines avant le dépistage
- avoir reçu un traitement antibiotique et/ou de cortisone dans les 12 derniers mois parce que vos symptômes MPOC s'étaient aggravés
- être fumeur ou ancien fumeur

Les sujets sélectionnés recevront sans frais le médicament à l'étude, les pompes de bromure d'ipratropium et de sulfate d'albuterol, les examens médicaux incluant les évaluations pulmonaires et une allocation de transport.

Pour en savoir plus, contactez :



OMNISPEC
recherche clinique inc.
450 420-0270
<http://www.omnispec.ca>

BOUTIQUE

RomyElliot

VÊTEMENTS HOMME & FEMME



MARCCAIN

SAMEDI 5 MAI 2018
R.S.V.P. d'ici le 4 mai

Représentante «Marc Cain»
sur place entre 11h et 14h

+

Marchandise supplémentaire
lors de l'événement

+

Cadeaux & Cocktail

*Détails en boutique

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

FRANC SUCCÈS POUR LE RASSEMBLEMENT POUR DES SOLUTIONS LOCALES 15 À 35 ANS

La MRC des Pays-d'en-Haut est en mode jeunesse!

SANDRA MATHIEU – Près d'une cinquantaine de citoyens âgés de 15 à 35 ans, une vingtaine de représentants municipaux et autant d'intervenants ont participé au Rassemblement pour des solutions locales 15 à 35 ans de la MRC des Pays-d'en-Haut, le 25 avril dernier, à la Place des citoyens à Sainte-Adèle.

Lors de cet événement de consultation, les jeunes étaient à l'honneur et ont pu se prononcer sur dix enjeux ayant un impact sur leur qualité de vie, tels que le logement, le transport, les loisirs, l'environnement, l'éducation, l'entrepreneuriat, la conciliation, etc.

UN SUCCÈS SUR TOUTE LA LIGNE

D'entrée de jeu, le préfet suppléant de la MRC et maire de Morin-Heights, Tim Watchorn, a mentionné l'importance d'un événement comme celui-là pour créer des ponts entre les élus et les jeunes et pour écouter les préoccupations de ces derniers afin de leur léguer une société qui réponde à leurs besoins puisque « l'avenir de la MRC est entre leurs mains ».

Les co-porte-parole de l'événement, Mylène Joncas, conseillère municipale de Saint-Adolphe-d'Howard, et Alexandre Filion, copropriétaire de la boutique PRFO, ont motivé par la suite les participants en

expliquant les raisons pour lesquelles ils avaient décidé de s'impliquer dans leur communauté et les retombées générées par cette implication.

Par la suite, les discussions autour des tables rondes ont été très animées et les participants ont pu s'exprimer ouvertement sur leurs préoccupations et idées pour l'avenir de la MRC, et ce, sous l'oreille attentive des élus et des représentants municipaux assis à leurs tables.

DÉCLARATION JEUNESSE DES PAYS-D'EN-HAUT

Tous les commentaires recueillis lors de cette soirée seront utilisés dans le cadre d'une future Déclaration jeunesse des Pays-d'en-Haut, laquelle sera rédigée par un comité consultatif jeunesse qui sera formé au cours de l'été 2018. Ce comité aura notamment pour rôle principal de s'assurer de la prise en compte des enjeux jeunesse dans les développements à venir et de



Les co-porte-parole de l'événement, Alexandre Filion et Mylène Joncas.



Des jeunes allumés et impliqués ont eu l'occasion de s'exprimer sur leurs enjeux quotidiens et apporter des pistes de solutions sur différents sujets qui les touchent de près.

représenter cette vision des jeunes auprès de la MRC, des municipalités et de divers milieux de concertation locale.

STRATÉGIE JEUNESSE EN MILIEU MUNICIPAL

À l'automne 2017, la MRC des Pays-d'en-Haut a bénéficié de la mesure Stratégie jeunesse en milieu municipal parmi onze organisations au Québec qui ont été sélectionnées pour réaliser la première phase de la Stratégie qui a entre autres objectifs de rapprocher les jeunes de moins de 35 ans de la vie municipale.

M. Watchorn a d'ailleurs déclaré à la fin du rassemblement que ces objectifs avaient été atteints en grande partie.

« Nous avons pu bénéficier d'un moment privilégié pour en apprendre plus sur les idées, préoccupations et attentes de nos citoyens de 15 à 35 ans. Mes collègues élus de la MRC prendront en considération leurs nombreux commentaires et leur vision dans nos décisions futures.

D'ailleurs, nous les invitons à poursuivre leur implication dans la vie municipale en participant aux conseils de ville et à différents comités dans leurs municipalités respectives. Nous avons besoin de connaître leur point de vue! »

Infos : www.lespaysdenhaut.com ou la page Facebook : Pays d'en Haut 15-35 ans

SPECTACLE

à l'église

AU PROFIT DE LA

PAROISSE

SAINT-SAUVEUR

CLAUDETTE DION

CHANTE PIAF

19 mai à 20 h | 35 \$

GREGORY CHARLES

PRÉSENTE VIRTUOSE
LE SPECTACLE

17 juin à 14 h | 45 \$

BILLET EN VENTE MAINTENANT AU PRESBYTÈRE OU PAR TÉLÉPHONE

450 227-2423 | 514 923-8682 (GROUPE)

WWW.PAROISSE-ST-SAUVEUR.CA



ÉLEVÉ SANS HORMONES



RACHELLE-BÉRY
L'ÉPICERIE SANTÉ QUI ALIMENTE
LE MIEUX-ÊTRE

SE NOURRIR L'ESPRIT TRANQUILLE

Chez Rachele-Béry, toutes nos viandes ou volailles proviennent d'éleveurs qui favorisent le bien-être animal et qui n'ont pas recours aux hormones ni aux antibiotiques. Vous pouvez donc choisir vos aliments en toute confiance et regarder les enfants grandir l'esprit tranquille.

377, rue Principale, Saint-Sauveur

5^E ÉDITION DE LA GRANDE JOURNÉE DES PETITS ENTREPRENEURS

Les inscriptions sont ouvertes!

ACCÈS – La grande journée des petits entrepreneurs se déroulera dans toutes les régions du Québec, le 16 juin prochain. Pour une cinquième année, des milliers d'enfants de 5 à 12 ans nous en mettront plein la vue en présentant leurs idées entrepreneuriales!

PHOTO : FRANCIS VACHON



Les enfants de 5 à 12 ans auront l'occasion de participer à l'expérience en créant leur propre petite entreprise et en se lançant en affaires devant leur résidence.

Cette année, la thématique Réalise ton projet, quel qu'il soit! permettra aux jeunes entrepreneurs de mettre sur pied des entreprises qui donneront vie à leurs petites et grandes idées. Du classique kiosque à limonade à un spectacle de

magie ou à la création de mille et un biscuits, il y en aura pour tous les goûts!

Présentée par la Caisse de dépôt et placement du Québec, La grande journée des petits entrepreneurs 2018 est coprésidée par Michèle Boisvert, première vice-présidente, Rayonnement des affaires à la Caisse, et par Serge Beauchemin, investisseur et entrepreneur.

LE PLAISIR D'ENTREPRENDRE

En 2017, plus de 4200 petits entrepreneurs ont lancé leur entreprise. « Nous poursuivons l'aventure en ayant comme objectif de dépasser le cap des 5000 petits entrepreneurs, clin d'œil à ce cinquième anniversaire, mentionne Isabelle Genest, cofondatrice de l'événement. Année après année, cet événement permet à un nombre grandissant d'enfants de découvrir le plaisir d'entreprendre en famille, et ce, tout en s'amusant. Nous assistons aux premiers pas de notre future génération d'entrepreneurs québécois. »

Les inscriptions sont ouvertes : www.petitsentrepreneurs.ca

CAMP DE VACANCES LE P'TIT BONHEUR

Chantiers jeunesse recrute des jeunes pour l'été

ACCÈS – L'équipe de Chantiers jeunesse convie les jeunes d'ici et d'ailleurs à participer bénévolement au chantier de coopération inter-culturelle qui se tiendra au camp de vacances Le P'tit Bonheur cet été!

Du 22 mai au 8 juin, des volontaires âgés de 18 à 30 ans, venant d'ici et de l'international, auront comme mission de construire une yourte-kitchenette pour les campeurs du P'tit Bonheur. Ils rénoveront également une forteresse et donneront un coup de main en cuisine.

Le P'tit Bonheur fait partie de l'œuvre du Père Sablon qui a pour mission d'aider les jeunes de tous les milieux à se réaliser par des activités sportives passionnantes. Situé en plein cœur des Laurentides, cet endroit paradisiaque compte six lacs et de nombreux sites. Vous aurez la chance de participer à une foule d'activités extérieures!

QU'EST-CE QU'UN CHANTIER?

Un chantier est un projet de volontariat réalisé par un groupe multiculturel dans une communauté locale. Pendant deux à trois semaines, les volontaires répondent à différents besoins locaux (rénovation, protection du patrimoine, environnement ou culture), tout en découvrant une nouvelle région ou un nouveau pays et en vivant une expérience de groupe inoubliable.



Les jeunes auront comme mission de construire une yourte-kitchenette pour les campeurs du P'tit Bonheur.

PHOTO : COURTOISE

Fondé en 1980, Chantiers jeunesse est un OBNL qui a pour mission de favoriser le développement de jeunes citoyens actifs et engagés en leur permettant de contribuer à l'amélioration d'un milieu de vie d'une communauté et ainsi de développer leur potentiel et leurs compétences, tout en découvrant un nouveau pays ou une nouvelle région.

Inscriptions : www.cj.qc.ca. Les places sont limitées.

ÉPARGNEZ GROS

- RESTOS • ACTIVITÉS • SERVICES
- BOUTIQUES • DE TOUT POUR TOUS...



VISITEZ : rabaischocs.com

ERRATUM



ROCK'N FLY SHOW

Le spectacle est déplacé le 10 août

Le Rock'n Fly Show est invité à se joindre à la programmation du St-Jérôme Folk, qui aura lieu du 1^{er} au 31 août prochains.

Le spectacle prévu le vendredi 4 mai (comme indiqué la semaine passée en p. 27) est donc déplacé au vendredi 10 août au Tapis Rouge. Les trois auteurs-compositeurs-interprètes, Greg Alone, Mat Tyler et Anthony Gaudet, monteront sur la scène à 21 h 30. Les billets sont en vente au Tapis Rouge (19 \$ à l'entrée, 14 \$ en prévente).

PROMOTION VALIDE JUSQU'AU 10 MAI 2018

Agent de comblement (Princessa)	580\$	399\$
PRP (Plasma riche en plaquettes) traitement complet	980\$	499\$
BOTOX		10\$/unité
PEELING médical (soin du visage anti-âge)	120\$	80\$

ZONES TRAITÉES: visage | cou | décolleté | mains

Rides du front

Rides du lion

Patte d'oie

Sillon Naso Génien

Rides péribuccales

Ride d'amertume

Bajoues



Esthétique Médicale
Sophie Boutin Inc.
Val-David 819 323-6229



Adoucissez ou prévenez les signes du vieillissement sans douleur, chirurgie ni contrainte!
RÉSULTATS NATURELS ET IMMÉDIATS!

20^E DÉFI OSENTREPRENDRE

Les lauréats régionaux sont dévoilés

ACCÈS – Près de 200 convives se sont rassemblés le 25 avril dernier à Mirabel, lors du gala régional du 20^e Défi OSEntreprendre, pour faire rayonner les initiatives entrepreneuriales des Laurentides et souligner l'audace de celles et ceux qui ont osé entreprendre.



Lors de ce gala, 22 prix ont été remis aux lauréats qui se sont démarqués par la qualité de leur projet, leur sens de l'innovation et leur créativité. Des bourses totalisant près de 16 000 \$ ont été décernées à ces élèves, étudiants et nouveaux entrepreneurs!

UNE CUVÉE REMARQUABLE

Cette année, la région des Laurentides a frôlé le cap des 200 dossiers avec 78 projets pour le volet Entrepreneuriat étudiant et 116 pour le volet Création d'entreprise et Réussite inc.

COUP DE CŒUR

Notons que le prix Coup de cœur du volet

Création Entreprise et Réussite inc. a été remis à Nathalie Girard de Saint-Sauveur pour La prof à côté. Projet qui offre aux petits comme aux grands des outils pour mieux apprendre, communiquer et s'épanouir grâce à de l'aide individuelle en ligne, des spectacles éducatifs et des conférences, au Québec, au Canada et aussi à l'international.

Pour découvrir tous les lauréats qui représenteront la région lors de la grande finale du Défi qui aura lieu le 13 juin à Québec. : www.facebook.com/DefiOSEntreprendre_laurentides/

PROJET ITINÉRANCE DE L'ÉCOLE A.-N.-MORIN

Des élèves *full* compassion!

ACCÈS – Des élèves passionnés de la classe Pré-DEP de l'école secondaire Augustin-Norbert-Morin ont élaboré un projet hors du commun : amasser des fonds afin d'offrir un dîner complet et des vêtements à quelque 200 itinérants de Montréal.



Les jeunes ont été soutenus dans le projet par les enseignantes Caroline Lapierre et Valérie L'Abbé.

Projet élaboré et réalisé par les jeunes depuis plusieurs mois, ces derniers ont effectué des collectes de fonds et des collectes de vêtements. En association avec l'organisme SOS Itinérance de Montréal, le 18 avril dernier, ces élèves sont allés offrir

des boissons froides et chaudes, des sandwiches, de la pizza, de la nourriture pour chiens et des vêtements aux itinérants de Montréal, coin Sainte-Catherine et Berri.

QUE DU POSITIF!

« Il s'agit d'une action aux bienfaits multiples pour les itinérants et pour les jeunes. De l'organisation du projet à la distribution des vivres aux itinérants, les jeunes ont vécu concrètement une expérience enrichissante, souligne Joël Saucier-Dupuis, intervenant au Carrefour jeunesse-emploi, qui les a accompagnés lors de cette journée qu'il qualifie d'humainement profonde. Ainsi, ces jeunes remplis de compassion retournent chez eux avec le sourire et le sentiment d'avoir contribué positivement à la vie des plus démunis. »



THÉÂTRE
GILLES-VIGNEAULT

DE CONCERT AVEC



Yves P. Pelletier

— *Moi ?*

Vendredi 18 mai
20 h

Pierre Lapointe

— *La science du cœur*

Samedi 26 mai
20 h



Billetteries

- > theatregillesvigneault.com
- > 450 432-0660
- > 118, rue de la Gare, Saint-Jérôme

Restez informés



Profitez de conseils d'experts
dès aujourd'hui. Visitez un
magasin Bell près de chez vous:

ST-SAUVEUR-DES-MONTS
153, rue Principale
450 240-0701



Profitez du meilleur service télé satellite pour votre chalet.

Que vous soyez en train de relaxer sur le quai ou à l'intérieur après une journée à jouer dehors, profitez d'une qualité d'image ultra-spectaculaire et de l'accès à jusqu'à 200 chaînes sur tous vos appareils.

Obtenez la Télé Satellite avec un enregistreur HD¹ et profitez d'économies garanties de 22\$/mois* sur le prix courant pendant 1 an.

Maintenant seulement:

À PARTIR DE **42⁹⁵ \$/MOIS²**

Prix courant de 64,95 \$/mois. Sujet à modification.
Installation professionnelle incluse³.

*S'applique à des périodes de facturation complètes².

1 877 809-2460 • Visitez un magasin Bell • bell.ca/chalet

la vie est **Bell**

À jour en date du 25 avril 2018. L'offre prend fin le 30 juin 2018. Offert aux nouveaux clients résidentiels dans la province de Québec là où l'accès, la visibilité directe et la technologie le permettent. Modifiable sans préavis; ne peut être combinée avec une autre offre. Taxes en sus. D'autres conditions s'appliquent. Pour certaines offres, le client doit choisir la facturation électronique et créer un profil MonBell. (1) Appareils Apple et Android compatibles sélectionnés requis. Disponible par réseau mobile ou Wi-Fi. Une sélection de chaînes/contenu en direct et sur demande de votre abonnement Télé Satellite peut être visionnée. Le contenu visionné sur le réseau Wi-Fi à domicile sera comptabilisé dans le calcul de votre utilisation mensuelle de données Internet (si applicable). Des frais de données mobiles peuvent s'appliquer. Chaînes/contenu modifiables sans préavis et des périodes de décrochage peuvent s'appliquer. Pour télécharger l'application Télé Fibe et pour plus de détails, voir bell.ca/applitele. L'application Télé Fibe permet de visionner du contenu jusqu'en HD. La qualité d'image peut varier selon les vitesses Internet. D'autres conditions s'appliquent. (2) Réservé aux nouveaux clients avec un abonnement continu au forfait Télé Satellite admissible de Bell. Le tarif mensuel promotionnel de 42,95\$ est calculé en appliquant un crédit promotionnel au prix courant comme suit: Télé Satellite forfait Bon avec 15 chaînes à la carte: tarif mensuel de 61,95\$, plus des frais de service numérique de 3\$, moins le crédit de 22\$/mois pour 12 périodes de facturation complètes, plus la location de l'enregistreur HD: tarif mensuel de 15\$ moins le rabais continu de 15\$/mois. Bell demeurera le propriétaire du récepteur. Vous pouvez résilier la location à tout moment si vous retournez le récepteur. Les récepteurs peuvent être neufs ou remis à neuf au choix de Bell. Le prix promotionnel s'appliquera à votre première période de facturation complète de 30 jours et à chaque période de facturation complète par la suite, pour la durée de votre promotion. Votre période de facturation peut ne pas débiter le jour où vous souscrivez à nos services. Le tarif mensuel courant s'applique donc aux services rendus avant votre première période de facturation complète de 30 jours ou si vos services sont annulés pendant une période de facturation de 30 jours. Tous les prix sont sujets à modification. (3) Couvre l'installation de base et inclut jusqu'à 3 récepteurs. Des frais de 50\$ s'appliquent pour chaque récepteur additionnel. Comprend l'installation de l'antenne, l'activation du récepteur et le branchement à la télé; voir bell.ca/installationincluse.

3^E TOUR DU SILENCE PAYS-D'EN-HAUT

Un événement cycliste pour sensibiliser au partage de la route

ACCÈS – La MRC des Pays-d'en-Haut invite les cyclistes de la région à participer au Tour du silence 2018, une randonnée à vélo qui se déroulera le mercredi 16 mai à 18 h 30, dont le départ se fera à l'hôtel de ville de Saint-Sauveur.

PHOTO: COLOMBINE DROUIN



Les deux premières éditions du Tour du silence Pays-d'en-Haut ont attiré 85 et 65 cyclistes.

Initié en 2003 au Texas, The Ride of Silence est devenu, au fil des années, un événement international incontournable pour l'ensemble des cyclistes et autres usagers de la route qui souhaitent s'engager contre l'insécurité routière dont ils sont encore trop régulièrement victimes.

L'événement est gratuit et s'adresse aux cyclistes de tous âges et niveaux de pratique. Il vise également à ceux qui désireraient rouler sur la route, mais qui, par crainte, s'abstiennent peut-être encore de le faire. C'est d'ailleurs pour cette raison que la MRC s'implique dans cet événement, car il rejoint les objectifs visés par le trajet VÉLOCITÉ, un aménagement cyclable réalisé en 2014 permettant de relier sécuritairement les municipalités de Piedmont, Saint-Sauveur et Morin-Heights.

Ainsi, les participants du Tour du silence Pays-d'en-Haut débiteront leur randonnée à l'hôtel de ville de Saint-Sauveur et emprunteront VÉLOCITÉ en direction de Morin-Heights. Le parcours de 18 km se déroule en silence à une vitesse de 15 km/h. Il est à noter que le port du casque est obligatoire.

NOUVEAUTÉS 2018

Un moment de recueillement est prévu à Morin-Heights pour souligner la mort d'un cycliste survenue il y a quelques années dans ce secteur. Après la tenue du parcours cyclable, les participants sont invités à se regrouper pour porter un toast à la vie dans un esprit d'ouverture et de partage. Cette initiative a été suggérée par un participant lors de la dernière édition.

par la Société de l'assurance automobile du Québec, partenaire principal de l'événement.

La MRC des Pays-d'en-Haut souhaite remercier ses partenaires locaux, soit la Ville de Saint-Sauveur, la Municipalité de Morin-Heights, la Sûreté du Québec, le groupe d'intervention Sauvetage Médical et IGA Les marchés Famille Jasmin. Cet événement est également rendu possible grâce à l'implication de nombreux bénévoles.

Infos : tourdusilencequebec.com ou la page Facebook de l'événement : Tour du Silence provincial, Qc.



La MRC aimerait informer les usagers du réseau routier qu'il y a possibilité d'entrave partielle sur la rue Principale, l'avenue de l'Église et la route 364 à Saint-Sauveur ainsi qu'à Morin-Heights et sur le chemin du Village, le 16 mai de 18 h 30 à 20 h 15. Elle invite les automobilistes à la vigilance en tout temps.

DES PARTENAIRES INDISPENSABLES

Depuis 2010, le Tour du silence provincial est coordonné par la Fédération québécoise des sports cyclistes et soutenu financièrement

Lancement de la série

DÉJEUNERS-CAUSERIES

PARLONS AFFAIRES

L'entrepreneuriat et ses défis

CONFÉRENCIER INVITÉ :

Serge Beauchemin

Entrepreneur et investisseur de l'émission *Dans l'œil du dragon*

8 mai 2018 à 8 h

Place des citoyens, Sainte-Adèle

Pour vous inscrire

www.lespaysdenhaut.com

Présenté par :



Avec la participation financière de :



CHRONIQUE JURIDIQUE

Voizard, Voizard, NOTAIRES

Depuis 1950

1080, rue Valiquette
Sainte-Adèle, Québec J8B 2M3
T. 450.229.3551 • F. 450.229.9062
www.notaires-voizard.com



Me Sébastien Voizard

VOUS SOUHAITEZ VOUS LANCER EN AFFAIRES ?

AVEZ-VOUS COMMUNIQUÉ AVEC VOTRE NOTAIRE ?

Nombreux notaires détiennent une formation approfondie et une solide expérience en droit de l'entreprise. Grâce aux relations étroites que certains notaires entretiennent avec le milieu des affaires, ces notaires sont devenus des spécialistes en droit des affaires (ex: financement commercial, bail commercial, incorporation, convention d'actionnaires, etc.)

De plus, plusieurs notaires ont acquis la formation de médiateur et ont développé l'expertise nécessaire pour résoudre des litiges de nature civile ou commerciale auxquels un entrepreneur pourrait être confronté dans le cours de ses activités.

Détenant toutes les compétences dans la rédaction de contrats, le notaire saura offrir à l'entrepreneur la sécurité juridique nécessaire afin que ses droits et ses intérêts soient bien protégés; n'oublions pas que les écrits restent et les paroles s'envolent !

Dans le cadre d'une transaction commerciale, le notaire procédera à une analyse de la situation juridique de votre entreprise ou de celle dont vous souhaitez vous porter acquéreur. En collaboration avec l'entrepreneur, son comptable et/ou son fiscaliste, le notaire élaborera un plan d'action pour permettre à l'entrepreneur d'atteindre les objectifs souhaités.

Au tout début, lors d'une rencontre préliminaire, le notaire verra à déterminer la forme juridique de l'entreprise qui convient le mieux à l'entrepreneur. Une telle analyse est nécessaire au stade du démarrage de l'entreprise, mais elle pourrait aussi survenir ponctuellement par la suite (ex : une société en nom collectif (SENC) pourrait devenir une société incorporée (INC)).

Nombre de gens d'affaires ont recours aux services d'un notaire à titre de conseiller juridique de leur entreprise. Consultez votre notaire, il ne laisse rien au hasard.

RONA

EN VIGUEUR DU JEUDI 3 AU MERCREDI 9 MAI 2018

SAINT-SAUVEUR

304, Principale

180, Principale - ANCIENNEMENT **MARCIL**

SAINTE-ADÈLE

2105, boul. Sainte-Adèle

SAINTE-ANNE-DES-LACS

645, chemin de Ste-Anne-des-Lacs

ACHETEZ-EN 1 ET OBTENEZ LE 2^e À

50%[†]
DE RABAIS

SUR TOUTE LA TEINTURE ET PEINTURE
D'EXTÉRIEUR, FORMAT 3,78 L



† Le rabais s'applique au produit le moins cher à prix régulier, avant taxes. Ne peut être combinée à aucune autre offre

2 JOURS SEULEMENT
SAMEDI 5 ET DIMANCHE 6 MAI EN MAGASIN

**GRATTEZ ET
ÉCONOMISEZ**

DE **15%** À **100%**^{**}

SUR TOUS VOS ACHATS EN MAGASIN
DE 100 \$ OU PLUS (AVANT TAXES)

**S'applique sur les produits à prix régulier seulement. Ne s'applique pas sur les matériaux de construction suivants: bois traité, bois de construction, isolation et toiture, lesquels sont éligibles pour un rabais de 10% en magasin et en ligne avec tout achat de 100\$ ou plus (avant taxes). Ne s'applique pas aux achats d'électroménagers, les panneaux de contreplaqué, de particules et de gypse, les produits Rockwool, Husqvarna, Google Home, Nest, Weber ou Broil King. Ne peut être combinée à aucune autre offre.

Détails ci-dessous.

RABAIS DE

15%^{*}

sur TOUS les
outils portatifs
sans fil et les
scies à onglets
DEWALT, BOSCH
ou MAKITA

* Sur le prix régulier. Ne peut être combinée à aucune autre offre.

Makita DEWALT BOSCH



À l'exception des accessoires.

2 JOURS SEULEMENT
samedi 5 et dimanche 6 mai

AU CHOIX

299
ch.

TERRE À JARDIN,
À PELOUSE OU NOIRE

12965030-32 (244175-77)

RÉG: 5,99 Rabais de 50%

Jusqu'à épuisement des stocks.



50 L

À NOS CLIENTS • L'information contenue dans cette circulaire est celle que nous avons au moment de sa préparation. Si, malgré nos soins, des erreurs s'y étaient glissées, un avis sera publié en magasin. Certains articles peuvent différer de l'illustration; la description prévaut. • La sélection des produits et les services offerts varient d'un magasin à l'autre. Nous sommes parfois dans l'obligation de changer les spécifications d'un produit ou de le substituer. Nous nous réservons le droit de limiter les quantités. • Prix payés et emportés jusqu'au 9 mai 2018. Les taxes à la consommation fédérale et provinciale ne sont pas comprises dans nos prix. La garantie de prix RONA ne s'applique pas aux commandes spéciales, aux soldes de liquidation, de fin de saison ou de faillite, à la main-d'œuvre lors des installations, aux devis des entrepreneurs, aux erreurs de publicité ou aux prix obtenus sur Internet ou à l'extérieur de la région. Les prix annoncés en circulaire s'appliquent uniquement aux magasins identifiés dans la section adresses. La mention « Prix régulier » fait référence au prix le plus bas observé le 29 mars 2018 dans cette zone de circulaire. • Pour notre politique complète et les détails du Programme AIR MILES[®], visitez rona.ca. ©/TM Trademarks of AM Royalties Limited Partnership used under license by LoyaltyOne, Co. and RONA inc. **GRATTEZ ET ÉCONOMISEZ** Cette offre est en vigueur samedi 5 et dimanche 6 mai 2018 seulement dans tous les magasins participants. Grattez et obtenez un rabais d'une valeur allant de 15% à 100% (à l'exception des matériaux de construction) et d'un rabais de 10% sur une sélection de matériaux de construction: bois traité, bois de construction, isolation et toiture. En magasin seulement, avec tout achat de 100 \$ ou plus (avant taxes), sur une seule facture. Applicable uniquement sur la marchandise à prix régulier achetée par paiement comptant, par carte de débit ou de crédit. Applicable aussi aux produits livrés et/ou installés si le tarif exigé pour la livraison et/ou installation est payé en totalité au moment de l'achat. Les coûts des différents services offerts en magasin tels que l'installation, la livraison, la location, le service de coupe, etc. ne sont pas admissibles. Les électroménagers, les panneaux de contreplaqué, de particules et de gypse, les produits Rockwool, Husqvarna, Google Home, Nest, Weber ou Broil King, les commandes spéciales, les achats de cartes-cadeaux, les offres RONA Avantages, les achats portés au compte d'un client et les achats effectués par des clients ayant une entente contractuelle spécifique avec RONA ne sont pas admissibles à cette offre. Ne s'applique pas aux achats faits antérieurement ni aux mises de côté. L'offre est non monnayable. Ne peut être jumelée à aucune autre offre, vente, promotion, rabais ou offre à l'adhésion de RONA Avantages. Cette promotion s'adresse à tous les résidents d'âge légal du Canada. Limite d'une carte à gratter par transaction, par client, par famille, par jour, jusqu'à épuisement des cartes. Pour être valide, la carte doit être grattée par la caissière ou lecaissier après l'enregistrement des achats et la question mathématique doit être correctement résolue. Aucun achat requis. SI LE SCEAU DE LA CARTE À GRATTER EST DÉCOUVERT OU ALTÉRÉ, LA CARTE N'EST PLUS VALIDE. Les cartes demeurent la propriété de RONA et doivent être remises au moment de la transaction. RONA, les filiales, les associés, les employés, les directeurs, les concessionnaires, les agents, les représentants ou les personnes avec qui ils sont domiciliés ne peuvent participer au concours et déclinent toute responsabilité pour toute blessure ou tout dommage matériel survenu à la suite de l'attribution des prix relativement à cette promotion. Cette promotion est assujettie à toutes les lois fédérales et provinciales ainsi qu'aux règlements municipaux. Au Québec, un différend quant à l'organisation ou à la conduite d'un concours publicitaire peut être soumis à la Régie des alcools, des courses et des jeux afin qu'il soit tranché. Un différend quant à l'attribution d'un prix peut être soumis à la Régie uniquement aux fins d'une intervention pour tenter de le régler. Distribution des rabais sur une base de 1 000 cartes: 965 rabais de 15%, 24 rabais de 20%, 7 rabais de 25%, 3 rabais de 50%, et 1 rabais de 100%. Certaines conditions s'appliquent. Renseignements dans les magasins participants. Question mathématique: 40 + 20 - 30 ÷ 2 = _____



SAINTE-ADÈLE

L'École Hôtelière accueille la Chambre de commerce

CHRISTINE LANIEL – Mercredi dernier se tenait le 5 à 7 réseautage de la Chambre de Commerce de Sainte-Adèle. Cette fois-ci, l'École Hôtelière des Laurentides en était l'hôte.



Éric Sirois président de la chambre, André Cloutier directrice de l'École Hôtelière, Christine Laniel Journal Accès et Guy Goyer DG de la chambre.

élèves du groupe 413 sous la supervision de madame Danielle Quévillon. Une réussite qui mérite d'être soulignée.

Ce 5 à 7 suivait de près la 33^e édition du la Nuit Adéloise Desjardins organisée par la chambre de commerce. Le sujet qui courrait sur toutes les lèvres était cette soirée où plaisirs et reconnaissances ont laissés une saveur de «revenez-y» à tous les participants.

Les 5 à 7 réseautage de la chambre sont fort appréciés des membres puisque ce sont des occasions de partager, échanger et mieux se connaître entre commerçants et gens d'affaires Adélois. Ensemble on va plus loin!

Le président de la chambre Éric Sirois et le DG Guy Goyer sont fiers du dynamisme et de la participation des membres, ce qui stimule leur équipe à préparer des événements de grande envergure. Prochain événement grand public à surveiller, le Salon de l'immobilier et de l'aménagement extérieur, les 25-26-27 mai à la Place des citoyens. Un rendez-vous à ne pas manquer!

Un accueil chaleureux, professionnel et des plus délicieux on ne vous le cachera pas! Les bouchées ont été préparées par les chefs Pascal Rudnik, Dominique Louineau et Josée Morasse et le service assuré par les

RÉSIDENCES DU MANOIR DE LA VALLÉE

Qui a tué la vieille ?

CAMILLE VAILLANCOURT – Le samedi 21 avril 2018, aux Résidences du Manoir de la Vallée, la troupe de comédiens Les compagnons de la Vallée a présenté une pièce intitulée Qui a tué la vieille?



PHOTO: COURTOISE

Qui a tué la vieille? Une pièce de théâtre présentée par des résidents des résidences du Manoir avec grand succès! Denyse Lefebvre, Madeleine Desrosiers, Denise Amodéo, Claire Lazarus, Claude Bergeron, Francine Sylvestre pour la mise en scène, l'auteure Liette Leduc, Antonio Désy, Mimi Francoeur et Guy Laplante et Ginette Desjardins, Directrice du Manoir.

Au printemps de chaque année, depuis 2011, huit comédiens sont rassemblés et répètent chaque semaine pendant trois mois.

C'est devant plus de 90 personnes qu'ils ont eu le plaisir de jouer cette pièce que l'on qualifierait de comédie dramatique. Cette soirée fut tout aussi divertissante que l'ont

été les rencontres remplies de plaisirs et de fous rires.

Ils ont tenu à remercier chaleureusement tous les comédiens pour leur engagement et leur complicité, l'auteure Liette Leduc, résidente du Manoir de la Vallée, ainsi que la Directrice du Manoir de la Vallée, Ginette Desjardins, et son équipe pour leurs encouragements.

Brunch de la Fête des mères

HÔTEL & SPA MONT GABRIEL

Dimanche 13 mai 2018
À PARTIR DE 10H00

49\$ / PERSONNE

ENFANTS DE 6 À 12 ANS 24,50\$ | DE 0 À 5 ANS 8\$



MONT GABRIEL
RESORT & SPA

450 229-3547
montgabriel.com

Service et taxes en sus.

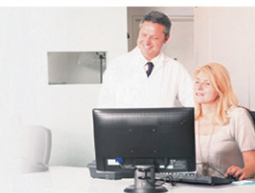
Souffrez-vous de douleur au pied ou à la cheville ?

- ✓ Solution novatrice pour soulager rapidement la douleur au pied
- ✓ Retrouvez votre pleine mobilité et mettez fin à votre douleur aujourd'hui



Consultation Gratuite

- ✓ Évaluation avec scanner à la fine pointe de la technologie
- ✓ Analyse biomécanique de votre démarche
- ✓ Prise de rendez-vous rapide



Clinique médicale
Dre Louise Dufresne
200 rue Principale, Suite 21-c,
Saint-Sauveur
Prenez un rendez-vous :
450 227-6772
www.cliniquedupiedcdp.com

DE RETOUR AU SAINT-SAU PUB GOURMAND

Une chanson à la radio, un vidéoclip et un minialbum pour les Haut-Parleurs

JEAN-PATRICE DESJARDINS – Depuis mai 2017, le Saint-Sau Pub Gourmand à Saint-Sauveur reçoit le groupe Les Haut-Parleurs chaque premier mercredi du mois. C'est reparti pour cette série de spectacles où le groupe reçoit un invité. Mais c'est aussi un nouveau départ, après une pause de deux mois, pour le groupe qui lancera un minialbum à l'été et un premier vidéoclip.

Les Haut-Parleurs, composés des musiciens Pascal Dufour, Martin Perreault, Pierre Harry Erizias, Jean-François Forget et Robert Rivest (auteur et cofondateur du projet), ont pris une pause en mars et avril pour travailler un tout nouveau répertoire.

Par la même occasion, le groupe s'est retrouvé en studio pour enregistrer des compositions et a même lancé une chanson, portant le même nom que le groupe. La chanson *Les Hauts-Parleurs* est devenue un *single* radio, et un vidéoclip a été tourné au bistro Mouton Noir à Val-David avec le réalisateur (et musicien) James Correa.

RETOUR AU SAINT-SAU

Le groupe retire du positif de la série de

spectacles ayant débuté en mai 2017 avec leurs invités Marc Déry, Elizabeth Blouin-Brathwaite, Steve Veilleux (Kaïn). « Ça a bien été ces spectacles, malgré un lent départ à l'époque des travaux sur la rue principale à Saint-Sauveur. Il y a eu des soirées mémorables et ça a fait connaître le nom de notre groupe. Le but était de développer des liens avec nos invités pour étendre notre projet. Comme cela a été le cas avec Steve Veilleux, qui nous a ensuite invités à jouer à Drummondville », explique le guitariste et compositeur Martin Perreault.

La programmation 2018 débute le mercredi 2 mai avec Antoine Gratton (photo), musicien des plus polyvalents reconnu pour son look signature : l'étoile portée à son œil gauche.

Le 6 juin, ce sera le tour de Martin Deschamps et le 4 juillet on accueillera de nouveau Marc Déry.

Rappelons que l'entrée est gratuite au Saint-Sau, mais on précise que ceux qui réservent

pour manger auront les meilleures places (réservation impossible sans manger). Les spectacles débutent entre 20 h 30 et 21 h.

Infos : www.lesaintsau.com

LES RENDEZ-VOUS AMOUREUX

Une soirée théâtre exceptionnelle

MARTINE LAVAL – Les prochains Rendez-vous amoureux auront lieu à la salle Saint-François-Xavier de Prévost, le 5 mai à 20 h. Quatre comédiens sur scène, sans décors ni costumes, textes en main, offrent au public une occasion unique de théâtre. Vivre l'expérience de cet art oral à l'état pur livré avec grand talent, c'est en tomber amoureux.

Jouant les plus belles scènes de la dramaturgie et de la littérature internationale, ce style de théâtre est fascinant! Au programme, des auteurs d'ici et d'ailleurs qui vous en mettront plein les émotions!

« J'aime cette formule où l'on travaille à l'instinct, sans filet, partage la comédienne Mélanie Pilon qui sera des prochains Rendez-vous amoureux en compagnie de Benoit Guoin, Marie-Hélène Thibault et Christian Bégin. C'est la chance de travailler avec des acteurs et actrices avec qui on n'a jamais partagé la scène, de jouer sans artifices, de se brancher sur son partenaire, de se lancer et de faire confiance. Et puis, c'est éphémère, une seule représentation au

cours de laquelle on parcourt plusieurs genres, on joue plusieurs rôles. »

Celle qui jouera prochainement Roxane dans la pièce *Cyrano de Bergerac*, et qui a écrit, produit et réalisé son premier court-métrage *Assises*, est enchantée de se lancer pour la première fois dans cette soirée de théâtre. La représentation se terminera par un échange entre spectateurs et artistes qui demeurent sur scène pour discuter de l'expérience vécue.

Achat des billets, au coût de 15 \$, à la bibliothèque Jean-Charles-Des Roches ou au Service des loisirs, tous deux situés au 2945, boul. Curé-Labelle à Prévost, 450 224-8888 poste 6228, ou sur place, le soir même.

LES CINEMAS CARREFOUR DU NORD VOICI NOS PRIX RÉDUITS!

LES MARDIS 6.25\$ LES MERCREDIS 7.75\$ LES JEUDIS 2 pour 1 LES APRÈS-MIDIS 8.75\$

Valable sur présentation du coupon disponible sur Facebook et dans le journal Le Nord. Ne s'applique pas sur les films 3D, sièges D-Box, salle ESV. Copies et représentations spéciales. Le 2 pour 1 est basé sur le prix de 15.50\$.

VOITRE CINÉMA VOUS GÂTE. PROFITÉZ-EN! CERTAINES RESTRICTIONS S'APPLIQUENT POUR PLUS DE DÉTAILS, VISITEZ LE CINEMAST-JEROME.COM

POUR PLUS DE DÉTAILS CINEMAST-JEROME.COM TÉLÉPHONE: 450-436-5944

AUTOROUTE DES LAURENTIDES, SORTIE 45

HORAIRE DU VENDREDI 4 MAI AU JEUDI 10 MAI 2018

LA TERRE VUE DU COEUR (G) (v.f.) tous les jours : 12h45 - 15h45

CINÉ-RÉPERTOIRE : PRENDRE LE LARGE (G) (v.f.) lundi 7 mai : 13h00 - 16h00 - 19h00 - 21h45 Billets en prévente

AVENGERS : LA GUERRE DE L'INFINI 3D (G) (v.f.) tous les jours : 12h30 - 15h40 - 18h50 - 22h00 D-BOX 3D

RAVAGES 3D (G) (v.f.) tous les jours : 21h45 3D
Prendre note que le distributeur n'accepte pas la tarification du mercredi pour ce film. Conséquemment le prix d'entrée est au tarif régulier.

PLAYER ONE V.F. 3D (G) (v.f.) ven. sam. dim. lun. mar. mer.: 21h45 jeu.: aucune représentation 3D
Prendre note que le distributeur n'accepte pas la tarification du mercredi pour ce film. Conséquemment le prix d'entrée est au tarif régulier.

AVENGERS : LA GUERRE DE L'INFINI 2D (G) (v.f.) tous les jours : 12h40 - 15h50 - 19h00 - 22h10 D-BOX SALLE ESV

RAVAGES 2D (G) (v.f.) ven. sam. dim. mar. mer.: 12h45 - 15h45 - 18h45 lun.: 12h45 - 18h45 jeu.: 12h45 - 15h45
Prendre note que le distributeur n'accepte pas la tarification du mercredi pour ce film. Conséquemment le prix d'entrée est au tarif régulier.

PLAYER ONE V.F. 2D (G) (v.f.) ven. sam. dim. mar. mer. jeu.: 18h45 lun.: aucune représentation 3D
Prendre note que le distributeur n'accepte pas la tarification du mercredi pour ce film. Conséquemment le prix d'entrée est au tarif régulier.

LA REINE DE LA FÊTE (G-) (v.f.) jeudi 10 mai : 19h00 - 21h45 Billets en prévente

EFFRACTION (13+) (v.f.) jeudi 10 mai : 19h00 - 21h45 Billets en prévente

TULLY (13+) (v.f.) tous les jours : 14h40 - 16h50 - 19h00 - 21h10

LA CH'TITE FAMILLE (G) (v.f.) tous les jours : 12h45 - 15h45 - 18h45 - 21h10

MOI, BELLE ET JOLIE (G) (v.f.) ven. sam. dim. mar. mer.: 12h45 - 15h45 - 18h45 - 21h45
lun.: 15h45 - 18h45 - 21h45 jeu.: 12h45 - 15h45 - 21h45

LA BOLDUC (G) (v.f.) ven. sam. dim. mar. mer.: 12h45 - 15h45 - 18h45 - 21h10 lun. jeu.: 12h45 - 15h45 - 18h45

VÉRITÉ OU CONSÉQUENCE (G) (v.f.) tous les jours : 14h30 - 16h45 - 19h00 - 21h45

SHERLOCK GNOMES (G) (v.f.) tous les jours : 12h30

PIERRE LAPIN (G) (v.f.) tous les jours : 12h30

Le jeudi 17 mai à 19h et 21h45

DEADPOOL 2 Billets en prévente

POUR VIVRE ICI UNE PRÉSENTATION DE Vice Versa St-Jérôme
UN FILM DE BERNARD ÉMOND AVEC ÉLISE GUILBAULT

NOUVELLE PIZZA TOUT CE QUI COMPTE, C'EST ÉMOTION. LA PIZZA

En manque d'inspiration pour la fête des mères? **CARTE-CADEAU DISPONIBLE À L'ANNÉE AU MONTANT DE VOTRE CHOIX** DISPONIBLE À LA BILLETTERIE MONTANT MINIMUM DE 10\$. CLIQUEZ ICI POUR LES DÉTAILS

Billetterie en ligne sur notre site web www.cinemapine.com L'application Cinéma Pine disponible sur l'App Store

Ligne Info-films 24 heures 450 229-PINE (7463) • 1 866 739-PINE (7463)

DU 4 au 10 mai 2018

Complexe 1: 24 rue Morin, Sainte-Adèle **Complexe 2: 1146, rue Valiquette**

READY PLAYER ONE en anglais : SAMEDI : 19H30 DIMANCHE : 14H30 MARDI, JEUDI : 19H15 3D

PLAYER ONE en français : VENDREDI : 19H30 SAMEDI : 14H30 DIMANCHE, LUNDI, MERCREDI : 19H15 3D

THE AVENGERS INFINITY WAR en anglais : VENDREDI : 19H30 SAMEDI : 14H30 - 19H30 DIMANCHE : 14H30 - 19H15 LUNDI, MARDI, MERCREDI, JEUDI : 19H15 3D

THE AVENGERS GUERRE DE L'INFINI en français : VENDREDI : 19H30 SAMEDI : 14H30 - 19H30 DIMANCHE : 14H30 - 19H15 LUNDI, MARDI, MERCREDI, JEUDI : 19H15 3D

JUSQU'À LA GARDE en français : VENDREDI : 19H30 SAMEDI : 14H30 - 19H30 DIMANCHE : 14H30 - 19H15 LUNDI, MARDI, MERCREDI, JEUDI : 19H15 3D

LA CH TITE FAMILLE en français : VENDREDI : 20H15 SAMEDI, DIMANCHE : 13H00 - 15H15 - 20H15 LUNDI, MARDI, MERCREDI, JEUDI : 20H00

LA BOLDUC * AUCUN LAISSER PASSER POUR CE FILM*** en français :** VENDREDI : 20H15 SAMEDI, DIMANCHE : 13H00 - 15H15 - 20H15 LUNDI, MARDI, MERCREDI, JEUDI : 20H00

LA PROMESSE À L'AUBE en français : VENDREDI : 20H15 SAMEDI, DIMANCHE : 12H35 - 15H15 - 20H15 LUNDI, MARDI, MERCREDI, JEUDI : 20H00

LES BILLETS POUR LA SAISON DU MET EN DIRECT SAISON 2017-2018 SONT EN VENTE!

OPÉRAS 5 ANS ET MOINS 6.96\$* - 6 À 15 ANS 8.69\$* - 16 À 64 ANS 11.74\$* - 65 ANS ET PLUS 16.44\$* (AVEC PREUVE) 21.74\$* SURPLUS (EN TOUT TEMPS) POUR FILM EN 3D 3.04\$* SPÉCIAUX MARDI \$7.39* FILMS RÉGULIERS SPÉCIAUX MERCREDI ET JEUDI \$8.69*

Nos certificats cadeaux sont en vente à la Tabagie le Calumet La promotion Plaisir à 2 avec le restaurant Spago est de retour!

*SAISONNIER NON VALABLE CERTAINES PÉRIODES (TYPIQUEMENT ANNULÉ MI JUIN À LA FIN AOUT) *TAXES EN SUS.

Les programmes et horaires sont sujets à changements sans préavis. Veuillez téléphoner quotidiennement au cinéma pour confirmation.

THÉÂTRE GILLES-VIGNEAULT

150 spectacles pour sa 30^e saison!

MARTINE LAVAL – 30 ans, ça se célèbre en grand, et une première programmation annuelle complète en ce nouveau lieu de diffusion aussi!

C'est ce que Diffusion En Scène a souligné, le 26 avril dernier, alors qu'abonnés, partenaires et artistes étaient invités au lancement d'un programme-anniversaire comprenant plus de 150 spectacles, dont cinq présentés en exclusivité dans les Laurentides. L'avant-goût des prestations et les découvertes annoncées font rêver et donnent envie de plonger à pieds joints dans notre magnifique culture!

EN EXCLUSIVITÉ DANS LES LAURENTIDES

Pour ses 30 ans de diffusion, En Scène a rassemblé des œuvres riches et singulières dont le spectacle de notre grand Vigneault qui prête son nom à ce théâtre aussi majestueux que l'œuvre qu'il a déployée sur une vie de carrière artistique. En exclusivité dans la région, les spectacles de la compagnie de cirque française Le Roux, l'imposante production du théâtre du Trident *Le Songe d'une nuit d'été*, le théâtre musical *SLĀV* mis en scène par Robert Lepage d'après l'œuvre de Betty Bonifassi, la chorégraphe Louise Lecavalier avec son spectacle *Mille batailles*, et les 55 musiciens de l'Orchestre symphonique de Laval sous la direction d'Alain Trudel.

NEUF SÉRIES DE SPECTACLES

En tout, neuf séries de spectacles et des productions à grand déploiement sont offertes au public.

En CHANSON, une vingtaine de spectacles en tout genre : Debbie Lynch-White qui, après avoir turluté des airs de La Bolduc dans le film éponyme où elle tient la vedette, nous a offert un avant-goût de son grand talent de chanteuse.

Au THÉÂTRE, du classique aux œuvres de création et de répertoire, les amateurs seront comblés entre *Cyrano de Bergerac*, *Tanguy, L'homme éléphant*, *Enfant insignifiant* et autres 13 productions.

En DANSE, entre classique et contemporain, le ballet *Casse-Noisette* par le Ballet Ouest de Montréal, Maribé - Sors de ce corps et Sylvain Émard Danse.

La série MUSIQUE offrira aux mélomanes une diversité des genres entre jazz, blues, musique traditionnelle québécoise, musique du monde, en plus des conférences tenues en collaboration par l'Opéra de Montréal.

Comme chaque programmation se doit de faire découvrir des talents qui méritent leur chance sous les projecteurs, il faudra s'offrir

le plaisir de la DÉCOUVERTE parmi le choix proposé entre humour, chanson, musique, théâtre, slam, danse et hip-hop.

Les VARIÉTÉS seront divertissantes avec entre autres Qw4artz, Véronic Dicaire, le Cirque Éloïze et Le Mystère Carmen et, en HUMOUR, une trentaine de spectacles seront présentés, réunissant les têtes d'affiche et la relève.

En plus de s'amuser dans l'Espace famille Griffon avant les spectacles de la série DIMANCHES EN FAMILLE, les petits seront émerveillés par l'une ou l'autre des propositions pour le jeune public. L'AVENTURE SCOLAIRE quant à elle propose aux établissements scolaires de la région des Laurentides une dizaine de spectacles de théâtre et de danse exclusifs aux clientèles des CPE, du primaire et du secondaire.

FONDATION EN SCÈNE

Mise en place en 2014 pour favoriser l'inclusion culturelle, faire rayonner les arts auprès de la communauté et l'impliquer dans des activités artistiques, la Fondation En Scène est fière de permettre la réalisation d'activités qui contribuent à rendre le théâtre Gilles-Vigneault accessible et investi par tous. En plus de redistribuer des billets de spectacles à des organismes locaux tout au long de l'année, la Fondation En Scène permet de présenter gratuitement le spectacle jeune public *Tam Ti Delam* durant la semaine de relâche, en plus de défrayer le coût des répétitions du chœur formé de 25 élèves de l'école Frenette qui prendront part à la représentation de la pièce *Album de finissants*.

MISE EN VENTE

Dès le 26 mai, 9 h, le public pourra faire l'achat de billets pour les spectacles de la saison 2018-2019 et s'abonner à compter du 23 mai 9 h.

Programmation :
www.theatregillesvigneault.com

Vidéo promotionnelle des spectacles :
chaîne YouTube du théâtre Gilles-Vigneault.

La culture étant non seulement un des piliers de notre économie, mais aussi une industrie qui fait la renommée du Québec partout dans le monde, participons à son rayonnement en allant voir les spectacles.

Tarif prévente
jusqu'au 21 mai 2018

Achetez vos
billets!



THÉÂTRE
GILLES-VIGNEAULT

LES TOURNÉES ST-MICHEL
EN COLLABORATION AVEC DIFFUSION EN SCÈNE PRÉSENTENT

LE CONCERGE

UNE COMÉDIE D'ERIC ASSOUS ADAPTÉE ET MISE EN SCÈNE PAR MICHEL POIRIER
AVEC NATHALIE MALLETTE ET SYLVAIN MARCEL



NATHALIE MALLETTE



SYLVAIN MARCEL



ANTOINE DURAND



STÉPHANIE CRÊTE-BLAIS



JONATHAN GAGNON



AGATHE LANCÔT



ANDRÉ-LUC TESSIER

Infos et
achat de billets

- > theatregillesvigneault.com
- > 450 432-0660
- > 118, rue de la Gare, Saint-Jérôme



Restez informés



Une cure d'eau



VALÉRIE SPITZER
Collaboration spéciale

Une cure d'eau qui aurait de multiples bienfaits pour la santé... Voilà qui semble prometteur et qui a, en plus, le mérite de ne rien coûter! Cette méthode de thérapie par l'eau provient du Japon. Quand on sait que ce pays possède le record mondial de longévité, on a envie d'écouter leurs conseils!

Cette cure consiste à boire, à jeun, dès le réveil, de grandes quantités d'eau à la fois. Il est recommandé de boire 1 à 1,25 litre (l'équivalent de quatre à cinq verres d'eau), suivi juste après de 20 minutes d'exercice. Yoga, marche rapide, jogging sur place, etc. L'idéal est de ne pas trop s'éloigner du domicile puisqu'au début, vous allez uriner plus souvent que d'habitude! Au bout de quelques jours, cet effet devrait

s'estomper. Le fait de faire de l'exercice juste après avoir bu facilitera le nettoyage du tube digestif et évitera de surcharger inutilement les reins. Si vous êtes alité, vous pouvez alors opter pour des respirations abdominales.

Cette cure doit se faire sur 21 jours. Suite à cela, vous pourrez espacer les journées ou bien décider de la prolonger, si vous avez un problème de santé spécifique. Il est suggéré de commencer doucement (deux verres) et d'augmenter progressivement.

Le docteur Ano Kouao nous explique que cette cure permet de prévenir ou d'aider à soulager divers maux, tels la fatigue, l'insomnie, la constipation, le diabète, les problèmes de tension, le vieillissement de la peau, la sinusite, etc. Pourquoi à jeun et en grande quantité? On élimine beaucoup plus de toxines à jeun, on purifie le côlon, le rendant ainsi plus efficace.

Aussi, il a été avancé, par le docteur Batmanghelidj, que la déshydratation chronique peut être la source de multiples maux, alors même que nous n'avons

pas conscience d'être déshydraté! C'est ce qu'on appelle la déshydratation chronique involontaire. C'est d'autant plus vrai pour les personnes âgées, puisqu'à partir de 72 ans, la sensation de soif diminue.

J'ai échangé avec Lissa Guilbault, massothérapeute et professeure de yoga à Sainte-Agathe-des-Monts. Elle a découvert cette méthode en 1992 et y a fait quelques ajouts afin de la proposer à ses élèves. « Les résultats sont étonnants et font l'unanimité, s'exclame Mme Guilbault. L'une d'entre elles avait la maladie de Crohn depuis des années. Aujourd'hui, son côlon est sain! » Quant à Lissa, elle avait beaucoup d'inflammations dans son corps qui ont disparu et sa vitalité s'est accrue chaque fois qu'elle a entrepris la cure.

Bien évidemment, il ne s'agit aucunement de se substituer au médecin, mais pourquoi ne pas tenter la cure, en parallèle de vos traitements? Nos muscles, notre sang et même nos os sont constitués d'eau. Notre cerveau, lui aussi, est fait d'eau et c'est le premier à se déshydrater. On imagine sans



peine toutes les conséquences néfastes que cela peut entraîner. L'eau est source de vie, c'est donc pure logique de s'hydrater suffisamment.

Avant d'entamer la cure, il est important de vérifier la qualité de votre eau. Vous pouvez la filtrer ou bien la faire bouillir et la laisser reposer la nuit; ainsi les impuretés auront le temps de se loger au fond de la casserole.

« Tu n'es pas malade, tu as soif! », tel est le message, provocateur mais plein de bon sens, du docteur Batmanghelidj. Bref, notre corps nous réclame de l'eau, obéissons-lui!

RACHELLE-BÉRY
épicerie santé

DÉCOUVREZ UN NOUVEAU MONDE DE SAVEURS...

377, RUE PRINCIPALE, SAINT-SAUVEUR

ÉPICERIE COMPLÈTE **BIO** ET NATURELLE

VOGEL
SOURCE DE SANTÉ

Watson & cie

Naturopathes diplômés sur place

Ouvert 7 jours sur 7

2112, boul. Labelle, Saint-Jérôme
450 432-3388
www.vogelstjerome.com

5 Saveurs
Votre marché sans prétention!

10 ans de Saveurs!

450.569.9819

2160, boul. Curé-Labelle Saint-Jérôme

5saveurs.com
facebook.com/5saveurs

Ceci pourrait être votre espace

Contactez-nous

Accès

450 227-7999

LOUISE MAYRAND
HYPNOTHÉRAPEUTE

HYPNOSE
Peut aider dans les cas :
Anxiété - stress - sommeil - confiance en soi

SAINT-SAUVEUR
514 815-3058
hypnotherapeute-montreal.ca

Catherine BÉNARD SOINS DE PIEDS
REÇUS ASSURANCE

Diplômée en Technique Podologique

10 ans

Mycose

Avant

Après

Construction ongle au gel

Callosités

Coupe ongles épais • Ongles incarnés • Talons fissurés • Cors
Ongles mycosés (champignons)

SUR RENDEZ-VOUS UNIQUEMENT
Sainte-Agathe-des-Monts | 819 507-0165 | www.pedipodo.ca

CLINIQUE de DENTUROLOGIE
Sainte-Adèle

DIANE LACELLE
denturologiste

- Urgence réparation 7 jours/7
- Prothèses de précision
- Esthétique et sourire naturel
- Service à domicile

1405, boul. Ste-Adèle, Ste-Adèle
450 745-0339

Le Pied D'Estale

Soins spécialisés pour les pieds

Rolande Morlon
Podologue Diplômée

36 A, avenue Filion, Saint-Sauveur
514 910-3046 • www.soindespieds.ca

De bons pieds pour aller plus loin PODOSENSE
Reçus pour assurances/impôts

Saint-Jérôme

évoilà5
RECEVEZ • CUISINEZ • PROFITEZ

Uniquement Unique et ABORDABLE

1245, boul. Jean-Baptiste Rolland Ouest
Saint-Jérôme 450-504-6555 | www.evoila5.com

Piedmont

ON VOUS LIVRE DU BONHEUR

TRAITEUR StHubert

725 Ch. Jean Adam,
PIEDMONT/ ST-SAUVEUR
450 227-4664 • 1 844 343-0333

Saint-Sauveur

Trattoria Di Mitrio
Cucina Italiana

Menu gastronomie table d'hôte du soir
Menu table d'hôte abordable pour le dîner
Salles privées pour groupes jusqu'à 35 personnes

10 rue Filion, Saint-Sauveur
450-227-1001

Lundi et mardi: fermé
Mercredi et jeudi: 11 h à 20 h
Vendredi et samedi: 11 h à 21 h
Dimanche: 11 h à 20 h

Saint-Sauveur

N° 900™
PIZZERIA NAPOLITAINE

LIVRAISON • À EMPORTER • SALLE À MANGER

N0900-COM

224 CH. DU LAC MILLETTE • ST-SAUVEUR
450-227-0900

Sainte-Adèle

Ste-Adèle Sushi

UNE SEULE ET UNIQUE
SUCCURSALE À SAINTE-ADELÈ

Nous n'avons pas de succursale à St-Sauveur...
Méfiez-vous des imitations!
Nos recettes sont secrètes et uniques.
Haute qualité de poissons et fruits de mer.

Mardi au samedi 11h à 21h - Dimanche 15h à 20h
Fermé le Lundi

Suivez-nous 555, boul. Sainte-Adèle, local 110 J8B 1A7
Tél. : 450 229-8388 | www.ste-adelesushi.com

Val-David

Les Passionnés
RESTAURANT GITE

BRUNCH
les Samedis
et Dimanches

MAINTENANT
OUVERT
MIDI ET SOIR

- Brunch du Samedi et Dimanche
SPÉCIAL FÊTES DES MÈRES
- Promotion 25 % sur les chambres du
11 au 14 (pour faire plaisir à ta maman)
- Tirage d'un panier cadeau détente sur place
-2 pour 1 sur les Mimosas

819 322-8888
1480 chemin de la Rivière, Val-David
www.passionnes.ca



Sainte-Agathe

PROFITEZ DE
NOS DÉJEUNERS
JUSQU'À 14H00 TOUTS LES JOURS!
WEEKEND JUSQU'À 15H00.

MIKES STE-AGATHE
621, RUE PRINCIPALE
819 326-5311

Sainte-Agathe

Il Vigneto
Restaurant
FINE CUISINE ITALIENNE
Pizza fine

**Festival
DE PÂTES & PIZZA**

MARDI-MERCREDI-JEUDI
DE 11H À 14H ET DE 16H30 À 21H

2^È ASSIETTE
MOITIÉ PRIX

VASTE CHOIX DE PÂTES ET PIZZAS

6, RUE PRINCIPALE EST, SAINTE-AGATHE-DES-MONTS • 819 321-2727 • www.restaurant-auberge.com

Auberge La Fontanelle
819 774-1277

Foodies

CRÊPERIE GOURMANDISE BRETONNE LA FOLIE DES CRÊPES. LES CRÊPES EN FOLIE!



MARTINE
LAVAL

La Crêperie Gourmandise Bretonne soufflera ses 39 chandelles à la fin de l'année. Dès lors dans sa quarantaine, le restaurant, devenu une véritable institution au fil de sa popularité, fêtera quatre décennies de gourmandise pour ce mets breton aux infinies possibilités de garnitures.

végétarienne, italienne, aux fruits de mer ou sucrées dans des choix tous aussi gourmands les uns que les autres, comment ne pas trouver crêpe à son goût!

Et puis, il y a l'incontournable soupe à l'oignon gratinée, les soupes maison, les salades fraîches et colorées dont on peut acheter la vinaigrette tant elle est délicieuse, les rouleaux d'asperges gratinés, la coquille St-Jacques, les escargots ainsi que les fondues au fromage, fondues chinoises et raclettes pour le plaisir de partager, menu imaginé entre la patronne et Stéphane, chef en cuisine depuis 25 ans.

Le sentiment d'appartenance est si grand au cœur de l'équipe en place depuis de nombreuses années, que



Gourmande
crêpe dessert

PHOTO: MARTINE LAVAL

Carole Legault s'est découverte une passion pour les crêpes en mettant littéralement la main à la pâte il y a 45 ans. Bien guidée et bien entraînée, elle deviendra rapidement experte du fameux tour de poignet nécessaire pour réussir parfaitement la crêpe large et fine dont on garnit les plis et replis à son goût. En 1986, lorsque son patron mettra le restaurant en vente, la cheffe crêpière et son amoureux n'hésiteront pas à acheter le restaurant où elle travaille corps et âme comme si c'était le sien. Encore aujourd'hui, l'histoire d'amour dure toujours entre Carole Legault et Jacques Vaudry, tout comme leur passion des crêpes.

même lorsque « le chat n'est pas là, les souris dansent »... comme si c'était leur propre restaurant.

Les patrons ont l'esprit tranquille et savent qu'ils peuvent compter sur la loyauté et l'efficacité de leurs employés qui sont en fait leur seconde famille...

Phénomène rare et beau qui se sent dans l'ambiance et le service amical, souriant et courtois!

Dans un décor chaleureux dont on a préservé l'authenticité même si on y a fait des transformations au fil du temps, l'incontournable lieu a acquis la recette du succès et comble depuis des lunes sa fidèle clientèle et la nouvelle qui le découvre.

La Crêperie Gourmandise Bretonne, la folie des crêpes, les crêpes en folie!

Crêperie Gourmandise Bretonne
396, rue Principale, Saint-Sauveur
450 227-5434



Chronique marathon

JEAN-YVES CLOUTIER, COLLABORATION SPÉCIALE

JEAN-YVES CLOUTIER EST ENTRAÎNEUR ET AUTEUR DES LIVRES
COURIR AU BON RYTHME

PETITS TRUCS POUR SE MOTIVER

Nous vivons, pour la plupart, une vie trépidante. Le maître mot, de nos jours, est devenu : activité. Famille, enfants, boulot, maintien et amélioration de la qualité de vie forment un tourbillon au quotidien. Bref, l'entraînement physique devient un élément de plus qui s'ajoute à cette somme de choses à faire, et il est trop souvent tentant de le négliger. Voici quelques suggestions pour maintenir sa motivation pour aller courir.

ÉCRIRE CE QUE VOUS AVEZ FAIT

Pour renforcer un certain sentiment d'accomplissement, inscrivez dans un carnet ou sur un calendrier toutes les séances d'entraînement complétées durant la semaine. Respectez par la même occasion la fréquence hebdomadaire minimale de trois fois par semaine et veillez à ne jamais être plus de deux jours sans courir. Inscrivez des données : la durée de votre séance d'entraînement, votre niveau de fatigue, le degré de difficulté de votre parcours, la météo du jour par exemple. Par la suite et avec le recul, il vous sera plus facile d'analyser et de comprendre comment ça va ces temps-ci, ce qui fonctionne ou pas, et les ajustements nécessaires dans les circonstances.

PLANIFIER VOS SORTIES

Planifiez les meilleurs moments durant la semaine et le week-end pour aller courir. Êtes-vous plus en forme le matin, le midi ou le soir? À quel moment de la journée avez-vous un peu plus de temps libre? Cela peut paraître un peu évident, mais ça se planifie. J'en rajoute! Selon votre horaire, quelles sont les meilleures journées durant la



semaine pour aller courir? Vos journées de congé sont-elles en semaine ou la fin de semaine? La planification et la bonne coordination de votre horaire de tous les jours et d'un programme d'entraînement adapté à votre réalité sont toujours une recette gagnante pour rester motivé.

VARIER VOS PARCOURS D'ENTRAÎNEMENT

Des parcours d'entraînement variés et plaisants sont une excellente source de motivation pour réussir à sortir de la maison. Créer vos propres parcours selon les saisons en longeant des parcs ou des cours d'eau, courir en sentier, courir sur de petites rues non achalandées (toujours face aux voitures!), courir sur des parcours aller-retour ou

encore courir sur de petites boucles sécuritaires de 2 à 5 km selon votre niveau de forme et en fonction de la saison ou de la météo sont autant d'options qui briseront la monotonie à coup sûr. La longue sortie du dimanche, en particulier, se prête bien à l'exploration de nouveaux parcours sur de plus longues distances dans un quartier, une localité ou un parc régional qui ne vous sont pas familiers. Partez à l'aventure... et ne vous égarez pas!

S'ENTRAÎNER EN GROUPE

Courir avec des amis ou avec un groupe de coureurs est une autre excellente source de motivation. Ces moments privilégiés doivent être planifiés, à moins de s'intégrer à un groupe déjà structuré. Courir en groupe peut avoir certains inconvénients, comme devoir courir plus vite que le rythme suggéré à l'entraînement. Assurez-vous de courir avec le bon groupe et les coureurs de votre niveau pour éviter les effets du surentraînement.

Peu importe votre niveau, pour demeurer motivé, vous devez rester en tout temps sur votre appétit. Ne mettez pas inutilement la barre trop haute, et apprenez à vivre avec cette impression que vous auriez pu en faire un peu plus.

Le facteur de

succès que vous devez maîtriser, c'est toujours la régularité à l'entraînement.

SUIVEZ LE PROGRAMME DE REMISE EN FORME « MARCHÉ ET COURSE »

proposé par le Marathon du P'tit Train du Nord, sur le site Web du journal Accès.

10 SEMAINES –
DU 22 AVRIL AU 30 JUIN

RELAIS POUR LA VIE
UNE NUIT
POUR *faire la différence*

11 mai 2018 | MRC des Pays-d'en-Haut

À VOTRE TOUR DE PASSER LE BÂTON.

Formez une équipe et marchez avec nous pour sauver plus de vies.

Base de plein air Bon départ
4610, route Principale
Wentworth-Nord | 514 293-9421

MRC des PAYS-D'EN-HAUT

Desjardins
Caisse de la Vallée des Pays-d'en-Haut

Canadian Cancer Society

LES BONNES NOUVELLES arrivent toujours
LES MERCREDIS

Accès LE Journal des Pays-d'en-Haut

journalaccès.ca

727, RUE PRINCIPALE, PIEDMONT, QC, J0R 1K0
TÉLÉPHONE : 450 227-7999

Accès LE Journal des Pays-d'en-Haut

PROPRIÉTAIRE Josée Pilote | DIRECTEUR DE L'INFORMATION Thomas Gallenne | CHEF DE PUPITRE PAR INTÉRIM Sandra Mathieu | CHEF DE PRODUCTION Richard Cloutier | COORDONNATRICE AUX VENTES Jacinthe Neault | CONSEILLÈRES PUBLICITAIRES Christine Laniel Camille Vaillancourt • Isabelle Monette | COLLABORATEURS Martine Laval • Jean-Patrick Desjardins • Benoit Simardm • Mimi Legault Jean-Claude Tremblay • Diane Baignée • Luc Robert | INFOGRAPHIE Chantal St-Julien • Marie-Eve Lapointe • Daniel Calvé • Daniel Berthier Naomy N-Leclerc | MISE EN LIGNE JOURNAL Chantal St-Julien • Daniel Calvé | CORRECTION ÉPREUVES Com'script • OPÉRATIONS ET ADMINISTRATION Josée Ménard | FACTURATION Mélanie Gosselin | IMPRESSION Trans-Mag | DISTRIBUTION Transcontinental | DÉPÔT

LÉGAL Bibliothèque nationale du Québec | ISSN 14808643 | ADRESSE 727, rue Principale, Piedmont, Qc, J0R 1K0 | TÉLÉPHONE 450.227.7999 • SANS FRAIS 1 844.856.5144 TÉLECOPIEUR 450.227.1225 | journalaccès.ca

Accès LE Journal des Pays-d'en-Haut est publié tous les mercredis à 28 803 exemplaires et distribué gratuitement de Saint-Jérôme à Mont-Tremblant. Le contenu rédactionnel, photographique et publicitaire d'Accès LE Journal des Pays-d'en-Haut ne peut être reproduit en tout ou en partie sans autorisation écrite de l'éditrice. Accès LE Journal des Pays-d'en-Haut exclut expressément toute responsabilité quant au contenu des annonces soumises par son client, dont notamment mais non limitativement toutes atteintes aux droits d'auteur, droits de l'image et autres sources de propriété intellectuelle. Dans l'éventualité de quelques poursuites en dommages ou autres à l'encontre de Accès LE Journal des Pays-d'en-Haut relativement auxdites annonces soumises par le client, ce dernier s'engage à tenir Accès LE Journal des Pays-d'en-Haut indemne et à prendre faits et cause en sa faveur. L'abonnement annuel au tarif régulier est de 165 \$ +tx.

FSC® C011825
MIXTE
Papier issu de sources responsables

Mon hebdo j'y crois

TIRAGE CERTIFIÉ
HEBDOS QUÉBEC INC.

Financé par le gouvernement du Canada

Canada

SLOPESTYLE

Une saison de dépassement de soi pour Tommy Pasieka

SANDRA MATHIEU - Tommy Pasieka a terminé sa saison en beauté avec une 2^e place à 3.2 points de l'or au StepUp Freeski tour AFP niveau Gold au début avril sur un total de 27 athlètes dans la catégorie 14+. Une médaille qui complète une saison de développement riche en expériences pour le jeune athlète de 14 ans.

PHOTO: COURTOISIE



Tommy Pasieka a terminé sa saison en beauté avec une 2^e place au StepUp Freeski tour AFP niveau Gold.

« Je n'ai pas fait les finales, mais j'ai réussi à très bien skier. Après le dernier stop au Relais pour la semaine, j'ai remporté l'argent », souligne-t-il avec fierté.

SURMONTER SES CRAINTES

« Cette saison en était une de développement et de dépassement de soi, souligne sa mère, Marie-Anne Pasieka. Il n'a pas récolté autant de médailles que les saisons précédentes, mais ce n'est pas ça le plus important. C'est une philosophie que l'on partage dans la famille de faire face à ses craintes pour les surmonter. »

Le jeune athlète a participé au camp de sélections

de l'Équipe du Québec de *slopestyle* à À Belle-Neige et attend des nouvelles en juin. « Si ce n'est pas cette année, ce sera l'année prochaine », lance-t-il.

D'ici là, il commence son entraînement sur trampoline et poursuit ses visites chez Maximise pour profiter du *Air bag* qu'il préfère aux rampes d'eau, si ses commandites le lui permettent.

Tout le mois de mars, celui que l'on surnomme Tommy TomTom Pasieka était sur la route et n'a pas beaucoup mis les pieds à l'école (A.-N.-Morin).

Il a entamé le début du mois avec les Junior Nationals en Ontario et, par la suite, le Canadian Open Tour (COT) à Stoneham. C'était un premier retour à cette montagne à la suite de son accident l'an passé au COT.

FONDATION DES GENS HEUREUX DE L'ÉCOLE SAINT-JOSEPH

Course annuelle du Défi Je bouge

ACCÈS - La Fondation des gens heureux de l'école Saint-Joseph de Sainte-Adèle convie les citoyens, petits et grands, à prendre part à la 5^e édition de la course du Défi Je bouge, le samedi 5 mai dès 8 h.

Le but de l'événement de course à pied est de faire bouger un maximum d'enfants et de parents, de les mobiliser pour une bonne cause et de leur faire découvrir la magnifique Ville de Sainte-Adèle.

Tous les profits amassés lors de cette journée seront remis à la Fondation des gens heureux de l'école Saint-Joseph afin de promouvoir et de soutenir les activités éducatives, sportives, artistiques et scientifiques des élèves.

Des parcours de 1 km, 3 km, 5 km et 10 km permettront aux coureurs et aux marcheurs de tous les niveaux de se joindre à l'événement. Il est possible de participer au Défi des 4. Le départ et l'arrivée se font à la Place des citoyens à Sainte-Adèle.

L'an dernier, ce sont 800 coureurs qui ont participé à l'événement, permettant



PHOTO: MICHEL GUERTIN

L'an dernier, ce sont 800 coureurs qui ont participé à l'événement, permettant d'amasser plus de 8500 \$ pour la fondation.

d'amasser plus de 8500 \$ pour la fondation. Ces sommes ont notamment permis aux élèves de profiter d'une session de chant choral, de voir une pièce de théâtre, de faire des cours de ski alpin, de planche à neige et de natation.

Inscriptions : www.evenementstopchrono.net/defi-je-bouge-2017

ETIENNE SAVARD **819 322-3666**

www.etiennesavard.com

Le seul courtier RE/MAX avec bureau situé à Val-David

RE/MAX Laurentides inc. | Agence immobilière
2515, de l'Église, Val-David

Le leader de l'immobilier

<p>VAL-MORIN</p> <p>Plain pied lumineux avec un palier, 3 CAC, 1 bureau, 2 salles de bains. Grande Chambre des maîtres avec porte patio donnant sur la cour. Foyer au salon. Garage. Remise. Terrain de 13 609 PC.</p> <p>MLS 27021099 149 900 \$</p>	<p>SAINTE-ADÈLE</p> <p>Vue panoramique sur les montagnes. Au cœur des services à proximité de l'accès de l'autoroute 15 et des activités. Spacieuse propriété sur 3 niveaux, 2 grandes salles familiales, 4 chambres. Foyer 2 faces dominant sur le salon et SAM. Emplacement privé, boisé et paysagé. Sous-sol complètement aménagé. Les 2 niveaux du bas sont hors-sol coté cour.</p> <p>MLS 13011570 399 000 \$</p>	<p>SAINTE-MARGUERITE</p> <p>Domaine des 4 Collines. Endroit paisible et privé. Propriété lumineuse de 4 chambres et 2 salles de bain. Salon SAM et cuisine à aire ouverte, foyer au salon et sous-sol en rez-de-jardin avec grande fenestration, possibilité d'intérogénérationnel. Grande terrasse avec vue sur les montagnes et coin spa. Grand terrain boisé et paysagé de 43 087 PC.</p> <p>MLS 12480857 299 000 \$</p>
<p>SAINTE-ADÈLE</p> <p>Condo 2 chambres à distance de marche des services, restos et activités. À quelques pas de la plage publique du lac Rond. Idéal comme pied à terre ou pour y habiter à l'année. Salon, salle à diner, cuisine à aire ouverte et pièces lumineuses. Cour arrière commune, mais privée. Remise, sous l'évaluation.</p> <p>MLS 14196937 84 900 \$</p>	<p>SAINT-ADOLPHE-D'HOWARD</p> <p>Propriété impeccable au cœur du village de St-Adolphe. Construction avec minutie en 2011. 3 CAC. Belle finition. Solarium 4 saisons. Poêle au gaz. Planchers de bois et céramique. Possibilité d'intérogénération et SDB au sous-sol. Garage chauffé 18x28. Chambre froide 10x14. À proximité de plusieurs stations de ski alpin, village et ses activités, parc linéaire et Dufresne. Secteur paisible. Cul de sac.</p> <p>MLS 17224844 324 500 \$</p>	<p>SAINTE-AGATHE-DES-MONTS</p> <p>Directement sur le bord du Lac-des-Sables. Situé dans le Complexe Le Villageois. Superbe vue sur le lac, plage et montagne du salon et de la chambre principale. Planchers de bois, foyer au gaz naturel, cuisine fonctionnelle offrant beaucoup de rangement. À distance de marche du centre-ville et des services. Faites vite! Prix très intéressant!</p> <p>MLS 11304592 230 000 \$</p>
<p>SAINTE-AGATHE-DES-MONTS</p> <p>Propriété au cœur de Sainte-Agathe offrant plusieurs possibilités. Grandes pièces, cuisine et salle à manger, immense salon, 3 chambres à coucher, beaucoup de rangements. Terrain plat, cour privée entourée d'une haie, à pied de tous les commerces. Garage 16 x 22 reconstruit en 2013, donnant accès au sous-sol. Porte-fenêtre+isolation 2013. Et Plus</p> <p>MLS 17659183 199 500 \$</p>	<p>VAL-DAVID</p> <p>Construction de qualité. Spacieux plain pied de 3 CAC + 1 bureau, 2 SDB, Grande aire ouverte. Spacieuse salle familiale au sous sol. Véranda grillagée avec plancher d'ardoise. Garage chauffé 18x28. Chambre froide 10x14. À proximité de plusieurs stations de ski alpin, village et ses activités, parc linéaire et Dufresne. Secteur paisible. Cul de sac.</p> <p>MLS 22160321 375 000 \$</p>	<p>SAINTE-AGATHE-DES-MONTS</p> <p>Accès notarié au Lac des Sables. Grande propriété ensoleillée, idéale pour famille, 4 chambres à coucher, pièces spacieuses (salon, salle de séjour et salle familiale). Secteur recherché et paisible. À côté du golf. Beau terrain plat et aménagé de 15 523 PC. Garage intégré. À 5 minutes du centre-ville, des services et activités.</p> <p>MLS 14688913 199 000 \$</p>

MARCHE DE L'ESPOIR

Dimanche 27 mai 2018

17 marches au Québec

Je marche pour... Ma femme MA MÈRE
ma belle-soeur MON ONCLE ma sœur
MON PÈRE un objectif de collecte de fonds ma tante
ma copine MON AMIE
MON MARI

Montrez votre soutien
marchedelespoir.ca

500, boulevard des Laurentides, Bureau 28
Saint-Jérôme (Québec) J7Z 4M1
Tél. : 450 436-4469
Sans frais : 1 866 590-4469
info.laurentides@scloreenplaques.ca

IMMOBILIER
100 À 200

MARCHANDISE
300 À 399

SERVICES
400 À 599

EMPLOI ET FORMATIONS
600 À 799

ÉVÈNEMENTS SPÉCIAUX
800 À 899

VÉHICULES
900 À 999

105 Propriétés à vendre

ST-ADOLPHE-D'HOWARD, petite maison à vendre, 4-1/2, entièrement rénovée, à l'entrée du village près du dépanneur, 125,000\$. 819-323-1880

110 Propriété à revenus à vendre

BUNGALOW, 6-1/2, bois franc, garage. 11 min. Piedmont, aires ouvertes, doubles portes-patio, exposition sud sur balcon arrière, 9'X14', boisé, thermopompe, plage. Revenu bachelors: 5.160\$. 215.000\$. 450-563-1620

150 Chalets / Maisons de campagne

MORIN-HEIGHTS: chalet à vendre, 1 s.d.b., 3 c.à.c., foyer bois, garage, 47,000 pi.ca. 125,000\$ négociable, libre, aca5007@hotmail.com 514-578-9206

205 Logements / appartements à louer

!! 4-1/2 sur 2 étage, Sainte-Marguerite-du-Lac-Masson, 1 s.d.b., 1 salle d'eau, tout refait à neuf, véranda, près du lac, près de tous les services. 650\$, libre juillet. 514-247-1722

205 Logements / appartements à louer

! **St-Jérôme**, grand 4-1/2, aire ouverte, foyer au gaz, échangeur d'air, remise extérieure, stationnement déneigé, 514-924-2276

205 Logements / appartements à louer

! 6-1/2, St-Adolphe-d'Howard, bas duplex, entrée du village, bois franc/céramique, rénové, possibilité bureau avec entrée privée. 815\$. 819-323-1880

120 Visites libres

120 Visites libres

VISITE LIBRE

DIMANCHE 6 MAI DE 14H À 16H
1263 RUE MATHIEU, INTERSECTION CH. DU LAC ÉCHO PRÉVOST



Maison intergénérationnelle côte à côte! Vivre en famille ou en couple dans une seule propriété ayant 2 appartements distincts. Un sous-sol en rez-de-jardin, 3 CAC. Construction de qualité.

10885693 **345 000\$**

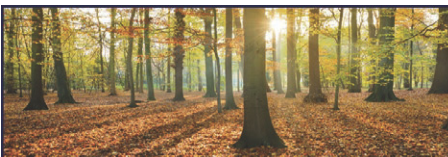


JOHANNE DECELLES
Courtier immobilier agréé, DA
(450) 512-2143
RE/MAX LAURENTIDES inc.
Agence immobilière

160 Terrains à vendre

À LA LIMITE DE ST-SAUVEUR (Morin-Heights), ensoleillé, vue exceptionnelle.
lesboisesdusommet.com
514-953-5577,
514-951-7755

! 4-1/2, libre immédiatement, 601\$. 5-1/2 libre 1er juillet 750\$. 910 Fournier, St-Jérôme, plancher bois franc, porte-patio, près des services. Pas d'animaux. Enquête de crédit, 450-560-9443



TERRAINS À VENDRE
CLÉ EN MAIN ou AUTO CONSTRUCTION

Secteur tranquille, dans un cul-de-sac au Domaine Saint-Sauveur. À 2 minutes du village. Environnement de choix. Terrain avec vue ou ruisseau. À partir de 69 900\$

Christian : **514 953-5777**

205 Logements / appartements à louer

! 3-1/2, 640\$ tout inclus, libre. 4-1/2, 700\$ bord de l'eau, 5-1/2, garage, plancher bois franc, 900\$, St-Jérôme. Juillet. 450-712-1472

! 4-1/2, St-Adolphe-d'Howard, entièrement rénové, haut duplex, entrée du village, près du dépanneur, électros inclus, libre immédiatement, 615\$/mois. 819-323-1880

105 Propriétés à vendre

105 Propriétés à vendre

105 Propriétés à vendre

105 Propriétés à vendre

RE/MAX *Louise Bellerose* **RE/MAX**
819 326-6860 Courtier immobilier 819 324-7780
Caroline Magnan-David **RE/MAX**
819 421-1414 Courtier immobilier 819 326-6860

Pour un **MAX** DE CONFIANCE APPELEZ LOUISE OU CAROLINE



AIRE OUVERTE

175 000 \$
102, Rue du Sommet, Sainte-Agathe, Québec J8C 0G3
Située à flanc de montagne, cette jolie petite maison n'attend que vous! Vous serez vite charmés par son aire ouverte, sa grande CAC, sa mezzanine et ses 2 foyers... Grande pièce au SS qui pourrait devenir une CAC ou une belle salle familiale. Ça vous intéresse? Appelez-nous pour un rendez-vous... 19320904



BORD DE L'EAU

139 000 \$
5630, ch. Therrien, Sainte-Agathe, Québec
Charmante maison très propre de 3 chambres à coucher située dans un secteur très calme loin des bruits de la ville. Grand salon très éclairé avec foyer au bois, cuisine refaite, combustion lente au sous-sol et un garage pouvant contenir 10 cordes de bois sans nuire à la place de la voiture!!! Toiture refaite à neuf!!! Venez visiter!!! 13117804



PRÈS DU GOLF

169 500 \$
2020, Ch. du Relais, Val-Morin, Québec J0T2R0
Située dans un secteur de villégiature de Val-Morin, cette propriété de 3 CAC vous offre une belle luminosité... Vous êtes à quelques minutes du golf et du Lac Raymond. Vous serez vraiment étonnés par la grandeur de la CAC des maîtres. Prenez vite rendez-vous car à ce prix elle ne sera pas longtemps sur le marché... 23200724

819 324-7780 • 819 421-1414

B I N G O
SAINTE-ADELE
Au **555, boul. Ste-Adèle**
Les mardis et jeudis soir
Ascenseur, casse-croûte
Salle à louer
Info : **450-229-7095**

205 Logements / appartements à louer
4-1/2, Madeleine, St-Jérôme. 4 électros fournis, propre. Enquête. 450-228-3612
4-1/2, rénové, 128 Raphaël, (Lafontaine), 2 stationnements. Enquête de crédit. Libre 1er juillet. 575\$/mois. 450-438-9071.

205 Logements / appartements à louer
3-1/2, chauffé, 515\$, libre début mai. 3-1/2 non chauffé 495\$. Références requises, pas d'animaux, endroit tranquille, St-Jérôme. Daniel 514-718-8928

Lucyne Farand
COURTIER IMMOBILIER
514 952-6316
LUCYNEFARAND.COM
ROYAL LEPAGE PRIX DIAMANT
ROYAL LEPAGE PRIX PLATINE DU DIRECTEUR 2016
HUMANIA Agence immobilière
AU-DELA D'UNE TRANSACTION, UNE RELATION
Voyez toutes mes propriétés et mes ventes



SAINTE-ADELE: Condo au BORD de L'EAU! Jolie vue sur le Lac Rond de Ste-Adèle, avec quai. 4 CAC, 21/2 SDB. Sous-sol aménagé en plus. Foyer, belle terrasse. Tout pour profiter de la vie au maximum dans les Laurentides.

PRIX 219 000 \$ - 1 200 \$/M



SAINTE-ADELE: Enfin un condo sans escalier - tout sur le même pied jusqu'à votre stationnement. Offrant 2 CAC, 1 1/2 SDB. 4 stationnements extérieurs et 1 intérieur. Sans d'entretien. Piscine creusée et chauffée. LIBRE IMMEDIATEMENT.

PRIX 325 000 \$



SAINT-ADOLPHE-D'HOWARD: ACCÈS à 3 LACS. Comme neuve! Dans le Domaine Alpine à l'entrée de St-Adolphe. Grande maison dans un secteur tranquille. 3 CAC, 2 SDB, véranda. Sous-sol prêt pour bachelors ou travailleur autonome.

PRIX 259 000 \$



LACHUTE: Fonds de pension idéal. Strip Commercial construit en 2012. Loué à 100% avec 5 locataires. REVENUS BRUT:90 612\$/AN. Bien situé à Lachute. Plus rentable que les placements à la banque et plus sûr que la Bourse.

PRIX 950 000 \$ +TPS/TVQ



SAINTE-ADELE: Ski IN ski OUT. 5 CAC, 3SDB. Complètement rénovée, ne nécessitant aucun entretien. Au coeur de la nature. Abondante fenestration, garage et super poêle à bois, immenses balcons et patio pour profiter de l'extérieur. VENDEUR SÉRIEUX. Offert aussi en location.

PRIX 449 000 \$ - 2 500 \$/M



SAINT-SAUVEUR: PRIX RÉDUIT 2 bâtiments sur le même terrain, 2 allés pour 6 autos. Tout à fait charmant et bien entretenu. Au coeur du village sur la rue de l'Eglise. Il en faudra de peu pour y faire votre havre de paix et votre commerce. Occupation immédiate.

PRIX 299 000 \$



SAINT-SAUVEUR: Point de vue tout à fait magnifique sur les montagnes! Beau plain-pied à aires ouvertes et spacieux. À proximité des services et du Mont-Habitant. Adossé à la forêt. 2 CAC, 1 SDB, Beaucoup de rangement. À découvrir!

PRIX 249 000 \$



SAINTE-ADELE: NOUVEAU! Propriété LEED ARGENT, NOVOCLIMAT. 3 CAC, 2 SDB Toute neuve!!! Si vous rêvez de vivre en harmonie avec l'environnement et la nature... celle-ci est pour vous! ...

PRIX 375 000 \$



SAINT-SAUVEUR: Joli condo aux pieds des pentes. 1 CAC, 1 SDB. Récent, moderne avec gaz naturel. Tout sur un même niveau - AUCUNE MARCHÉ à partir du stationnement. Idéal pour skieur, investisseur ou pour retraité. VENDEUR MOTIVÉ!!! NÉGOCIABLE.

PRIX 169 000 \$



MORIN-HEIGHTS: Juste en face du parc Basler et à pied du Corridor Aérobie! Une localisation des plus fantastiques pour tout amateur de vélo de montagne, de marche et de ski de fond! 3 CAC, 2 SDB, grand terrain. Il faut voir!

PRIX 245 000 \$



SAINT-SAUVEUR: À découvrir! Tout à fait charmant avec belles boiseries, planchers et armoires en pin, cheminée en pierres. 3 CAC. Située dans le Domaine des Résidences en Haut. Environnement très tranquille. Jolie vue à l'horizon.

PRIX 192 000 \$



SAINT-SAUVEUR: SUPERBE! Localisation de choix! Toute fraîchement repeinte. Charmant plain-pied de 4 CAC, 3 SDB, garage, piscine. Sentiers pédestres à la porte. Vue filtrée sur le lac en face. À voir!

PRIX 375 000 \$

IL FAUT PLUS QU'UNE ENSEIGNE POUR VENDRE... IL FAUT DU ❤️ AUX VENTES!

205 Logements / appartements à louer

2x 4-1/2, St-Jérôme, 1er étage avec sous-sol. Et 2e étage. Grands, stationnements. Enquête 450-228-3612

3-1/2, demi sous-sol rénové, boul. La Salette, (Bellefeuille). Cabanon, stationnement. Libre 1er juin. 485\$/mois. Enquête crédit, pas d'animaux. 450-438-9071

3-1/2, A/C, St-Jérôme, secteur Bellefeuille, rue cul-de-sac. Près services. Libre 1er juillet. 514-704-2336 (Jacques)

3-1/2, St-Sauveur, rez-de-jardin, semi-meublé, non-fumeur, aucun animaux, références. 680\$ chauffé, éclairé, 1er juin, 514-473-7741

3-1/2 très ensoleillé, à proximité du village à pied Val-David, foyer, bûche (écologie), stationnement déneigé, idéal personne seule. Pas d'animaux, non-fumeur. 600\$/mois, non chauffé, ni éclairé. Références demandées. Libre 1er juillet, 450-822-1804

3X5-1/2, Ste-Adèle, secteur paisible, Mont Rolland, rénovés, lumineux, près pistes cyclables. À partir de 800\$. Références. Immédiatement ou juillet. 450-530-2569.

4-1/2, bas duplex, rue Valquette, Ste-Adèle, juillet. gestion.norimco@gmail.com 1-833-667-4626

4-1/2, luxueux, demi sous-sol d'un triplex neuf, bien éclairé, 270, de l'Ardoise, St-Jérôme, quartier résidentiel tranquille. À proximité d'un boisé et plusieurs services. 1er juillet. 930\$. 514-703-6491

4-1/2, rez-de-chaussée rénovée, tranquille, libre 1er juillet, grand garde-robe, grand balcon arrière, 1 stationnement déneigé, cabanon, ensoleillé, idéal personne seule ou retraité, 690\$, 2737 Bellevue, Ste-Adèle 514-349-0733, 514-349-0730

4-1/2, rue Giguère, St-Jérôme, idéal retraités/semi-retraités, 1er étage, stationnement, 715\$. 450-431-5266

4-1/2, style condo, comptoir granite, salle de bain de luxe. Possibilité vue lac des Sabies, Ste-Agathe. 900 à 1,100 pi.ca. À partir de 785\$. Libres juillet. Marc: 819-324-7688, Guillaume: 819-324-7634 www.gestionimmopl.ca

STE-ANNE DES LACS

Grand 4 1/2, 2 chambres, 1 sdb, cuisine-sam-salon à aires ouvertes.

Plafonds de 10 pieds, belle luminosité. Près dépanneur, SAQ, Station d'essence.

À 8 minutes de Saint-Sauveur et 5 de l'autoroute et 117.

Libre immédiatement.

725\$/mois déneigement inclus.

514 893-0112

205 Logements / appartements à louer

4-1/2: Prévost. Style condo. Immeuble neuf. Plancher béton A/C, 2 stationnements déneigés, accès au terrain et remise personnelle. Laisser mess. au texte. 910\$/dernier étage. 514-578-8225

À PRÉVOST

6 1/2 au 1er étage, à 2 min. de la piste cyclable. Très ensoleillé, beaucoup de fenêtres. Grand stationnement. 650\$/mois.

Contactez Pier 450.224.4311

5-1/2, St-Sauveur: meublé, foyer, câble, Wi-Fi, grand terrain boisé, 2 patios extérieurs. Pas d'animaux. Références. Libre immédiatement. 900\$/mois. 450-227-2338

5-1/2 neufs, 1er étage, St-Jérôme, secteur Bellefeuille, rue cul-de-sac, A/C. Près services. Juin ou juillet. 514-704-2336 Jacques

7-1/2, St-Jérôme, 1er juillet, rez-de-chaussée, paisible, 975\$, références exigées, 450-602-7089

À Prévost: 3-1/2 construction haut de gamme. 2e, semi-meublés, bain tourbillon, foyer (bois/ câblesvision HD inclus), balayeuse centrale, portes-patio/balcon, très sécuritaire. À partir 640\$. Aussi 2-1/2 meublé, chauffé/éclairé, 2e, balcon/porte-patio. 550\$. Idéal retraités/semi-retraités, non-fumeurs, pas d'animaux. Membre locataires avertis. 450-436-4370

À St-Sauveur village, semi-détaché avec garage, 3 c.a.c., 2 s.d.b., foyer, plafonds 9', sous-sol fini, rue Pagé, 1,425\$/mois. 514-616-4783

À Ste-Adèle, joli 4-1/2 rénové, avec salle de lavage, foyer, près de la Polyvalente/services, stationnement privé, 750\$, libre 450-821-1434

BEAU 4-1/2, St-Jérôme, tranquille, 1 km centre d'achats, A-15, idéal retraités, 1er juillet. 625\$, 450-563-2451

DUPLIX St-Sauveur, 4-1/2, 147 Léonie, disponible maintenant. 613-360-1062, 613-360-5866

205 Logements / appartements à louer

BEAU 5-1/2, 725\$, St-Jérôme, rénové, juillet. Aucun chien. Enquête. 450-675-0052, 514-699-9354

GRAND 2-1/2 à Ste-Agathe, non chauffé, non éclairé. 562 Croissant Michel. 450\$, Libre immédiatement, 819-324-8327

MAGNIFIQUE 7-1/2 sur 2 étages, entièrement rénové, style contemporain, ski in/out Mont-Habitant, 4 c.a.c. 2 s.d.b., grand walk-in à l'étage, vestibule, accès terrain gazonné, vue Mont-Habitant, à distance à pied du village St-Sauveur. Pas d'animaux, non-fumeur, enquête de crédit, libre immédiatement, 1,500\$. 450-530-1345

ST-JÉRÔME: 4-1/2 haut duplex, rue Beaulieu, proximité université, Rona, A-15, plancher de bois, spacieux et éclairé, 4 électros inclus, stationnement. Idéal personne seule ou retraitée, 605\$/par mois. Libre 1er juin. 450-431-6829, 514-893-3700

ST-SAUVEUR, 3 minutes du village, 3-1/2, moderne, ensoleillé, entrée/ stationnement et cour privés, cuisinière, frigo, lave-vaisselle, pas de chien, strictement non-fumeur, stationnement/déneigement inclus. 595\$/mois, 514-772-0171

ST-SAUVEUR: Chemin de la Paix, 4-1/2 (750\$) secteur tranquille, électricité non comprise. Non-fumeurs, pas d'animaux, 450-227-3911, 450-227-8299

ST-SAUVEUR: Secteur Côte St-Gabriel. À louer/ à vendre, 5-1/2 haut de duplex. 3 chambres, 1.5 s.d.b, 950\$. pas de bail. 450-712-2902

ST-SAUVEUR: grand condo 5-1/2, (1,300 pi.ca.) haut duplex, construction 2013, grande qualité, secteur tranquille, près tous services. Foyer au gaz, A/C, céramique/bois franc, balcon 10'X10', cabanon, déneigement/gazon inclus, 2 stationnements 1,150\$/mois. Libre 1er juin. Pascal 514-718-3135

3 à Valmorin dans semi-détaché. Chercher personne seule, tranquille, non-fumeur, pas d'animaux. Chauffé éclairé, déneigé, meublé, câble+internet compris. 700\$/mois (Rénové) 819-216-7567

ST-SAUVEUR: Très grand 4-1/2, toit cathédrale, foyer, système d'alarme, échangeur d'air, espace de rangement, patio 12'X12'. Coupe gazon et déneigement inclus, 1,050\$. Disponible 1er juillet. 514-708-0517

ST-SAUVEUR en montagnes 3-1/2 meublé, frais peint, combustion lente, câble et stationnement inclus. 5 kilomètres du village. Non-fumeurs, pas d'animaux, 700\$/mois. Libre 1er mai. 514-500-5552

STE-ADÈLE: 3-1/2, 4-1/2, disponibles 1er juillet. Tranquille, très propre, près de tous services, Pas d'animaux. 450-530-5787

STE-ADÈLE: 4-1/2, vue sur la cour, non chauffé, non-fumeur, proximité à pied des services. 625\$/mois. Libre 1er mai. Pour visite: 514-710-9742

205 Logements / appartements à louer

STE-ADÈLE: 3-1/2, bachelors, chauffage, électricité. Câble, électroménagers inclus. Tranquille, très propre, non-fumeur, aucun chien. Juin ou juillet 650\$. 514-239-2113

STE-ADÈLE: 3-1/2, demi sous-sol, 550\$ poêle/ frigo inclus; Rénové, entrées laveuse/ sècheuse. Références demandées. Pas d'animaux. Libre 1er juillet. 450-694-1455

STE-ADÈLE: grand 3-1/2, sous-sol, très propre, entrées laveuse/ sècheuse, 485\$/mois, libre. 450-229-1718

STE-ADÈLE: Centre-ville, 3-1/2, 4-1/2, 5-1/2, 1 mois gratuit. 450-229-7070

STE-ADÈLE semi détaché, petit 4-1/2, mignon avec terrasse. (710\$). Et grand 4-1/2 avec beaucoup de cachet et foyer de pierre (800\$) dans maison ancestrale rénovée et confortable à pied du Lac Rond et de la plage municipale. Pas d'animaux, non-fumeurs. Références exigées. Libres 1er juillet. Kijiji# 1345707881, 1345722615, 514-402-2565

STE-ANNE-DES-LACS: Très grand 4-1/2, ménage refait, foyer au bois, cuisine/ salon aire ouverte, plafond 9 pieds, système d'alarme, terrasse 12'X12', cabanon. Déneigement, coupe de gazon inclus. 1,050\$/mois. Libre 1er juillet, 514-708-0517

210 Logements / appartements chauffés à louer

ST-JÉRÔME: Rue Laviolette, 2X3-1/2, haut (675\$), bas (610\$), libre immédiatement et 1er juillet, semi-meublés, éclairés, chauffés, laveuse, sècheuse, stationnement, espace de rangement, pas d'animaux. Références exigées avec dépôt de sécurité. Après 18h00. 450-432-3964

215 Logements / appartements chauffés meublés à louer

1-1/2, centre-ville St-Jérôme. Rue St-Georges. Meublé, chauffé, éclairé, laveuse, sècheuse. Personne tranquille. Idéal semi retraité. 450\$/mois. 450-431-2925

STE-ADÈLE: 7 minutes en voiture du centre-ville. Loft semi-meublé, personne seule non-fumeur, entrée balcon privée, électricité incluse, 600\$. Juillet. Pas d'animaux. 514-776-6707

220 Condos lofts et maisons de ville à louer

! CONDOS, Ste-Adèle, 1 c.a.c. (3-1/2), très éclairé, tout équipé, meublé, laveuse/ sècheuse, foyer au bois, au pied du Mont Chanteclerc, terrasse, BBQ, piscine. Disponible 1er juillet. 450-632-2876 www.clubazur.com

220 Condos lofts et maisons de ville à louer

SAINTE-ADÈLE Condo à louer
2 étages – 3 CAC – Piscine – AC – Propre – Bel environnement
Loué à la saison. 450 229-1336

À St-Sauveur: 4-1/2 neuf, au goût du jour, plancher de bois, foyer au gaz, 6 électros, garage et terrasse avec vue sur Mont St-Sauveur. 1,350\$/mois. 1er juillet. 514-234-1979, 819-323-7800

CONSTRUCTION neuve, condo, village St-Sauveur, 4-1/2, A/C, foyer, stationnements, cabanon, 1,350\$, 514-502-9830

ST-SAUVEUR "À LOUER - TOUT INCLUS". Joli et grand 3-1/2, offrant une vue magnifique sur les pentes, incluant: four, frigo, lave-vaisselle, micro-ondes, ensemble de meuble thaïlandais au salon, salle à manger et chambre, bain et douche thérapeutique séparées, foyer, toit cathédrale, balcons avant/ arrière, vaisselle, literie, aspirateur, électricité, câble, eau chaude, gaz, téléphone, internet, stationnement. Location à l'année, 1,325\$ par mois, libre immédiatement. Guy: 1-855-669-5566

GRAND condo 3-1/2 Piedmont, Chemin des Épinettes, 725\$, très éclairé, vue sur pentes de ski, foyer, 2e étage, nouveau planchers, nouvelle fenestration, libre 1er juillet. 450-227-5528

225 Propriétés à louer

! St-Jérôme, secteur St-Antoine, maison, 5-1/2, près commodités, 1,000\$/mois, libre juillet ou avant. 514-978-7869

! Ste-Adèle, libre le 1er juillet, 5-1/2, inclus lave-vaisselle, four encastré, plaque chauffante, planchers de bois franc, déneigement, ski in/out, 1,100\$/mois. Enquête de crédit. Chantal 514-913-7021

ST-SAUVEUR: maison 4 c.a.c., 2 sdb, 2 salons, foyer, garage, libre, non-fumeur, pas de chien. 1er juillet, 1,500\$. 514-570-3438

270 Bureaux / locaux à louer

BUREAUX À LOUER
36 ave Filion St-Sauveur
200 à 800 pi²
Disponible immédiatement
36, ave Filion, St-Sauveur (face à l'école Marie-Rose)
450.602.0634

225 Propriétés à louer

MAISON, style suisse au Lac à la Truite du Domaine Chanteclair, en montagne, à Val David, 2.5 étages, meublée, 2 chambres, 1.5 s.d.b., foyer, terrasse, véranda. Pas d'animaux. Libre 1er juillet, 995\$. 514-928-1114

MAISONS, chalets, +/- 800\$, possibilité option d'achat. St-Sauveur environs. Financement disponible. Aucune mise de fond. 514-212-4644

240 Co-locations

RECHERCHE co-locataire retraité(e) pour partager maison à St-Sauveur. 750\$/mois. Non-fumeur. 514-616-4783

245 Chambre à louer

À Ste-Adèle, forfait location au mois. Suite avec tourbillon et foyer. Chambre avec foyer ou standard. TV, téléphone, Internet, frigo, micro-ondes, accès buanderie. 450-229-2680

À Ste-Adèle: Grande chambre. 2 minutes A-15. Bienvenue non-fumeur, références. 450-745-1991

AUBERGE Champêtre centre-ville, Ste-Adèle, loués au mois, chambres, studios, meublés, au choix, foyer, tourbillon. Tout équipé, incluant: Wi-Fi/ câble, buanderie sur place. IGA, Banques, Pharmacie, etc. 450-229-3533.

CHAMBRE, centre-ville, Ste-Adèle. 375\$/mois. Sans drogue/ alcool. 819-321-2367, 450-530-8490

MORIN-HEIGHTS, Auberge Clos Joli. Chambres à partir de 500\$/mois. Inklus: déjeuner, petit frigo, micro-ondes, câble, tv, Wi-fi, stationnement. 450-226-5401 aubergeclosjoli.com

RECHERCHE femme tranquille et aidante pour partager belle maison à Ste-Adèle. 450-229-2904

270 Bureaux / locaux à louer

LOCAUX, bureaux commerciaux. Boul. Ste-Adèle, Ste-Adèle. 105 à 3,200 pi.ca., Info: 450-229-3083.

270 Bureaux / locaux à louer**270** Bureaux / locaux à louer

À Lachute espaces commerciaux: 300 à 3,500 pi.ca. Rénovés et très bien situés au centre-ville, 412, rue Principale coin ave. Barron. 1,600 pi.ca; au 7 ave d'Argenteuil. 2,550 pi.ca. au 11 ave. d'Argenteuil. Face à la rivière, grand stationnement. Disponibles immédiatement. Les Immeubles AM-ERIKA. 450-562-0513 514-945-4933

310 Divers à vendre

A-1 Super liquidation d'électroménagers neufs ou reconditionnés, matériels. 450-569-8353 www.liquidatronique.com

FRIGO, poêle, lave-vaisselle Kenmore, en acier brossé. 5 ans d'usure. 2,600\$ (disponible juin). Sac à dos pour dame de longue randonnée avec abreuvoir et bâtons, neuf (étiquette dessus). Payé 800\$, demande 250\$. 450-744-0506, 450-275-0370

SALON de coiffure depuis 1996 Ste-Adèle. Équipement 3 chaises avec meubles, décoration, + produits + laveuse/ sècheuse + A/C. Tout pour le travail. Spécial 10,000\$. Faut voir! Retraite. Contactez Serge 450-530-5800

SCIÉRIES MOBILES à partir de 4,397\$ Coupe bois de toutes dimensions avec votre propre scierie à ruban portative. Info & DVD gratuits, www.ScieriesNorwood.ca/ 400QN 1-800-408-9995, poste: 400QN.

QUAIS EN ALUMINIUM DESSUS EN CÈDRE AVEC ACCESSOIRES 4 OU 6 PIEDS DE LARGE DIFFÉRENTS LONGUEURS SUR PATTES OU FLOTTANTS 450 444-5974

CABANONS (remises de jardin)

10 x 12 : 2150\$ / 2500\$
10 x 16 : 2675\$ / 3050\$
12 x 16 : 3000\$ / 3450\$
15 x 20 : 4100\$ / 4850\$
15 x 30 : 5600\$ / 6600\$

Autres grandeurs disponibles. RBQ#8213-9338-04. **450 632-0007**

345 Antiquité / art / collections

ANTIQUAIRE ACHÈTE À DOMICILE, Meubles antiques et design, Bijoux en or, Tableaux reconnus, Luminaires, Téléphone, Sculptures, Bronzes, Monnaies, Coutelleries Sterling, Cruches, Balances, Horloges, Radio, Annonces Publicitaires, Machine à boules, etc.. www.tableauxantiques.com 514-891-0699 (cell et textos)

345 Antiquité / art / collections

COLLECTIONNEUR Achète: audio vin-tage, ampli Marantz, Sansui, McIntosh, Pioneer, tables tournantes: années 70/ 80. Disques vinyle rock/ jazz, jeux Nintendo. 450-744-3060, François.

365 Poêle / Fournaise / Bois de foyer

BOIS 1ère qualité. 100% bois franc: érable, chêne et merisier. Bois aussi disponible en bûche. Après 18h: 450-432-0101

BOIS de chauffage, 100% franc, sec/ demi-sec, livraison, autocueillette, 450-563-3139

415 Massothérapie / Soins thérapeutiques

! 450-431-7966. ABSOLUMENT À DECOUVRIR LA MAGIE D'UN MASSAGE QUALITÉ SUPÉRIEURE SENSORIELLE EXTRÊME DÉTENTE. REÇU D'ASSURANCE, 7/7, 9H-22H. ENDRUIT CHAMPÊTRE, ST-JÉRÔME.

! Agréable, entourée de sapins. Massage détente 7/7 819-323-8129

! Massage en profondeur, détente, thérapeutique, St-Jérôme. Reçus. Marc: 450-602-1388

? Massothérapie: massage détente par homme, Val-David 819-322-5279/ Noël

À vous le calme et le bien-être. Massage détente, environnement champêtre. Mlle. Jessy 819-323-4379

BESOIN d'une bonne détente? Passez me voir! Massages suédois. St-Jérôme. Reçus. 514-603-6062, 450-712-6062.

BON massage, agréable et confortable détente. À Morin-Heights à 6 minutes de St-Sauveur 9h00- 19h00, vendredi, samedi, dimanche. Manon: 450-921-1131, 514-546-0960

MASSAGE Californien, lachez prise, déménagé St-Sauveur, 450-592-0776 remplacé 514-370-8754 Carole

DANIEL, St-Sauveur pour la détente que vous cherchez 450-275-0780 laurentides@live.ca

MASSAGE thérapeutique/nerf sciatique, massage à votre domicile aussi disponible. Reçu assurance. Certificat cadeau. Nancy: 514-726-7207

MASSOTHÉRAPIE, kinésithérapie. Service à domicile sur rendez-vous. Saint-Sauveur. Jean-Pierre: 450-675-4746

MASSOTHÉRAPIE St-Sauveur, centre-ville. Membre AMQ. Reçu d'assurance disponible. 15 ans d'expérience. Massage professionnel suédois, relaxation thérapeutique. 45\$/ heure, 60\$ 1-1/2 heure. Sur rendez-vous. Sandrine 450-744-3060

415 Massothérapie / Soins thérapeutiques

MASSOTHÉRAPIE: Massage de détente, Ste-Adèle, Carl 450-229-2073

REPENTIGNY: massage naturopathe, spa, exclusif, Espace Est 577-A Notre-Dame, 450-932-7990

424 Astrologie / Occultisme

Ana Médium pure, 40 ans d'expérience, ne pose aucune question, réponses précises et datées, confidentielles. Tél.: 514-613-0179 (Avec ou sans Visa/Mastercard)

430 Comptabilité / Impôt

IMPÔTS FÉDÉRAL PROVINCIAL
PARTICULIERS / TRAVAILLEURS AUTONOMES / RÉGLEMENT SUCCESSION

TRAITEMENT INFORMATIQUE
- RAPPORTS FÉDÉRAL / PROVINCIAL
- FORMULAIRES T1 ET TP1 AVEC ANNEXES
- EXPÉDIÉS VIA INTERNET : TED ET IMPÔT NET
- PRIX SPÉCIAL : ÂGE D'OR ET RETRAITÉS
- POUR INFORMATIONS, CONTACTEZ :

ROBERT LAVERGNE, cma, fisc.
Fiscaliste, 30 ans d'expérience

450 227-7866 (bur) - 514 970-7767 (cell)
rla_robert@hotmail.com

432 Comptabilité / Tenue de livres

PATRICK MARIN
Impôts personnels
25 ans d'expérience

Déclarations d'impôts personnels
Demandes de redressement
Successions:
Déclarations d'impôts
Certificats de décharge
Divulgations volontaires
Impôts des non-résidents

Service à domicile pour personne à mobilité réduite

433 rue Principale Saint-Sauveur
450 744-0211
patk.mrn@gmail.com

440 Déménagement / Transport / Entreposage

DÉMÉNAGEMENT petit et grand à partir de 60\$ de l'heure avec assurances. Camion 26'. Demandez Jean-Luc, 450-694-0022.

442 Constructions / Rénovations / Réparations

**** Pose gypse, tirage de joint, plâtre. Estimation gratuite. Robert 514-707-3467

HOMME à tout faire. Petits et gros Travaux. Travail minutieux. Claude 819-507-0456

442 Constructions / Rénovations / Réparations

HOMME À TOUT FAIRE
Peinture, patio et clôture, réparation de plâtre, rénovations de toutes sortes, travaux intérieurs/ extérieurs, travaux propres et soignés, 20 ans d'expérience. Références sur demande. À l'heure ou à contrat. Nicholas, 514-264-7385 cell. 450-226-6095 (maison St-Sauveur). Estimation gratuite!

430 Comptabilité / Impôt

442 Constructions / Rénovations / Réparations

ceramique mnicolas.com
Pose de céramique
Ardoise et granit
Douche sur mesure
Expérience
Travail propre

RBQ.56103849-01
514.238.2653

446 Peinture / décoration

! Peintre d'expérience, estimation gratuite. Spécialisés. Roger. "Propreté" 514-296-9742

MARIO PAGÉ PEINTRE: pour tous vos travaux de peinture intérieur/ extérieur, maison neuve et usagée. Estimation gratuite. En affaire depuis 30 ans. Travaux de qualité, assurance complète. RBQ: 8005-8621-15, 450-565-5906 bureau, 450-516-2956 cell.

PEINTRES 30 ans d'expérience, intérieur/ extérieur, tirage de joints, travail propre et bien exécuté, **prix compétitifs, satisfaction garantie!**
Stéphane: 450-602-0762
Marcel: 450-275-3532

442 Constructions / Rénovations / Réparations

PLÂTRIER diplômé, tireur de joints, peintre diplômé, pose gypse, travail de qualité. R.B.Q. #5602-1603-01 Martin: 450-226-2991 Cellulaire: 450-712-0851

SPÉCIALISTE DU PATIO

Vous voulez un patio au goût du jour? Solide avec une belle finition et abordable, faites confiance à notre équipe. Nous faisons de la rénovation générale. Revêtement extérieur, aluminium, vinyle, canexel, sous-sol complet. Estimation gratuite. Merci de votre confiance! 450-675-2281

PEINTURE
Travaux intérieurs, extérieurs. Qualité de pro! Estimation gratuite!
Luis: 450-224-1841

Vous avez un URGENT BESOIN
Réparation plâtre Après sinistre "dégâts d'eau"
20 ans d'expérience dans les Laurentides
Tirage de joints, peinture intérieure
Spécialisé en travail de finition
Raynald Gosselin
Cell : 514-946-6353

480 Toitures / Couvreurs

STOITURES SILANIC
UNE COUVERTURE DE SATISFACTION
Pour un service personnalisé et complet
Un travail propre et garanti
Dans le domaine depuis plus de 20 ans
Spécialité bardeaux d'asphalte
Installation de gouttières sans joints
450 226-3843 • www.silanictoitures.com

448 Lavage / Nettoyage

LAVAGE DE VITRES
Lavage de vitres et moustiquaires, grand ménage, (murs et plafonds) 20 ans d'expérience. Références sur demande. Travail propre et soigné. Nicholas, 514-264-7385 cell. 450-226-6095 (Maison St-Sauveur). Estimation gratuite. **NETTOYAGE DE GOUTTIÈRES**

458 Électricité

MAÎTRE ÉLECTRICIEN
30 ans d'expérience, entrées électriques.
Rénovation d'électricité tous genres.
RBQ: 5597-5254-01
Très bon prix!
514-232-0265

464 Réparations diverses

LES SERVICES DU NORD
Réparations électroménagers, service à domicile. Michel Crispin et André Lessard. 450-229-5153/450-432-1232

474 Terrassement / Paysagiste

MAINTENANCE BENJI.
Tonte de pelouse, nettoyage de terrain, nettoyage de stationnement, 450-712-7201

484 Services divers

GAZON, plate-bande, herbe poux, lavage vitre, réparations, François 450-750-2696

SAAQ - SAAQ - SAAQ
Victime d'un accident automobile? Vous avez des blessures? Contactez-nous. Consultation gratuite. M. Dion Avocats, tél: 514-282-2022 www.sossaaq.com

485 Agence de rencontre avec permis

CONTACTS directs et rencontres sur le service # 1 au Québec! Conversations, rencontres inattendues, des aventures inoubliables vous attendent. Goûtez la différence. Appelez le 1-866-553-5652 pour les écouter ou bien, pour leur parler, depuis votre cellulaire, faites le #(carré) 6910 (des frais peuvent s'appliquer) L'aventure est au bout de la ligne. www.les-seductrices.com

480 Toitures / Couvreurs

480 Toitures / Couvreurs

TOITURES LAURENTIENNE
R.B.Q. : 8275-165-36

Spécialiste bardeaux Fibre de Verre
Membrane Élastomère
Ventilation & Isolation
Estimation gratuite
Travail garanti
Prix compétitifs
35 ans d'expérience

450 275-9201

484 Services divers

VENDART
S'UNIR POUR GRANDIR

- Démarrage de projet
- Optimisation d'entreprise
- Croissance
- Équipe de vente externe

Infos : info@vendart.ca
514 907-2557
www.agencevendart.com

555 Argent à prêter

PRÊT 500\$ à 1000\$. Maintenant ouvert 7 jours. Obtenez votre argent instantanément avec Sekur. Mauvais crédit accepté. Dépôt d'argent 7j/7. Crédit Yamaska 1-877-661-4721 www.credityamaska.com

PRÊTEUR hypothécaire privé de premier et deuxième niveau. Financement rapide peu importe votre région. Service professionnel. Nos taux sont compétitifs et no conditions de financement flexibles. Financement Brissou. 1-866-566-7081

ARGENT À PRÊTER

1^{ère} ou 2^{ème} hypothèque
Achat de maison ou refinancement.
Pour cas difficiles.
De Laval à Mont-Tremblant
450 229-1336
450 858-1568

585 Services financiers divers

SOLUTIONS à l'endettement. Trop de dettes? Laissez-nous vous aider. Un seul versement par mois. 7 sur 7, de 8h à 20h. MNP Ltée, Syndics autorisés en insolvabilité. 514-839-8004

605 Emplois divers

RECHERCHE employés(ées) travail physique extérieur. Idéal chômeurs/ étudiants. Immédiatement, 450-675-2833

480 Toitures / Couvreurs

635 Coiffure / Beauté / Esthétique

COIFFEUR(SE) Et Manicure/ pose d'ongles, demandé Coup d'Oeil Coiffure St-Sauveur 450-227-5648

ÉQUIPE Coiffure Danielle Roger

CHERCHE COIFFEUR(SE) avec expérience Temps partiel ou temps plein Sainte-Adèle

Communiquez au : 450 229-7302
À BIENTÔT !

650 Bar / Hôtels / Restaurants

CHALET GREC recherche "busboy"/ "busgirl", appelez John ou Bill après 17h au: 450-227-6612

CHALET GREC recherche cuisinier(e), appelez John ou Bill après 17h au 450-227-6612

RECHERCHE: serveurs(euses), livreur avec auto et expérience, St-Sauveur. 514-317-2992

RESTAURANT LUAU
146 rue Morin, Ste-Adèle
Recherche serveurs(es) jeudi au dimanche de soir. Contactez André Mousseau 450-229-2911

705 Formations diverses

ANGLAIS, cours individuels. Devenez fonctionnel rapidement. Conversation, emploi, rattrapage scolaire, 30\$/h. Professeure diplômée 450-226-7239

960 Entretien / mécanique

JOURNALIERS et chauffeurs classe 1 pour compagnie de pavage et aide opérateur pour usine d'asphalte demandés Contactez: 450-229-6411

PLUSIEURS femmes et hommes demandé(e) pour la vente de fruits/ légumes. De mi-mai à mi-octobre. Kiosque sur autoroute 15 (à côté de Toyota Mirabel) Sylvain Bélanger 514-236-3884

RECHERCHE hommes pour travail de paysage, émondage et pour patio/ peinture avec expérience. Permis de conduire obligatoire. Temps plein, 30 heures +. Martin Binette. 450-530-4521

Bazar

BAZAR DE LA POINTE BLEUE
9, Chemin Ste-Marguerite Ste-Marguerite -du-Lac-Masson
TOUS LES VENDREDIS ET SAMEDIS, DE MIDI À 16H.
Nous acceptons: bijoux, vêtements, meubles, articles de décoration, tableaux etc.
S.v.p. téléphonez au: 450 228-2441 ou 450 229-4328 et nous irons les récupérer.

950 Ferraille

ACHATS
Vieilles autos. Autos accidentés. Rebutés métal. Balance publique. Ste-Marguerite. Remorquage gratuit. Payons 200\$ +. Accrédité SAAQ. 450-228-8602, 450-712-2039

RÉVOLUTION remorquage. Achat d'autos, camions, ferrailles. 200\$ +. Accrédité SAAQ. 450-530-5636

985 Autos à vendre

ATTENTION! ATTENTION! Besoin d'une auto. Problème de crédit? C'est fini. Aucun cas refusé. Financement sur place. Voiture, camion, van, 2004 à 2013 Robert Cloutier Autos 450-446-5250 ou 514-830-0098 1-888-446-5250 www.robertcloutierautos.com

À voir auto, camion, 4x4. Financement maison aucun cas refusé. Voitures 2010 à 2017, léger dépôt, aucun endosseur. 1-866-566-7081 www.financementbrissou.net

MAZDA 3 Sport, 2010, argent, manuelle, que 29.963 km, 8 pneus, anti-rouille, pas d'accident, 6,895\$. 819-326-8333

NISSAN Altima 2004, automatique, 133,000 km, une seule propriétaire, une seule conductrice (ainée), gris souris, A/C, pneus d'hiver, filière complète d'entretien disponible, 2,500\$. 450-226-5908

La modération
a bien meilleur goût.

Educ'Alcool

Entreprise Daniel Sarrazin
T.: 450 438-9466
C.: 450 565-7283

- Vente et installation de pneus
- Traitement antirouille
- Changement d'huile

NOUVELLE ADRESSE :
843, rue Alfred-Viau
Saint-Jérôme

CONSTRUCTION - RÉNOVATION TECNIC INC.
Entrepreneur général
APCHL R.B.Q.: 5624-2712-01

Résidentiel & Commercial
Spécialités : Finition extérieure de tous genres, Maibec, Canexel
Portes et fenêtres • Balcons et vérandas
Agrandissement de maisons
Travaux pour assurances

Guy Beauchemin, Propriétaire membre AECQ
Tél. : 450 229.7770 • Cell. : 450 565.7707
Pour soumission:
constructecnic@outlook.com

PLANCHERS LAURENTIENS
SPECIALISTE DES PLANCHERS DE BOIS

recherche
SABLEUR/AIDE-SABLEUR

- Expérience un atout
- Bon salaire (selon expérience)
- St-Faustin-Lac-Carré (Laurentides)
- Permis de conduire valide

Envoyer CV à
plancherslaurentiens@hotmail.com
ou appeler 819 688-6578

Les Résidences Desjardins (Saint-Sauveur) Inc.

NOUS RECHERCHONS POUR POSTES

Préposé(e) aux bénéficiaires
(Formation sur place)

Infirmier(ière) auxiliaire

Serveur(euse) en salle à manger

Infirmier(ière)s

Afin d'offrir le meilleur service à notre clientèle, nous nous devons de bien sélectionner notre personnel. Les personnes intéressées sont priées de faire parvenir leur curriculum vitae à

Manon Desjardins
Direction des ressources humaines
55, rue Hochar, Ville de Saint-Sauveur (Qc) J0R 1R6
Télécopieur : 450-227-6186
Courriel : manon@residencesdesjardins.com
Pour information : 450 227-2241 poste 227

gibbys
SAINT-SAUVEUR

RECHERCHE

- Cuisinier (ière)
- Aide-Cuisinier (ière)
- Plongeur (euse)

Temps plein/partiel
Nous contacter au 450 227-2624

IGA
Morin-Heights

RECHERCHE PERSONNEL DYNAMIQUE POUR COMBLER LES POSTES SUIVANTS :

COMMIS
temps partiel :
boulangerie, fruits légumes, épicerie, prêt à manger

EMBALEUR / LIVREUR
temps partiel avec permis de conduire

ASSISTANT GÉRANT(E)
temps plein boulangerie

GÉRANT(E) DE VIANDE

BOUCHER

Temps partiel semaine et fin de semaine

Faire parvenir votre C.V. a/s de Pierre Desmanches par courriel à :
iga08587p.desmanches@sobeys.com
par télécopieur au : 450 226-6981
ou par la poste ou en personne au :
680 chemin du Village, Morin-Heights, Qc J0R 1H0

OFFRE D'EMPLOI

ALUMINIUM J. CLEMENT inc.
Toitures - Revêtements extérieurs
Portes & fenêtres - Rampes & balcons
RBQ 1645-0777-46

CONSEILLERS EN MATÉRIAUX DE CONSTRUCTION

- Poste à temps plein (40 heures/semaine)
- 2 ans d'expérience dans un environnement de ventes
- Expérience dans le domaine de la construction
- Connaissance des matériaux de construction
- Bilinguisme (français et anglais) serait un atout
- Maîtrise des logiciels Word, Excel et Outlook
- Formation en lecture de plan un atout
- Avoir de l'initiative, une attitude positive, constructive et de l'entregent
- Être une personne qui a un sens de l'organisation, est motivée et dynamique.

Vous aurez à desservir une clientèle de constructeurs et d'auto-constructeurs qui effectue des projets de construction et de rénovation dans le secteur résidentiel et commercial. Lire, interpréter et analyser des plans. Sortir des quantités pour soumissions et commandes, magasiner les matériaux, effectuer les bons de commandes, les suivis auprès des clients et fournisseurs.

Envoyer votre curriculum vitae par courriel à
journet@aluminiumjclément.com
ou par télécopieur au **819 425-9348**

BOUTIQUE RomyElliot
VÊTEMENTS HOMME & FEMME

Est à la recherche de candidats(es)

- vente à temps partiel de vêtements pour hommes.
- assistant(e) vendeurs pour la période d'été.

Envoyez votre C.V. à
daniel@romyelliot.com

Offre d'emploi
Contrôleur financier

Poste contrôleur financier.
Salaire entre 60 000\$ et 80 000\$, selon expérience et/ou scolarité.

Envoyez votre CV,
frankebenz@citenet.net

Mercedes-Benz
Franke Ste-Agathe
Véhicules de prestige de plus de 60 ans

MORIN-HEIGHTS 1855

OFFRES D'EMPLOI

La Municipalité de Morin-Heights est présentement à la recherche de candidatures pour combler les postes suivants :

- **Adjointe administrative**
Banque de candidatures pour liste de rappel
- **Journalier-signaleur**
Postes temporaires et de remplacement (été 2018)

Pour connaître la description complète des postes ainsi que les critères d'admissibilité, nous vous invitons à consulter notre site internet au
www.morinheights.com/Offres-d-emploi

Date limite pour postuler :
18 mai 2018 à 16h30

PARC D'ATTRACTIONS / THEME PARK

OFFRE D'EMPLOI
Au Pays des Merveilles
est à la recherche d'un :

Concierge
Expérience en entretien et nettoyage.
Aptitudes au travail manuel. Poste à l'année.
Préposé(e) à l'entretien ménager
Expérience en nettoyage. Aime les enfants. Poste saisonnier.

Rendez-vous et informations au 450-229-3141 ou **chaperon-rouge@paysmerveilles.com**
Envoyez votre formulaire d'offre d'emplois disponible sur notre site web

PRÉPOSÉ(E)S À L'AIDE DOMESTIQUE ET PRÉPOSÉ(E)S AUX TRAVAUX LOURDS

Marteau et Plumeau est une coopérative de solidarité sociale qui offre des services d'aide domestique sur le territoire de la MRC des Pays-d'en-Haut, est à la recherche de personnes dynamiques avec expérience pertinente pour occuper des postes de **préposé(e)s à l'aide domestique et préposé(e)s aux travaux lourds**.

Un emploi pour vous:

- Vous souhaitez sortir de votre routine
- Vous voulez être en congé le soir et les fins de semaine
- Vous êtes disponible, en bonne santé et capable de travailler
- Vous possédez une voiture en bonne condition
- Vous désirez faire partie d'une équipe dynamique

Faire parvenir votre curriculum vitae par fax au 450 553-8194 ou par courriel à
lany.morin@marteau-plumeau.com 450 229-6677, poste 211

Mikes recherche
St-Jérôme **CUISINIER(ÈRE)**
pour déjeuners - diners - soupers

Se présenter avec C.V.
au 340, Boul. des Laurentides
St-Jérôme (secteur St-Antoine)

Équipements
M. Touchette

RECHERCHE
2 EMPLOYÉS
TEMPS PLEIN

- 1 employé pour réparations et entretien de machinerie agricole
- 1 mécanicien agricole avec expérience tracteur et moissonneuse batteuse

Mirabel 450-438-4233

MONT GABRIEL
RESORT & SPA

EST À LA RECHERCHE DE CANDIDATS(ES)
POUR COMBLER LES POSTES DE

- **PRÉPOSÉ AUX CHAMBRES**
Envoyez votre cv à Linda Martin :
gouvernante@montgabriel.com
Ou téléphonez au 450 227-7983
poste 250
- **PLONGEUR**
- **CUISINIER**

Envoyez votre cv à Scott Chalmers :
schalmers@montgabriel.com
Ou téléphonez au 450 227-7983
poste 243

- **PRÉPOSÉ À LA MAINTENANCE**
Envoyez votre cv à Denis Laporte :
maintenance@montgabriel.com
Ou téléphonez au 450 227-7983
poste 249
- **ÉQUIPIER SALLE DE RÉUNION**
Envoyez votre cv à Jamie Dilks :
reunion@montgabriel.com
Ou téléphonez au 450 227-7983
poste 274

POUR NOTRE GOLF

- **PRÉPOSÉ AU CASSE-CROÛTE**
- **PRÉPOSÉ À LA BOUTIQUE**
- **PRÉPOSÉ AUX DÉPARTS**

Envoyez votre cv à Serge Jetté :
sjette@montgabriel.com
Ou téléphonez au 450 227-7983

Donnez à la mémoire de ...

Fondation
Pallia-Vie

385, rue Lebeau, Saint-Jérôme (Québec) J7Y 2M8
450 431-0488 • www.pallia-vie.ca



EMPLOIS ÉTUDIANT

- Service : Travaux publics
Supérieur immédiat : Contremaître à la voirie
POSTE ÉTUDIANT : Journalier, temps plein (fin mai à mi-août)
- Service : Récréotouristique
Supérieur immédiat : Directeur récréotouristique
POSTE ÉTUDIANT : Préposé au débarcadère, temps plein (fin mai à fin août)
- Service : Récréotouristique
Supérieur immédiat : Directeur récréotouristique
POSTE ÉTUDIANT : Aide préposé aux parcs et aménagements paysagers, temps plein (fin mai à mi août)

La description complète des postes est disponible sur le site internet de la
Municipalité de Saint Adolphe d'Howard
www.stadolpheedhoward.qc.ca

Vous devez nous faire parvenir votre curriculum vitae au plus tard le 11 mai 2018, par courriel à rh@stah.ca ou par courrier au 1881, chemin du Village, Saint Adolphe d'Howard (Québec) J0T 2B0 à l'attention de madame Andrée Dugré.

* Le masculin est utilisé uniquement pour alléger le texte

Centre de villégiature
Lac Fiddler

Le Fiddler Lake Resort, superbe centre de villégiature comportant plus de 50 chalets haut de gamme situé dans les Laurentides, à Mille-Isles à 15 minutes de Saint-Sauveur et de Saint-Jérôme

EST À LA RECHERCHE D'UN VÉRIFICATEUR DE NUIT (1 POSTE)

PRINCIPALES RESPONSABILITÉS;

- Vérifier et balancer les entrées journalières des clients en maison et/ou partis;
- Vérifier/balancer les terminaux de cartes de crédit;
- Compléter la caisse recette;
- Préparer, imprimer et distribuer les différents rapports aux départements concernés.

TÂCHES RÉCEPTION DU VÉRIFICATEUR DE NUIT;

- le vérificateur de nuit agira à titre d'agent de réception durant ces heures moins achalandées, c'est-à-dire; procéder aux arrivées et départs, prendre les réservations et faire du service à la clientèle en répondant aux différentes demandes des clients;

COMPÉTENCES ET EXIGENCES;

- Expérience dans le domaine du service à la clientèle;
- Connaissances des logiciels Excel, Outlook et de l'informatique en général;
- Polyvalence et autonomie. Capacité d'analyse, de synthèse.
- Être disponible et avoir de la flexibilité temps plein (**salaires ± 17\$/h**)
- Bilinguisme essentiel;
- Expérience hôtelière un atout;

Visitez notre site pour connaître notre produit au : www.fiddlerlakeresort.com
Veuillez faire parvenir votre curriculum vitae à mgagnon@fiddlerlakeresort.com

Crématel
Simplement la CRÉMATION

- Sans embaumement
- Sans cercueil
- Sans exposition

Transport du corps directement au crématorium

Bureau : 283, rue Labelle, St-Jérôme
Tél.: 450 431-7700
Sans frais : 1 888 510-1112
www.crematel.com



APPEL D'OFFRES

FOURNITURE D'UN CAMION
SIX (6) ROUES FREIGHTLINER
M2-106 2018 4X4 AVEC ÉQUIPEMENTS
DE DÉNEIGEMENTS ET RACHAT
D'UN CAMION FORD F550 2009
TP-201804-05

La Ville de Sainte-Marguerite-du-Lac-Masson désire recevoir des soumissions pour la fourniture et la livraison d'un camion de marque Freightliner modèle M2-106 ou équivalent, six roues neuf 2018 ou plus récent, quatre roues motrices, avec système de boîte interchangeable, benne sableuse, équipements de déneigement, et boîte à asphalte isolé, de même que pour le rachat d'un camion de marque Ford modèle F550 à quatre roues motrices à cabine régulière, année 2009.

À compter du 2 mai 2018, les fournisseurs intéressés par ce contrat peuvent se procurer les documents de soumission en s'adressant au Service électronique d'appels d'offres (SEAO) en consultant le site web www.seao.ca ou en communiquant avec un de ses représentants par téléphone au 1 866 669-7326 ou au 514 856-6600. Les documents peuvent être obtenus au coût établi par le SEAO.

Les soumissions devront être présentées sur les documents prévus à cet effet et transmis dans des enveloppes scellées portant la mention « **SOUMISSION - CAMION FREIGHTLINER SIX (6) ROUES M2-106 4x4 2018 AVEC ÉQUIPEMENTS DE DÉNEIGEMENT ET RACHAT CAMION FORD F-550 2009 TP-201804-05** » et reçues **avant 15 h le 17 mai 2018** au Service du greffe, au 88, chemin Masson, Sainte-Marguerite-du-Lac-Masson (Québec) J0T 1L0. Elles seront ouvertes publiquement immédiatement après l'expiration du délai fixé pour leur réception.

Un cautionnement de soumission pour un montant équivalant à 5 % du montant total de la soumission sous forme de chèque visé libellé au nom de la Ville de Sainte-Marguerite-du-Lac-Masson ou bon de cautionnement doit accompagner la soumission.

De plus, le contrat découlant du présent appel d'offres est assujéti à l'Accord de commerce et de coopération entre le Québec et l'Ontario, l'accord de libéralisation des marchés publics du Québec et du Nouveau-Brunswick et à l'Accord de libre-échange canadien.

La Ville de Sainte-Marguerite-du-Lac-Masson ne s'engage à accepter ni la plus basse, ni aucune des soumissions reçues, ni à débourser aucuns frais encourus par le ou les soumissionnaires en rapport avec la préparation de la soumission.

DONNÉ à Ste-Marguerite-du-Lac-Masson, ce 2 mai 2018.

Judith Saint-Louis
Greffière

RECRUTEZ AVEC **Accès** LE **Journal des Pays-d'en-Haut**
VOTRE
PERSONNEL

CONTACTEZ VOTRE REPRÉSENTANTE 450 227-7999
TOMBÉE LE VENDREDI À 17H

Ville de
Saint-Sauveur



**AVIS PUBLIC
DEMANDE DE DÉROGATION MINEURE**

AVIS PUBLIC est par la présente donné par le soussigné que les membres du conseil municipal, lors d'une séance ordinaire qui sera tenue le 22 mai 2018 à 19 h 30 à l'hôtel de ville situé au 1, place de la Mairie, Saint-Sauveur (Québec) J0R 1R6 statueront sur la demande de dérogation mineure suivante :

Pour les lots 6 174 074 à 6 174 077 situés sur le chemin du Lac-Millette

NATURE ET EFFET DE LA DEMANDE :

- Pour le projet domiciliaire « Le Pinnacle » situé dans la zone HT 328, permettre la création de quatre lots ayant des superficies inférieures à celle exigée à l'article 34 du Règlement de lotissement numéro 223-2008 et ses amendements pour des terrains desservis par les deux services, situés en tout ou en partie à moins de 300 m d'un lac ou à moins de 100 m d'un cours d'eau et dont la pente se situe entre 15 % et 25 %, soit de :
 - 627,2 m² au lieu de 2 000 m² pour le lot 6 174 074;
 - 627,3 m² au lieu de 2 000 m² pour le lot 6 174 075;
 - 625,5 m² au lieu de 2 000 m² pour le lot 6 174 076;
 - 625,5 m² au lieu de 2 000 m² pour le lot 6 174 077.

Toute personne ou tout organisme intéressé pourra se faire entendre par le conseil municipal relativement à cette demande de dérogation mineure.

DONNÉ À SAINT-SAUVEUR, ce 2^e jour du mois de mai 2018.

Le greffier et directeur des Services juridiques,
Jean-François Gauthier, MBA, OMA
Avocat



AVIS PUBLIC

APPEL D'OFFRES 320-2018-03

TRAVAUX DE PAVAGE DE CHEMINS 2018

La Municipalité de Piedmont demande des soumissions pour des travaux de réfection de chemins incluant des travaux de pulvérisation, de fourniture et de pose de revêtement bitumineux sur environ 8663 mètres carrés de chemins publics.

Les personnes intéressées doivent présenter leur soumission sur les formulaires préparés par la Municipalité de Piedmont, sous enveloppe scellée portant la mention « **Pavage de rues 2018** » et déposer celle-ci en mains propres ou par messagerie au plus tard le **22 mai 2018** à 10 heures à l'hôtel de ville de la Municipalité de Piedmont au 670, rue Principale, Piedmont (Québec) J0R 1K0. Les soumissions seront ouvertes à cette date à 10 heures au même lieu en présence des personnes intéressées.

Ladite soumission devra être accompagnée d'un chèque visé représentant dix pourcent (10%) du prix global de la soumission et être valides pour une période de quatre-vingt-dix (90) jours suivant la date d'ouverture des soumissions. La garantie de soumission sera conservée et encaissée par la Municipalité à titre de garantie d'exécution jusqu'à la fin des travaux.

Les documents d'appels d'offres seront disponibles à compter du 30 avril 2018 en s'adressant au Service électronique d'appels d'offres (S.E.A.O.) en communiquant avec un de ses représentants par téléphone au 1-866-669-7326 ou au 514-856-6600 ou en consultant le site web www.seao.ca. Les documents pourront être obtenus au coût établi par le S.E.A.O.

La Municipalité ne s'engage à accepter ni la plus basse, ni aucune des soumissions reçues, ni encourir aucune obligation, ni aucun frais d'aucune sorte envers le ou les soumissionnaires.

Tout renseignement concernant le présent appel d'offres pourra être obtenu en contactant Mme Caroline Asselin, directrice générale de la Municipalité de Piedmont, au numéro de téléphone (450) 227-1888 – poste 226 ou à l'adresse courriel dirgen@piedmont.ca.

Donné à Piedmont, ce 26 avril 2018.

Caroline Asselin
Directrice générale



La Coopérative de solidarité
MARTEAU ET PLUMEAU
Convoque tous ses membres
à son assemblée générale
annuelle qui aura lieu le
mercredi 13 juin 2018 à 16h00
au 166, rue Lesage, Ste-Adèle
Sous-sol de l'église
Confirmation avant le
le 1 juin au (450) 229-6677

Si vous souhaitez consulter le rapport annuel avant l'AGA, communiquez avec nous.



Ville de
Sainte-Marguerite-du-Lac-Masson

AVIS PUBLIC

**Demande d'usage conditionnel
« Résidence de tourisme »
au règlement relatif aux usages
conditionnels no 36-2008-UC**

AVIS est, par la présente, donné par la soussignée, greffière de la susdite Ville :

QUE lors de la séance ordinaire du conseil municipal à être tenue le 22 mai 2018, à 19 h, en la salle du conseil située au 88, chemin Masson, Sainte-Marguerite-du-Lac-Masson, la demande d'usage conditionnel « Résidence de tourisme » au règlement relatif aux usages conditionnels # 36-2008-UC de la Ville de Sainte-Marguerite-du-Lac-Masson suivante sera entendue, à savoir :

Demande : 2018-uc-00017

Immeuble : 435, chemin des Hauteurs

Règlement : Selon l'article 3.2 du règlement relatif aux usages conditionnels # 36-2008-UC

Zone : Ru-14

Nature et effet : Une décision favorable du conseil aurait pour effet de permettre l'usage résidence de tourisme.

DONNÉ à Sainte-Marguerite-du-Lac-Masson, ce 2 mai 2018.

Judith Saint-Louis
Greffière

2301259



Ville de
Sainte-Marguerite-du-Lac-Masson

APPEL D'OFFRES

TP-201804-24

**FOURNITURE DE MATÉRIAUX
GRANULAIRES 2018-2019**

La Ville de Sainte-Marguerite-du-Lac-Masson désire recevoir des soumissions pour des prix unitaires pour le projet # TP-201804-24 pour éventuellement procéder à la commande pour la fourniture incluant la livraison de divers types de matériaux granulaires pour une quantité estimée à environ six mille sept cent cinquante (6 750) tonnes métriques pour les besoins de la Ville pour ses travaux 2018 et début 2019.

Les documents de soumission seront disponibles à compter du 2 mai 2018 en s'adressant au Service électronique d'appels d'offres (SEAO) en consultant le site web www.seao.ca ou en communiquant avec un de ses représentants par téléphone au 1 866 669-7326 ou au 514 856-6600. Les documents peuvent être obtenus au coût établi par le SEAO. Seules les offres présentées par les soumissionnaires qui auront commandé des documents de SEAO seront considérées.

Les soumissions devront être présentées sur les documents prévus à cet effet et transmis dans des enveloppes scellées portant la mention « **SOUMISSION – APPROVISIONNEMENT MATIÈRES GRANULAIRES 2018-2019 – TP-201804-24** » et adressées, au bureau du Greffe au 88, chemin Masson, Sainte-Marguerite-du-Lac-Masson (Québec) J0T 1L0. Les soumissions sous enveloppes scellées seront reçues **avant 15 h, le 17 mai 2018**, au bureau du Greffe et seront ouvertes publiquement dès la clôture du dépôt des soumissions.

De plus, le contrat découlant du présent appel d'offres est assujéti à l'accord de libéralisation des marchés publics du Québec et de l'Ontario, à l'Accord de libéralisation des marchés publics du Québec et du Nouveau-Brunswick et à l'Accord de libre-échange canadien.

La Ville n'encourt aucune responsabilité du fait que les avis écrits ou documents quelconques véhiculés par système électronique soient incomplets ou comportent quelque erreur ou omission que ce soit. En conséquence, tout soumissionnaire doit s'assurer, avant de soumissionner, d'obtenir tous les documents reliés à cet appel d'offres.

La Ville ne s'engage à accepter ni la soumission la plus basse, ni aucune des soumissions reçues, et elle décline toute responsabilité à l'égard de l'un ou l'autre des soumissionnaires en cas de rejet de toutes les soumissions. Le contrat est adjugé sur décision du conseil de la Ville, à sa seule discrétion, et la Ville ne peut être liée d'aucune autre façon que par une résolution de son conseil.

DONNÉ à Sainte-Marguerite-du-Lac-Masson, ce 2 mai 2018.

Judith Saint-Louis
Greffière



**APPEL D'OFFRES TP2018-05
Travaux de reconstruction de rues
Terrasses Saint-Denis Phase 2**

La municipalité de Saint-Adolphe-d'Howard demande des soumissions pour la reconstruction d'environ 1 km de rue incluant le remplacement de conduites d'aqueduc, d'égout sanitaire et divers travaux de drainage pluvial de même que la réfection des emprises.

Les plans, devis et documents de soumission seront disponibles à partir du 2 mai 2018, sur le système électronique d'appel d'offres SEAO (www.seao.ca).

Pour être considérée, toute soumission doit être accompagnée :

1. d'un cautionnement de soumission ou d'un chèque visé équivalant à 10 % du montant de la soumission en faveur de la municipalité de Saint-Adolphe-d'Howard et valide pour une période de quatre-vingt-dix (90) jours suivant l'ouverture des soumissions;
2. d'une lettre d'intention de la part d'une compagnie autorisée à se porter caution et s'engageant à fournir un cautionnement d'exécution équivalant à 50 % du montant du contrat, ainsi qu'une garantie de paiement des gages, matériaux et main-d'oeuvre équivalant à 50 % du montant du contrat.

Et l'entreprise doit se conformer aux restrictions et conditions suivantes :

- L'Entreprise doit être titulaire d'une licence émise par la R.B.Q. et qui est « sans indication de restriction au sens de la Loi sur le bâtiment aux fins de l'obtention d'un contrat public ».
- L'Entreprise ne doit pas avoir été déclarée coupable à l'égard de la L.E.R.M., la Loi électorale (L.R.Q., c. E-2.3) et la Loi sur les élections scolaires et son nom ne doit pas être inscrit sur le registre du D.G.E. à cet effet.

Les soumissions, sous enveloppes scellées portant la mention « Travaux de reconstruction de rues Terrasses Saint-Denis Phase 2 », seront reçues jusqu'à dix (10:00) heures, le 22 mai 2018.

Elles devront être adressées à Monsieur Benoît Mongeau, directeur des travaux publics et ingénierie de la municipalité de Saint-Adolphe-d'Howard, 1881, chemin du Village, Saint-Adolphe-d'Howard (Québec) J0T 2B0. Les soumissions seront ouvertes et lues publiquement le même jour et à la même heure.

La municipalité de Saint-Adolphe-d'Howard ne s'engage à accepter ni la plus basse, ni aucune des soumissions reçues et cela sans encourir aucune obligation envers le ou les soumissionnaires.

Donné à Sainte-Adolphe-d'Howard, le 2^e jour du mois mai 2018.

Benoît Mongeau
Directeur des travaux publics et de l'ingénierie

SUIVEZ-NOUS SUR
[facebook.com/journalacces@LeJournalAcces](https://www.facebook.com/journalacces@LeJournalAcces)



Avis public

Régie des alcools, des courses et des jeux

AVIS DE DEMANDES RELATIVES À UN PERMIS OU À UNE LICENCE

Toute personne, société ou association au sens du Code civil peut, dans les 30 jours de la publication du présent avis, s'opposer à une demande relative au permis ci-après mentionné en transmettant à la Régie des alcools, des courses et des jeux un écrit assermenté qui fait état de ses motifs, ou intervenir en faveur de la demande, s'il y a eu opposition, dans les 45 jours de la publication du présent avis.

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

NOM ET ADRESSE DU DEMANDEUR	NATURE DE LA DEMANDE	ENDROIT D'EXPLOITATION
Traiteur La Bella Cucina Inc. TRAITEUR LA BELLA CUCINA 895, Boul. Des Laurentides Piedmont (Québec) JOR 1K0 Dossier : 572 081	Cession totale de 1 Bar incluant la terrasse	895, Boul. Des Laurentides Piedmont (Québec) JOR 1K0
9361-4337 Quebec Inc. NO 900 PIZZERIA NAPOLITAINE 224, Chemin Du Lac Millette, Loc.E Saint-Sauveur (Québec) JOR 1R3 Dossier : 1 899 962	Addition de Restaurant pour vendre sur terrasses	224, Chemin Du Lac Millette, Loc.E Saint-Sauveur (Québec) JOR 1R3
En Faim Chez Nous (S.E.N.C.) EN FAIM CHEZ NOUS 6220, Rue Morin Val-Morin (Québec) JOT 2R0 Dossier : 4 889 028	1 Restaurant pour vendre.	6220, Rue Morin Val-Morin (Québec) JOT 2R0

Québec

CALENDRIER

COMMUNAUTAIRE ET CULTUREL

JACINTHE@JOURNALACCES.CA

OUVROIR ST-SAUVEUR – Prochaines ventes, les jeudis 3, 17 et 31 mai, de 8h30 à 16h. Pour les meubles, de 7h30h à 12h30h. 322, rue Principale, Saint-Sauveur, 450.227.1445.

ASSEMBLÉE GÉNÉRALE ANNUELLE DU CLUB TOISON D'OR (FADOQ) - Aura lieu le vendredi 4 mai 2018 dès 13h30, au 10 rue de la Gare, Saint-Sauveur. Il y aura quatre postes en élection et les membres intéressés doivent s'adresser au secrétaire du Club. Le formulaire rempli doit être remis au plus tard le 27 avril 2018 à 16h. L'ordre du jour complet de l'assemblée est affiché au local du club à compter du 18 avril 2018. Pour information 450-227-4006.

SOUPER BÉNÉFICE -16e anniversaire de la Fondation des Écoles Primaires Ste-Marguerite-Estérel, aura lieu à l'École Hôtelière des Laurentides à Ste-Adèle le 10 mai, à 18h30. Le président d'Honneur est André Genest, Préfet de la MRC des Pays-d'en-Haut. Coût du billet: \$70. Vous pouvez communiquer au 450-228-2092 pour vous procurez des billets.

MARCHÉ AUX PUCES au profit de l'église SAINT-JOSEPH - Le samedi 5 mai, de 9 h à 16 h et le dimanche 6 mai, de 9 h à 15 h, Salle Raymond-Éthier (sous-sol de l'église Saint-Joseph de Mont-Rolland), 1382 rue Saint-Jean, Sainte-Adèle.

CLUB ORNITHOLOGIQUE DES HAUTES-LAURENTIDES - Échassiers d'ici, grands et petits. Mardi 15 mai à 19 h30. Conférencière : Suzanne Maillé. Le Grand Héron est sans doute l'échassier le plus connu de tous. Mais savez-vous que plusieurs autres, grands et petits, nichent dans les Laurentides ou nous visitent au printemps ou à l'automne? Au cours de cette conférence, Suzanne nous fera découvrir quelques espèces, des plus remarquables aux plus discrètes. Hôtel de Ville de Mont-Tremblant, Salle du conseil, 1145, rue de St-Jovite, Mont-Tremblant (Entrée : porte principale via le stationnement). Admission : membres 5 \$ – non-membres 8 \$

SERVICE DE RELATION D'AIDE LAVAL-LAURENTIDES (SRALL) - Organisme offrant des thérapies à prix abordable aux populations de Laval et des Laurentides, par des Thérapeutes en Relation d'Aide diplômés et expérimentés. Si vous vivez des difficultés relationnelles, solitude, difficulté à gérer le stress, manque d'estime, manque d'affirmation, deuil, séparation, comportements colériques, abus, etc. Pour information : (514) 990-2619 ou <http://www.srall.ca>

LE CAFÉ L'ENTRE-GENS (SAINTE-ADELE) vous propose sa programmation du printemps : ateliers, formation, activité artistique, café rencontre. Les repas sont toujours servis les mardis, mercredis et jeudis midi et les cuisines collectives sont offertes le vendredi. Noter que le bazar est ouvert du mardi au vendredi de 10h à 15h30 (jeudi 17h). Pour toute information 450 229 2211. Visitez notre page Facebook café L'Entre-gens. Bienvenue à toutes et tous !

LE REGROUPEMENT DES HANDICAPÉS VISUELS DES LAURENTIDES - offre des ateliers, Yoga, mélange d'exercices adaptés, visites à domicile, rencontre, jeux adaptés, partage, écoute. Devenir membre du RHVL, c'est partager et se divertir avec des personnes qui ont vécu des situations similaires à la vôtre et qui maintenant ne vivent plus de l'isolement. N'hésitez pas à nous téléphoner au 450-432-9689

LE CENTRE D'AIDE AUX PERSONNES TRAUMATISÉES CRÂNIENNES ET HANDICAPÉES PHYSIQUES DES LAURENTIDES est un organisme communautaire sans but lucratif qui a comme mission de faciliter l'intégration sociale des personnes traumatisées crâniennes et handicapées physiques des Laurentides. Nous offrons différents services tels que des activités diversifiées et adaptées, afin de promouvoir les intérêts de nos membres et ainsi, les sortir de leur isolement. Nous offrons du soutien aux familles et avons besoin de bénévoles. Pour plus d'informations, nous contacter aux numéros suivants 450-431-3437 / sans frais 1-888-431-3437

RENCONTRE D'INFORMATION ET SOUTIEN POUR LA RÉGION DE SAINTE-ADELE - Pour les parents et amis qui prennent soin d'un proche atteint de la maladie d'Alzheimer. C'est une bonne occasion pour s'informer à propos de la maladie et échanger avec d'autres proches aidants et la Société Alzheimer des Laurentides. Les rencontres se tiendront chaque troisième mercredi du mois de 18h30 à 20h30 au CSSS Des Pays-D'en-Haut, 707, Boulevard Ste-Adèle - Local B-108 à Sainte-Adèle. Bienvenue à tous les proches aidants, ces rencontres sont gratuites. Des rencontres individuelles, familiales ou de groupe peuvent avoir lieu dans votre milieu sur rendez-vous avec notre intervenante.

LA LECTURE VOUS INTRIGUE, VOUS INTÉRESSE, VOUS PASSIONNE? Vous désirez partager vos impressions de lecture avec d'autres passionnés comme vous. Le Club de lecture de Sainte-Adèle LIRATOUT vous invite à vous joindre à ses membres. Les rencontres ont lieu une fois par mois. Pour information et inscription envoyer un courriel juliette.hutter@outlook.com.

Le CENTRE DE ZOOTHERAPIE COMMUNAUTAIRE est à la recherche de zoothérapeutes. Aussi nous recherchons des bénévoles pour garder l'animal d'un propriétaire en vacances. Utilisez notre service de garde en milieu familial pour votre animal! 450-240-0371 czooc@hotmail.com www.zootherapie.com

SOUPE ET COMPAGNIE à St-Sauveur recherche des bénévoles, suite à notre projet auprès d'enfants des écoles avoisinantes. Nous recherchons des bénévoles optimistes, plein d'entrain et souhaitant aider à la cuisine et au service les lundi, mardi et jeudi. Vous pouvez nous joindre au 450-744-0207

DEVENEZ UN ANGE DES CHATS - L'unique façon de stopper la surpopulation féline, laquelle découle toujours de la négligence humaine, est la méthode CSRM (capture-stérilise-relâche et maintien). De plus en plus de citoyens et de municipalités de la Belle Province adoptent cette méthode qui a fait ses preuves aux U.S.A. depuis + de 25 ans. Collaborer à la convalescence, à la socialisation et/ou à l'adoption des chats des Anges : c'est faire une B.A. qui contribue au bien-être de tout le monde. Appelez-nous au (450) 227-6484. Les Anges des Chats CSRM sont une initiative citoyenne bénévole, sans but lucratif.

RECRUTEZ VOTRE PERSONNEL

AVEC



CONTACTEZ VOTRE REPRÉSENTANTE AU 450 227-7999

Ville de Saint-Sauveur



AVIS PUBLIC

PROJET DE DÉMOLITION ET MODIFICATION D'UN PROGRAMME DE RÉUTILISATION DU SOL DÉGAGÉ

AVIS PUBLIC est par la présente donné par le soussigné :

QUE la séance du comité de démolition prévue le 2 mai 2018 à 19 h pour ces dossiers a été annulée.

QUE les membres du comité de démolition, lors d'une séance qui se tiendra le **14 mai 2018 à 19 h** à la salle du conseil située à l'hôtel de ville au 1, place de la Mairie, Saint-Sauveur (Québec) JOR 1R6, statueront sur le projet de démolition ainsi que les programmes préliminaires de réutilisation du sol dégagé suivants :

Propriété du 48, avenue Lanning

NATURE ET EFFET DE LA DEMANDE :

- Démolir le bâtiment principal afin de construire une habitation résidentielle de type unifamilial isolé.

Propriété située sur le chemin du Lac-Millette
Projet de développement domiciliaire « Le Pinacle »

NATURE ET EFFET DE LA DEMANDE :

- Modification du programme préliminaire de réutilisation du sol dégagé, approuvé en 2017 concernant le type de construction autorisé, qui consistait à créer plusieurs terrains et de construire sur chacun d'eux soit une habitation unifamiliale isolée, juxtaposée ou bifamiliale détachée.

Toute personne qui veut s'opposer à la démolition ou à la modification du programme préliminaire de réutilisation du sol dégagé pour les propriétés mentionnées précédemment doit, dans les 10 jours de la publication de l'avis public ou, à défaut, dans les 10 jours qui suivent l'affichage de l'avis sur l'immeuble concerné, faire connaître **par écrit** son opposition motivée au greffier de la Ville de Saint-Sauveur par la poste, en personne selon les heures ouvrables ou par courriel à greffe@ville.saint-sauveur.qc.ca.

DONNÉ À SAINT-SAUVEUR, ce 2^e jour du mois de mai 2018.

Le greffier et directeur des Services juridiques,

Jean-François Gauthier, MBA, OMA
Avocat

>2301269

SUIVEZ-NOUS SUR
[facebook.com/journalacces@LeJournalAcces](https://www.facebook.com/journalacces@LeJournalAcces)



Donnez à la mémoire de



385, rue Lebeau, Saint-Jérôme (Québec) J7Y 2M8
450 431-0488 • www.pallia-vie.ca

Exprimez votre sympathie par un DON.



Fondation de l'Hôpital régional de Saint-Jérôme

450 431-8484
fondation@cdsj.org
www.fondationhopitalsaint-gerome.org

Cartes professionnelles

CLIMATISATION

BLIZZAIR inc.
CLIMATISATION & CHAUFFAGE
Licence R.B.Q. 8281-2777-32

- Installation • Vente
- Entretien
- Réparation

1-866-664-4172
info@blizzair.com
www.blizzair.ca

CONCESSIONNAIRE AUTORISÉ PAR LE MANUFACTURIER
Carrier
Service d'urgence : 24 h sur 24, 7 jours sur 7

COMPTABILITÉ

PSO COMPTABLE

- Impôts des particuliers
- Impôts d'entreprises
- Service de comptabilité générale et autre

Lun-Mar-Mer-Ven : 9h à 15h • Jeudi 10h à 20h • Samedi 10h à 15h

POUR LES IMPÔTS, C'EST LA BONNE PLACE!

819 326-2100

22, RUE PRÉFONTAINE EST
Sainte-Agathe-des-Monts
Pso-info@cgocable.ca

COMPTABILITÉ

Solution COMPTABLE DES LAURENTIDES

SYLVIANNE LANTHIER
COMPTABLE,
BAA, SC.
COMPTABLES

Services de tenue de livres & d'impôts pour particuliers et entreprises

99 rue St-Vincent, suite 3
Sainte-Agathe • J8C 2A8 819 774-1271
www.solutioncomptablelaurentides.com

COMPTABILITÉ

YVAN CAMERON CPA INC.

- Rapports financiers;
- Service conseil;
- Travailleurs autonomes;
- Impôts corporatifs;
- Impôts des particuliers;

Présent dans les Laurentides
ycameron.cpa@gmail.com • 514 926-7456

CONSTRUCTION

NOUS ACHETONS VOTRE TERRAIN RÉSIDENTIEL

450 226-3959

ÉCRITURE

DIFFICULTÉ À ÉCRIRE VOS TEXTES?

Laissez Mimi Legault vous aider :

- lettres • discours • c.v.
- corrections
- travaux scolaires
- autobiographies

mimilego@cgocable.ca



ÉLECTROMÉNAGERS

Appareils électroménagers
Spécialiste GAZ et ÉLECTRIQUE

SERVICE
COMPTOIR DE PIÈCES
RÉPARATION À DOMICILE

1787, route 117, Val-David J0T 2N0
electro@sosservice.ca
819 322-1133 ou 450 227-7734
www.sosservice.ca

ENTRAIDE

ALCOOLIQUE ANONYME

Si vous voulez boire et le pouvez C'EST VOTRE AFFAIRE

Si vous voulez arrêter et ne le pouvez pas C'EST NOTRE AFFAIRE

AA 450 227-4420

EXPÉDITION

The UPS Store

IMPRESSIONS COPIES • FAX CASIERS POSTAUX

695-7, chemin Avila, Piedmont
Téléphone : 450 227-0044

GOUTIÈRES

GOUTIÈRES EXPERTS

Plus de 25 ans d'expérience

Pour un travail de qualité fait par des experts

KAYCAN

ESTIMATION GRATUITE

Yves Plouffe 819 326-6607 - 1 866 326-6607
3445, ch. du Belvédère, St-Adolphe d'Howard J0T 2B0
gouttieresexperts.yvesplouffe@hotmail.ca

LOCATION SPA

Ambiance spas

Faites-vous plaisir
Défendez-vous chez vous!

LOCATION DE SPA
WEEKEND • SEMAINE

1.888.303.2525
www.ambiancespas.com



NATUROPATHE

Natura Terra
Sur rendez-vous seulement
Visites à domicile

Dominique Cloutier N.D.A

Membre RITMA
Reçus pour assurances disponible

450 227-7955

PAYSAGEMENT

AMÉNAGEMENT PAYSAGER
STE-ADÈLE

- Terrassement complet
- Pavé-uni et murets
- Drain français
- Réparation de fissures
- Installations de membrane
- Tracteur / souffleur

depuis 20 ans

514 867-1362 450 227-1595
excavationyvesdurand.com

PAYSAGEMENT

ABATTAGE, ÉMONDAGE ST SAUVEUR

Abattage d'arbres dangereux, émondage, déssouchage

EXCAVATION
MURS DE GROSSES PIERRES
Assurance complète

Martin Binette
Cell.: 450 530-4521



PAYSAGEMENT

SERVICE HORTICOLES DE QUALITÉ À PRIX IMBATTABLES

DEPUIS 2009

Nos services :

- Ouverture de jardins
- Entretien de plates-bandes
- Aménagements paysagers
- Plantation
- Conseils à domicile

APPELEZ-NOUS 514 865-8171

PAYSAGEMENT

PAYSAGEMENT YP

- Aménagement paysager
- Émondage et élagage d'arbres (assurance complète)
- Mini excavation
- Tailles de haies
- Entretien de plates-bandes
- Entretien ménager

ESTIMATION GRATUITE!

www.paysagementyp.com
Yoan Parent 450 927-1022

PAYSAGEMENT

Les PAS VERTS
ENTREPRENEUR PAYSAGISTE du Nord

- Escalier
- Pavé uni
- Muret
- Terrassement

Cell.: 819 325-0916
Tél.: 819 774-3306
www.lespasvertsdu nord.com



PORTE ET FENÊTRE

LIQUIDATION des Laurentides

819 326-2400

Installation • Vente • Service

Revêtement de planchers
Distributeur de portes et fenêtres
Changement de thermos

Lundi au jeudi : 8h à 17h30
Vendredi : 8h à 18h • Samedi : 8h à 15h

199, route 117 Sainte-Agathe Nord

MAI, MOIS DE LA PAROLE ET DE L'AUDITION

Nos professionnels **audiologistes**
et **ORL** sont à votre service !

ORL - AUDILOGISTE



PRISE EN CHARGE DE
L'OUVERTURE DE VOTRE
DOSSIER AUPRÈS DE LA
CNESST EN LIEN AVEC LA
SURDITÉ PROFESSIONNELLE

**PRENEZ
RENDEZ-VOUS**

DÈS MAINTENANT !

450.504.0587

Veuillez noter que plusieurs services offerts par nos professionnels indépendants sont couverts par la Régie de l'assurance maladie du Québec, les Anciens Combattants, la CNESST ou les assurances privées.

68 AVENUE DE LA GARE, BUREAU 203, SAINT-SAUVEUR (en haut de la Banque Royale)
(Ascenseur et stationnements disponibles)

ART DE VIVRE

ART D'HABITER

MAI 2018

AU COIN DU FEU

IAN KELLY

PAGES 3 ET 4

ZOOM SUR LES

DOMAINES ST-VICTOR

PAGES 6 ET 7

TENDANCES DÉCO

ESPACES OUVERTS

PAGES 8 ET 9



FUJITSU

En vigueur du 1er mars au 31 mai 2018

Profitez d'un rabais jusqu'à **750\$**
à l'achat d'une thermopompe haute performance Fujitsu*

Profitez également du
programme Réoclimat
pour un remboursement
jusqu'à 650\$

- La meilleure thermopompe sur le marché
- Meilleur rendement énergétique
- Fonctionnement ultra-silencieux
- Meilleure garantie de l'industrie

* Rabais de 750 \$ offert seulement sur les systèmes AIRSTAGE™ série J, exclusivement chez les détaillants participants. D'autres rabais disponibles. Des conditions s'appliquent. Détails chez votre détaillant.



(877) 322-2330

www.refrigerationMB.com



10 ANS
GARANTIE COMPLÈTE
PIÈCES ET MAIN-D'ŒUVRE*

*Des limitations peuvent s'appliquer



closprevostois.com

CONSTRUCTIONS HABIBEL ET CONSTRUCTIONS NOVA-NORD

L'habitation de rêve qui devient réalité

Les Clos Prévostois est un endroit incontournable pour les acheteurs en quête d'un chez-soi situé au coeur de la nature. Constructions Habibel et Constructions Nova-Nord, les deux principaux acteurs du projet, se sont bâti une solide réputation en proposant des maisons unifamiliales et des maisons jumelées de qualité supérieure.

Info Projet

Les promoteurs développent actuellement une nouvelle phase de maisons jumelées de style haut de gamme. Celles-ci se détaillent à partir de 256 000 \$ plus taxes. Cette phase, qui a pour avantage d'avoir des terrains sans voisin arrière, comprend un modèle de style bungalow, avec ou sans pièce aménagée au-dessus du garage, et un de type cottage.

Un petit paradis de plein air

Prévost possède de beaux terrains boisés et offre un milieu de vie paisible, près de la nature. Les amateurs de plein air seront charmés!

Prévost ...au coeur de la nature



450 821-3569

TERRAINS ADOSSÉS À UN BOISÉ



Secteur du projet, SEMI DÉTACHÉS
Prix à partir de 256 000 \$ + tx

BEAUCOUP D'INCLUSIONS



Bureau des ventes:
1096, du Clos-Du-Soleil, Prévost, JOR 1T0
Venez rencontrer notre représentant des ventes, Jacques Belhumeur

Lundi au mercredi
13 h à 16 h 30
Samedi et dimanche
13 h à 16 h 30
Fermé jeudi et vendredi
Sur rendez-vous

NOVA-NORD
construction 880 5743-6057-01
novanord.ca

Habibel inc.
Les Constructions
880 5655-3813-01
constructionshabibel.ca

AU COIN DU FEU

avec

Ian Kelly

COMPLÈT ET ASSUMÉ

Jean-Claude Tremblay jctremblayinc@gmail.com

Aujourd'hui, on se ferme les yeux et on se laisse bercer par l'authenticité, le charme, la simplicité volontaire, riche et jamais complaisante de l'univers folk de Ian Kelly. Laurentien d'adoption et figure musicale bien connue ici et ailleurs, c'est dans son impressionnant studio de Morin-Heights que je rencontre Ian pour cet entretien. À l'image de l'homme, le studio qu'il a conçu est à la fois chaleureux, rustique et à la fine pointe. Il faut savoir qu'avant de devenir auteur-compositeur-interprète connu et respecté, Ian est tombé dans la musique dès l'adolescence, a travaillé dans les salles de spectacle, tout en roulant sa bosse plus tard comme technicien de son.

L'homme est humble et, ironiquement, plutôt timide malgré son métier qui l'amène à se donner en spectacle. «Oui, je reste quelqu'un d'un peu gêné, mais je suis pas mal mieux qu'avant! C'est drôle, quand j'ai commencé j'étais vraiment timide, mais j'avais besoin de me prouver... je voulais être sous les projecteurs. Maintenant, c'est le contraire, ça me dérange pas trop les projecteurs, car je suis vraiment plus à l'aise, mais je ne sollicite plus l'attention médiatique qui vient avec la job!»

J'avais déjà lu dans les dossiers de presse que Ian avait un jour déclaré qu'il n'était pas un grand «technicien» et qu'il n'avait pas vraiment de formation. Eh bien, chers lecteurs, il ne le dira certainement pas, mais je vais le faire à sa place : Ian n'est rien de moins qu'un expert pluridisciplinaire dans le domaine de la musique. Homme-orchestre, il joue virtuellement tous les instruments,

écrit pour lui-même et pour d'autres et, maintenant, avec son propre studio dernier cri et son propre label, Sunset Hill Music, il réalise et produit des albums en plus de composer de la musique de film.



PHOTO : MARTIN GIRARD

D'ailleurs, c'est lui qui a réalisé la trame sonore du film Innocent

Projet en construction

SAINTE-AGATHE-DES-MONTS



CRÉPUSCULE
HABITATIONS - VUE SUR LE LAC



LIVRAISON ÉTÉ 2018

VENDU À 50%

CONDOS DISPONIBLES

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

à partir de **249 000\$** + taxes

- Haut rendement énergétique
- Isolation acoustique supérieur
- Plancher de béton
- Plafond de 9" et 12" de hauteur
- Chauffage et air climatisé au gaz naturel
- Foyer au gaz en option

819.321.5673

info@habitationocrepuscule.com • habitationsocrepuscule.com



PHOTO : MARTIN GIRAUD

fait pas loin pour aller travailler !», de répondre celui qui, visiblement, est solidement ancré dans sa routine et apprécie son quotidien. Questionné sur les Laurentides, il a répondu rapidement : «C'est tranquille, et je voulais y élever mes enfants. J'aime qu'ils soient capables de jouer où ils veulent et marcher au village, sans que j'aie à m'inquiéter». D'ailleurs, j'ai appris que sa conjointe attendait leur 4^e enfant... d'ici quelques semaines! «Oui, on commence à être fébriles, on a bien hâte!», a dit celui qui aura une année 2018 drôlement mouvementée.

M. Chandler : le projet de l'heure pour Ian Kelly

M. (Monsieur) Chandler est le produit d'une rencontre entre Ian et le Magneto Trio, des vétérans du milieu, les musiciens Rick Haworth, Sylvain Clavette et Mario Légaré. «On s'était rencontrés sur un show, puis je les ai invités à mon studio. On a jammé, on a improvisé puis enregistré des maquettes juste comme ça. Imagine-toi qu'on les a utilisées sur l'album tellement c'était bon!» En tout, c'est 10 chansons en français sur ce projet éclaté, et littéralement encensé par la critique. Le nouveau groupe qui produit un son

unique de folk jazzé partira en tournée dès cet automne, avec un Ian Kelly qui a l'air d'avoir joué toute sa vie avec ces légendes, tellement le mariage est naturel.

D'autres projets plein l'assiette

Le réalisateur Marc-André Lavoie amorcera à l'automne le tournage de Ce n'était qu'un rêve, consacré à l'enfance de Céline Dion, et Ian fera la trame sonore. «C'est des super projets, les films. Je pensais jamais faire ça, mais j'adore!» En plus de sa tournée avec M. Chandler, notons au passage que Ian travaille sur son 6^e album et, déjà, il a 11 chansons en démo. Comme je lui ai mentionné, il est à un stade de sa carrière où ça ne peut qu'être plus riche et encore plus abouti – c'est son fidèle public qui sera content de l'apprendre!

Le Festival Superfolk Morin-Heights dans tout ça?

«Ç'a été une expérience extraordinaire, lance d'emblée Ian. Mon idée au départ était de créer quelque chose de nouveau et d'actuel. La ville est tellement riche de musique, c'est bien d'honorer le passé, mais je voulais que l'on vive dans le présent», raconte celui qui, on

s'en souviendra, avait initié, en 2017, le premier festival folk de Morin-Heights, lequel avait attiré quelque 2000 personnes et des grands noms de la musique comme Martha Wainwright, Bobby Bazzini et de nombreux autres talents.

Peut-on compter sur un retour du festival? «Au début, je ne voulais pas vraiment par manque de temps, avec un nouveau-né et un album à finir. Et ensuite, j'ai reçu un appel d'un homme d'affaires du coin, Jean Lalonde, pour m'offrir de commanditer le festival. Quand j'ai dit que je n'étais pas certain de le faire, il a proposé de m'aider!» Ainsi donc, de cet appel, un comité élargi est né et se penche actuellement sur la faisabilité de tenir un Superfolk Morin-Heights édition 2018. On se le souhaite!

En conclusion, j'ai rencontré un homme réservé, généreux et créatif qui, visiblement, a atteint un jalon de maturité professionnelle enviable. Échanger des rires et converser avec un artiste pluridisciplinaire, un créateur passionné doté d'une simplicité rafraîchissante a été très inspirant. Je ne peux que vous inviter à le féliciter chaleureusement, et à lui souhaiter bon succès!

www.iankellysmusic.com
www.facebook.com/iankellysmusic/



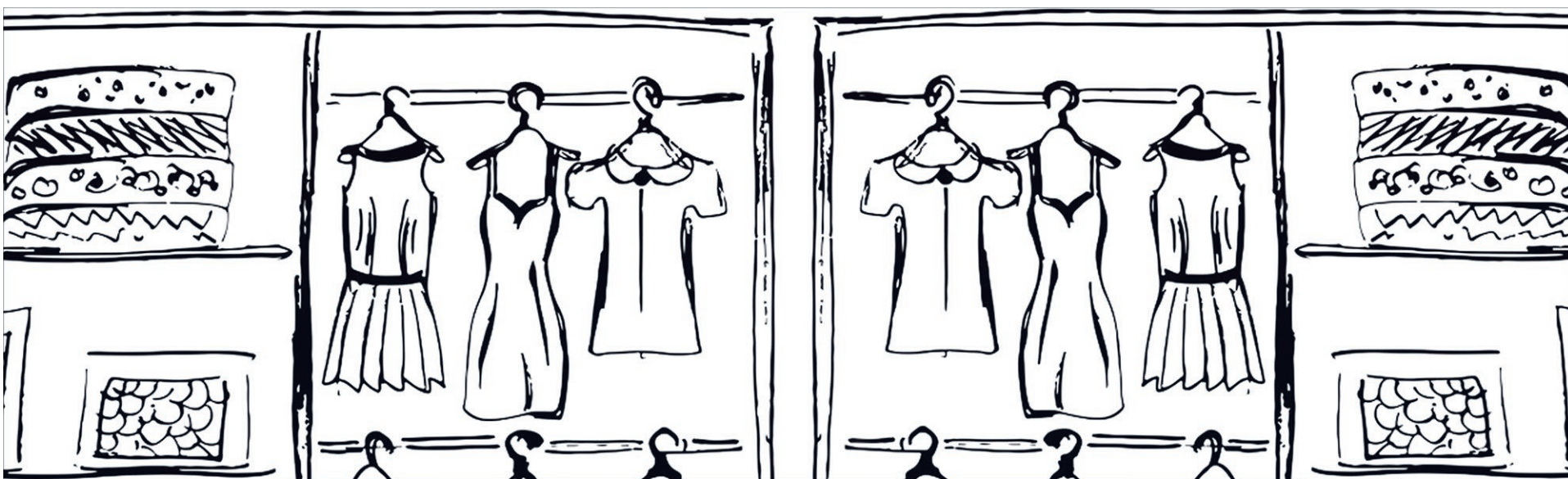
IAN KELLY DANS SON STUDIO



LE STUDIO DE IAN KELLY



JEAN-CLAUDE TREMBLAY ET IAN KELLY



Débutez le printemps avec style et offrez-vous un espace de rangement signé Garde-Robes Gagnon.

Chics et pratiques, nos créations sur mesure feront votre joie et votre fierté!

RABAIS DE
100 \$*

* APPLICABLE SUR UN ACHAT DE PLUS DE 800 \$



17 510, rue Charles, Suite 500, Mirabel

T.: 450 971-1971
 1 800 396-8484

grgagnon.com

R.B.Q.: 5652-7047-01

PROJET DE RÉNO

Tapis Saint-Sauveur

Accès - Redonner vie à sa maison par la rénovation, quel beau projet ! Mais attention, il faut bien respecter le style et l'âge de votre environnement pour lui laisser le temps, la chance de bien vieillir. Facile de rénover, mais à quel prix?



JACQUES DOYON, DESIGNER.

Beaucoup d'erreurs de parcours peuvent survenir sur un projet. C'est la raison pour laquelle il serait bon de consulter un « pro de la décoration ». C'est la solution afin de vous guider sur les choix et démarches, sans sauter d'étapes.

Que ce soit pour une construction où une rénovation, chez Tapis Saint-Sauveur, vous trouverez couvre-plancher et décoration. Bois franc, laminé, lattes de vinyle, céramique, liège, tapis à la verge, carpettes décoratives et, bien sûr, leurs recouvrements de fenêtres.

Ils ont un vaste choix de stores aux teintes et matières multiples, stores motorisés, rideaux sur mesure et pôles décoratives. Définitivement tout pour un habillage de fenêtre de bon goût, et sans oublier les papiers peints et accessoires décoratifs, pour y ajouter une touche finale.

Une maison sans carpettes est comme une salle de bain sans miroir. De plus en plus, les tapis et carpettes reviennent sur le marché en force; ils sont tendance et tellement agréables pour le confort de nos pieds. Et d'autant plus, ils aident à l'insonorisation et sont faciles d'entretien. Fini la poussière qui roule sur le plancher.

Enfin, une visite s'impose à leur boutique afin d'obtenir une consultation par un expert qui saura vous conseiller pour une transformation réussie.

« Au plaisir de vous voir et de vous servir! », lance Jacques Doyon, designer.

Tapis Saint-Sauveur

441, rue Principale, Saint-Sauveur
450 227-7912 • www.tapisstsauveur.ca

ACHAT D'UN NOUVEAU MATELAS

Que doit-on regarder?

Accès - Pour trouver le confort idéal, il est important de prendre le temps de vous allonger, avec votre partenaire, sur plusieurs matelas afin de voir dans quel genre de confort vous êtes le plus confortable.

Assurez-vous par la suite que votre matelas prenne la forme de votre corps en donnant du support au niveau de la taille et des reins. S'il y a un creux, c'est que le matelas ne vous convient pas.

Votre corps finira par remplir ce creux au cours de la nuit, ce qui désaxera votre colonne. Un bon soutien gardera votre colonne parallèle au matelas si vous dormez sur le côté.

Assurez-vous que l'oreiller complète l'alignement de votre colonne.

La qualité des matériaux qui le composent déterminera sa durabilité et ils doivent être assez forts selon votre poids. Contrairement à ce qu'on a tendance à penser, c'est rarement les ressorts qui creusent, mais plutôt les mousses de rembourrage qu'il contient. Un rembourrage d'au moins 2 lb par pied cube est primordial si au moins un des dormeurs pèse 170 lb et plus. Sinon, celui-ci perdra rapidement de son support, ce qui nuira à votre posture et à votre confort.

Au niveau des ressorts, c'est le calibre (le diamètre) du ressort qui en fera la durabilité et la fermeté (et non la quantité).

Un calibre de 13 est extra ferme alors qu'un calibre de 15 est très moelleux. Gardez aussi en tête qu'il est important de faire la rotation tête-pied de votre nouveau matelas au moins une fois par saison pour uniformiser les couches de bourrures.

Si vous pouvez, choisissez un matelas réversible recto-verso ou ayant des couches réversibles ou amovibles, ce qui augmentera davantage sa durabilité.

Finalement, votre nouveau matelas prendra la forme de la surface sur laquelle il est déposé.

Il doit être installé sur une surface droite, rigide et ferme avec des pattes de soutien centrales au plancher.

Il faut éviter les surfaces avec des lattes semi-souples ou incurvées.

Les spécialistes d'Au Marché Du Lit vous guideront dans votre processus.

On fait le ménage du printemps
TOUT DOIT Sortir!

Coronet

40% DE RABAIS
SUR TOUT NOTRE INVENTAIRE!
POUR TOUT LE MOIS DE MAI!

TAPIS Saint-Sauveur

441, rue Principale, Saint-Sauveur
450 227-7912

Vente 24^e anniversaire

Nous payons l'équivalent des 2 taxes
+ Payez en 36 versements égaux*

EMBER | MATELAS QUEEN **2061\$ /MOIS OU 649\$**

MATELAS QUEEN **1270\$ /MOIS OU 399\$**

800 ressorts ensachés
Périmètre de mousse ferme
Renforcé en surface
Garanti 10 ans

Simple 549\$ | Double 599\$ | King 799\$

Simple 269\$ | Double 389\$

MEMBRE CANTREX LE PLUS GRAND RESSORT EN SÉRIE EN PAYS D'EN-HAUT

Technogel PRINCESSE Zedbed

LIVRAISON LA JOURNÉE MÊME
90 jours d'essai disponible • Le plus vaste choix en inventaire dans la région • Expert en sommeil certifié

175, boul. Morin (route 117, coin 329 nord)
Sainte-Agathe des monts 819 326-3333 / 1 866 944-0446
www.aumarchedulit.com

Heures d'ouverture : Lundi et samedi 9h30 à 17h - mardi au jeudi 9h30 à 18h - vendredi 9h30 à 19h - dimanche 11h à 16h

Les Domaines St-Victor se distinguent grâce à leur association avec BONE Structure

CONSTRUCTIONS NETTE ZÉRO À WENTWORTH-NORD

Accès - Une collaboration unique a été conclue entre Gino Ramacieri, développeur des Domaines St-Victor, et le concepteur et constructeur canadien de maisons personnalisées à haute performance BONE Structure afin d'offrir aux consommateurs des maisons à efficacité énergétique Nette Zéro.

« Vivre aux Sommets St-Victor, c'est vivre en symbiose avec la nature, en respect absolu avec son écosystème. BONE Structure offrait exactement ce que nous recherchions chez un partenaire, une construction de qualité avec un souci pour l'empreinte écologique », souligne M. Ramacieri.

Technologies durables

Les maisons BONE Structure sont conçues et assemblées à l'aide d'une technologie inspirée par l'industrie aérospatiale. Écoénergétiques, elles proposent une enveloppe thermique, en polyuréthane à base de soja, qui procure un confort ultime à ses occupants. Elles peuvent faire économiser jusqu'à 90 % sur les coûts d'énergie pour le chauffage et la climatisation, tout en offrant des espaces de vie ouverts, sans murs porteurs intérieurs, et une fenestration abondante. Cette

enveloppe thermique incomparable permet aux maisons BONE Structure

De plus, la structure en acier est recyclable et n'est pas affectée par la moi-



d'atteindre une efficacité Nette Zéro en y intégrant des technologies durables.

l'humidité ou la détérioration prématurée des matériaux.

AU COEUR DES ÉCO-CORRIDORS LAURENTIENS LES SOMMETS ST-VICTOR

Grands domaines privés en montagne, vues panoramiques, à une heure de Montréal



15 lots privés
Environnement paisible
Réseaux de sentiers
Internet haute vitesse (fibre optique)
Construction haut de gamme

Terrains
à partir
de 90 000\$ /
5 acres



Informations: 450 226-0048
stvictor@bellnet.ca
lacstvictor.com

Domaines
Lac St-Victor Estates
Wentworth-Nord

10 minutes de Morin-Heights
20 minutes de Saint-Sauveur
sommetsstvictor.com



« Nous sommes privilégiés de nous associer au prestigieux projet de développement de M. Ramacieri; un développement avec des standards écologiques élevés », confie Marc-André Bovet, président fondateur de BONE Structure.

Les Sommets St-Victor

Situés au sud du lac St-Victor à Wentworth-Nord, les Sommets St-Victor occupent un domaine de 200 acres profitant d'un environnement paisible avec vue panoramique à 360°. On y trouve 15 lots de 5 à 10 acres (à partir de 90 000 \$) qui offrent des plateaux pour des constructions et aména-

gements aux possibilités illimitées.

Chaque propriété est séparée par des sentiers privés menant au grand réseau de sentiers des Domaines Lac St-Victor. Les résidents des Sommets St-Victor ont un accès privé au lac Notre-Dame avec un quai et un abri à bateaux à leur disposition. Il ne faut pas oublier non plus le réseau Internet à haute vitesse qui facilite le travail à domicile!

Ce développement résidentiel est entièrement entouré de 10 000 acres de terres de la Couronne, assurant ainsi la sauvegarde de la nature environnante pour le futur.

M. Ramacieri consacre d'ailleurs beaucoup de temps et d'énergie depuis plusieurs années à la concrétisation du réseau d'écocorridors et à l'écoéducation.

« Éduquer la population sur le déficit de nature des enfants et militer pour la sauvegarde des terres protégées sont des aspects qui font partie de ma mission et c'est devenu mon cheval de bataille, explique ce visionnaire passionné de l'environnement. Ça devrait selon moi être un projet de société. »

À propos de BONE Structure

Fondée en 2005 à Laval par le président Marc-André Bovet, BONE Structure a breveté, dans 42 pays, une technologie qui combine l'esthétique, la flexibilité, l'efficacité et le respect de l'environnement. L'entreprise se spécialise dans la conception, le développement et la commercialisation de technologies pour la construction résidentielle et commerciale légère. Elle s'est vu octroyer un grand nombre de prix au fil des ans pour son innovation, son architecture, son souci du développement durable et ses processus de design intégré.

Pour en savoir plus sur Bone Structure : boneliving.com



Pour plus d'informations :
 Domaines St-Victor
stvictor@bellnet.ca
www.lacstvictor.com

TOITURES
Laurentienne

POUR TOUS VOS PROBLÈMES DE TOITURE, QUE CE SOIT VENTILATION · ISOLATION · CONDENSATION OU POUR UNE RÉFECTION COMPLÈTE DE VOTRE TOIT. N'HÉSITEZ PAS À COMMUNIQUER AVEC NOUS.

NOUS SOMMES SPÉCIALISTES EN BARDEAU D'ASPHALTE, FIBRE DE VERRE ET MEMBRANE ÉLASTOMÈRE. NOUS OFFRONS LE MEILLEUR RAPPORT QUALITÉ-PRIX SUR LE MARCHÉ. **PROFITEZ D'UN SERVICE PERSONNALISÉ.**

—•••—

TRAVAIL GARANTI · ESTIMATION GRATUITE
PROPRETÉ ASSURÉE
TRAVAIL EXÉCUTÉ PAR LE PROPRIÉTAIRE

R.B.Q. : # 8275-1165-36

Membre de la Corporation des Entrepreneurs du Grand Montréal **CESGM**

450.275.9201

CÉRAMIQUE

BLVD

ROBINETTERIE

131 - SUITE 102, CHEMIN DU LAC MILLETTE, SAINT-SAUVEUR
 BLVDCERAMIQUE.COM | 450.227.2722

f i

TENDANCE

L'ÉDITO

Déco Judith Gougeon



JUDITH GOUGEON

Designer d'intérieur et styliste, Judith Gougeon signe depuis quelques années déjà le stylisme des pages des meilleurs magazines de design d'intérieur du Québec. Souhaitant partager son expertise et son talent à travers ses services personnalisés, Judith Gougeon offre son « œil » et sa créativité aux particuliers désirant repenser la déco de leurs espaces de vie.

E S P A C E S O U V E R T S

Parce que le soleil va bien finir par montrer le bout de son nez, voici un peu d'inspiration pour passer des moments délicieux en terrasse cet été. Que vous ayez un grand terrain ou un petit jardin, il existe mille et une façons de créer de jolis espaces invitant à la détente.

Tout comme les pièces intérieures, les espaces extérieurs doivent être pensés et aménagés. On doit créer des zones et des ambiances qui correspondent à nos goûts, à notre style et à nos habitudes de vie.

Pour diviser l'espace, on peut avoir recours au mobilier, mais aussi à la végétation : un arbre, une haie ou un plan d'eau... on doit penser l'espace de façon graphique, comme un tableau, en créant des volumes, des coins plus intimes et des endroits dédiés selon les activités (manger, se détendre, etc.). Les structures comme les pergolas contribuent aussi à aménager

des coins plus délimités et ombragés, idéaux pour se mettre à l'abri du soleil et de la chaleur de l'été.

Au-delà du gazon, pensez galets, dalles ou gravier. Ces matériaux plus minéraux nécessitent moins d'entretien et donnent instantanément un joli esprit européen. Quant à la végétation, soyez créatifs : arbres en pot, plantes grimpantes ou murs végétaux, il y a une tonne de façons de la réinventer. L'important est de créer une unité. Idem pour la palette de couleurs et le mobilier.

Songez aussi à aménager l'espace pour le soir. Optez pour un éclairage varié et tamisé, qui vous permettra d'apprécier les longs soupers d'été. Lanternes, lampions ou encore bougies, cet éclairage contribuera aussi à délimiter des zones et à créer un univers magique. Pour vous créer un havre de paix parfait, laissez-vous inspirer par les quelques photos ci-après.

Jouer dehors

Judith Gougeon - Dans une autre vie, j'habiterais en Grèce ou en Italie, où la douceur de vivre dure toute l'année. Ici, dès que la météo le permet, je passe le plus clair de mon temps dans mon jardin. Voilà pourquoi l'aménager est une priorité, en m'inspirant des plus belles terrasses de la Méditerranée.



Chaud devant

Rien ne vaut une vaste terrasse en bois pour unifier l'espace. Peintes en gris, les lattes créent un lieu contemporain, tandis que la végétation et le foyer ajoutent de la chaleur à l'ensemble.



Songes d'une nuit d'été

Vive les soirées d'été. Et pour bien en profiter, rien de mieux qu'une cour joliment éclairée. La magie est au rendez-vous et la nuit est à nous.

PHOTOS : PINTEREST





Judith Gougeon
DESIGNER | STYLISTE DÉCO

514.836.5288
info@judithgougeon.com
judithgougeon.com



En toute simplicité

Cette pergola s'inscrit dans le style de la façade et vient créer une jolie zone d'ombre et d'intimité. On aime la façon dont la végétation et le bois brut de la table viennent casser le côté très minéral des dalles au sol.

Parasol naturel

Rien de plus agréable que de manger sous la lumière filtrée par les feuilles des arbres. On adore le gravier, la symétrie des 4 arbres, comme celle des deux rangées de topiaires.



Des idées de grandeur

Une petite cour? Qu'à cela ne tienne. Même les jardins exigus peuvent créer des espaces spectaculaires. Au sol, on privilégie les dalles et le gravier pour un look zen et un entretien facilité.

Tous aux abris

Aménager un coin-repas tout près de la maison est vraiment pratique. On a l'avantage d'être près de la cuisine et à l'abri du soleil de midi et de la pluie. On aime la palette de couleur sobre et la pierre, qui contraste avec le mobilier contemporain.



Oui à la symétrie

Plutôt que de tenter de camoufler un mur, pourquoi ne pas le mettre en vedette. On aime la haie en pots, la vigne grimpante, les marches qui créent de la hauteur et l'éclairage au sol.



Rafrâchissant

Même étroit, un jardin peut accueillir une piscine. Ici, elle est pensée comme un plan d'eau très graphique et esthétique. Quant à la végétation, à défaut de recouvrir le sol, elle prend d'assaut les murs.

**PHASE 1
DÉJÀ 25% LOUÉE**

**LE LAURIER
DE MIRABEL**



**NOUVEAU COMPLEXE LOCATIF
POUR RETRAITÉS ACTIFS**

**725 \$ À PARTIR DE
/MOIS**

LIVRAISON PHASE 1 - AUTOMNE 2018

STATIONNEMENT INTÉRIEUR
GRATUIT 1AN

- > STATIONNEMENT INTÉRIEUR (\$)
- > ASCENSEURS
- > DE 1 À 2 CHAMBRES
- > ESPACES COMMUNS (WIFI INCLUS)
- > CINÉMA & SALLE D'ENTRAÎNEMENT
- > FENESTRATION ABONDANTE
- > CLIMATISATION INTÉGRÉE
- > JARDINS COMMUNAUTAIRES
- > EAU CHAUDE ET CABLE TV INCLUS
- > SÉCURITÉ 24/7

RÉSERVEZ MAINTENANT
(450) 516-4922

INFO@LELAURIERDEMIRABEL.CA
WWW.LELAURIERDEMIRABEL.CA

8770 RUE MAGLOIRE LAVALLÉE, MIRABEL, ST-CANUT, QC - À QUELQUES PAS DE TOUS LES SERVICES

ART DE VIVRE

EXTÉRIEUR INVITANT POUR TOUTE LA FAMILLE

SM - Dès le printemps, petits et grands ont envie de pointer leur binette dehors et d'y rester le plus longtemps possible, et ce, jusqu'à l'automne. Pourquoi ne pas organiser sa terrasse et sa cour extérieure pour faire en sorte d'y relaxer, d'y jouer et de s'y divertir en toute originalité!

À boire, aubergiste!

Vos invités seront charmés par ce petit bar sympathique qui rappelle l'ambiance du Sud. Avec un cours de mixologie, vous les comblerez tout l'été!



PHOTOS: PINTEREST



Chambre d'invités 2.0

Maison trop exiguë pour une chambre d'invités? Ne vous empêchez pas d'organiser des rassemblements en famille ou entre amis grâce à cette charmante chambre en nature dont tout le monde raffolera.



Allée ludique

Les amoureux de pétanque adoreront cette allée éclairée. Gageons que lors des belles soirées d'été, les amis et voisins sonneront à votre porte pour en profiter tout en sirotant un cocktail rafraîchissant.

ART D'HABITER

NOTRE EXTÉRIEUR
CET ÉTÉ



Sweet dreams!

Faire la sieste au jardin n'aura jamais été aussi confortable. Sentir le vent chaud chatouiller ses cheveux, entendre le chant des oiseaux et les clapotis du lac... on mérite tous un petit moment de quiétude dans nos journées folles!



Optimiser les petits espaces

Qui a dit qu'une petite cour ne pouvait offrir à ses propriétaires le luxe de manger dehors un repas 5 services? Et ensuite, quelle belle idée de digérer dans le spa, dont l'eau peut être plus fraîche l'été.



Le chic du feu!

Les foyers extérieurs ont la cote dans les Laurentides et les idées ne manquent pas pour apporter un peu de luxe à vos soirées de dégustation de S'mores! Ici, tous les convives auront une place aux premières loges!



Télétravail au grand air!

Vous n'aurez jamais eu autant le goût d'aller travailler que dans cette petite bulle coquette, un havre de productivité qui peut rivaliser avec n'importe quel bureau à muret en tapis gris!



L'Italie dans votre cour

Nul besoin de planifier un voyage en Italie cet été pour profiter d'une bonne margherita à croûte mince! Un four à pizza extérieur à fabriquer soi-même est à la portée de tous!

CONNAISSEZ-VOUS

le Big Green Egg®?



Accès - Bienvenue dans le monde du Big Green Egg! Cet appareil de cuisson en céramique offre à ses propriétaires des résultats incroyables depuis 1974 et a gagné sa réputation de meilleur fumoir, four et gril au monde.

PHOTO: COURTOISE



La température de cuisson est prête à l'emploi en 10 minutes environ. Allumer le charbon naturel est rapide sans l'utilisation de liquide combustible grâce au concept inventif de l'EGG.

Vous pouvez griller, fumer et cuire à des températures exactes. Vous avez un contrôle total de la température, en maintenant la précision à quelques degrés près.

L'extérieur du Big Green Egg® a un enduit émaillé cuit qui maintient l'esthétique et facilite le nettoyage. À l'intérieur, la chaleur brûle toute la graisse qui s'est accumulée - comme un four autonettoyant.

Facile à utiliser dans tous les climats, même en cas de températures très froides, de neige ou de pluie il est disponibles en sept formats.

Les experts de Club Foyer Décor peuvent vous conseiller dans tous vos besoins de BBQ. Ils sont d'ailleurs les seuls à pouvoir vous offrir le Big Green Egg dans la région.

Une visite à leur vaste salle de montre vous permettra de recevoir les meilleurs conseils selon vos besoins.

Avec sa flexibilité d'utilisation incomparable, vous pouvez utiliser votre Big Green Egg® pour toutes les recettes, que ce soit pour saisir un steak ou cuire doucement une poitrine de bœuf ou un pain de viande et même une pizza. Les légumes et même les desserts sont délicieux. Vous pouvez cuisiner tout ce dont vous avez besoin pour un repas complet en un seul coup!

The Big Green Egg® est fait à l'aide de céramiques de l'ère spatiale qui ont été conçues spécialement pour ce produit. L'EGG retient la chaleur et l'humidité si bien que les aliments ne sèchent pas! Les viandes et autres aliments rétrécissent peu ou pas du tout et ont plus de goût, car leur jus et leurs arômes naturels restent à l'intérieur.

Présenté par :
Club Foyer Décor
11, avenue Lanning, Saint-Sauveur
450 227-5557

FOYER EXTÉRIEUR

Aménagez un coin « feu » des plus chaleureux!

Accès - Ah! Qu'il fait bon se détendre autour d'un feu. Vous possédez un foyer extérieur ou vous comptez vous en procurer un? Avant toute chose, assurez-vous que celui-ci est conforme aux règlements de votre municipalité. Voici maintenant quelques conseils pour aménager un coin foyer des plus invitants.



UNE AMBIANCE FESTIVE
POUR PASSER D'INOUBLIABLES SOIRÉES À LA BELLE ÉTOILE, N'OUBLIEZ PAS D'ACHETER QUANTITÉ DE PIQUES ET DE FAIRE PROVISION DE GUIMAUVES ET DE SAUCISSES! ET POURQUOI NE PAS SORTIR VOTRE TAMTAM, VOTRE HARMONICA OU VOTRE GUITARE POUR CHANTER JOYEUSEMENT AUTOUR DU FEU?

D'abord, prévoyez suffisamment d'espace pour que vos convives puissent s'installer confortablement. Chaises Adirondack, balançoires, bancs en bois, fauteuils en rotin, hamacs... misez sur la variété! Ajoutez aussi une bonne quantité de couvertures et de coussins pour créer un environnement douillet.

Ensuite, placez une ou plusieurs tables basses à proximité des sièges. Vos invités et vous pourrez y déposer verres, assiettes, téléphones et autres objets que vous voudrez garder à portée de main.

Enfin, accrochez des lumières à vos arbres, s'il y a lieu, et posez de jolies lanternes pour éclairer le chemin qui mène de votre maison à votre espace foyer. Vous créez ainsi une ambiance chaleureuse et, plus important encore, vous sécuriserez les déplacements nocturnes.



**FENESTRATION
SOMMETTS**



La référence en fenestration dans les Laurentides

Services offerts :

- Vente, installation et réparation de portes et fenêtres
- Produits de PVC, hybride et de bois
- Remplacement de thermos embuées
- Comptoir de pièces

Porte patio Élégante 1 695\$
(+taxes) installation incluse.

PIEDMONT:
515, boul. des Laurentides,
T 450 227-4567

SAINTE-AGATHE:
234, rue Principale Est,
T 819 321-3737

www.fenestrationdessommets.com



ART DE VIVRE

ART D'HABITER



Club
Foyer Décor
Allumez vos sens



DEVENEZ MAÎTRE DANS L'ART DU GRIL.^{MD}
OPTEZ POUR UN NAPOLEON.



Achetez parmi une sélection de **GRILS NAPOLEON**
et recevez des **ACCESSOIRES GRATUITS**

GRANDE VENTE D'INVENTAIRE



**TROUVEZ VOTRE
FOYER DE RÊVE ICI**

SÉRIE
VECTOR^{MD}



BIENVENUE AUX ENTREPRENEURS ET AUTO-CONSTRUCTEURS!

www.clubfoyerdecor.com

HEURES D'OUVERTURE - LUNDI AU VENDREDI : 9 H À 18 H - SAMEDI : 9 H À 17 H - DIMANCHE : 11 H À 16 H

11, av. Lanning, Saint-Sauveur (Place Lanning)

450.227.5557